


**MITI  
D'OGGI**
**MARINO NIOLA**


## Bambini e cibo, troppe fobie. Attenti a riconoscerle

**L**a mente umana non può funzionare senza selezionare tra informazioni, emozioni, ricordi. Ma selezionare troppo può diventare un'ossessione, una malattia che ci porta a rinchiuderci in spazi sempre più invalicabili, per rifiutare una realtà che ci spaventa. E il rapporto col cibo è il primo indicatore di questa fissazione selettiva. A dirlo è la psichiatra e psicoterapeuta Laura Della Ragione, dirigente dell'Ambulatorio per i Disturbi del Comportamento Alimentare dell'USL 1 dell'Umbria. Che, con Paola Antonelli, neuropsichiatra infantile, ha condotto una ricerca sul rapporto patologico che un numero sempre maggiore di bambini ha con l'alimentazione. Quell'esperienza è raccontata in un libro importante dal titolo *Le mani in pasta* (Il [Pensiero Scientifico](#) Editore). **I dati che emergono dall'indagine sono impressionanti. Perché rivelano una crescita esponenziale di manie, fobie e paure alimentari** tra i bambini. Un esempio per tutti, quello di Matteo che aveva smesso di mangiare cibi solidi per paura di inghiottire. Il libro è particolarmente prezioso perché insegna a riconoscere i comportamenti patologici sin dai primi sintomi e soprattutto mostra come sia possibile intervenire per aiutare i bambini e le loro famiglie a ricostruire una relazione serena con la tavola.

Ovviamente, sottolinea Laura Della Ragione, la battaglia si vince o si perde nelle grandi agenzie educative, la scuola e la famiglia, "dove il bambino costruisce la sua idea di mondo e di corpo". Oggi infatti educatori e genitori hanno il compito difficilissimo di contrastare i messaggi ingannevoli che trasformano l'alimentazione in una fabbrica di malattie. E il gusto in un tabù.