


 ISCRIVITI ALLA  
NEWSLETTER!

 VIA BOCCACCIO 43  
MILANO

WWW.SMILEMILANO.IT

## Gli articoli più letti

[Quello che i bambini non dicono \(a tavola\)](#)
[Nei bambini il diabete si presenta così \(meglio saperlo\)](#)
[Il manifesto dei diritti alimentari dei bambini](#)
[Feste di compleanno e junk food: la mamma guastafeste](#)
[Piccolo galateo \(moderno\) per i bambini](#)

## Mangiare cultura: Carlo Agostoni e Silvia Scaglioni parlano di alimentazione infantile

 Pubblicato in [Bambini in cucina](#)


A **Bookcity** succedono cose strane. A me, per esempio, è successo di entrare in una piccola libreria e ritrovarmi a prendere parte a una conversazione di altissimo livello sul tema dell'**alimentazione infantile**, in compagnia di due grandi nomi della pediatria milanese - **Silvia Scaglioni** e **Carlo Agostoni**, autori di **Nutrirsi bene mangiando** - e della mia foodblogger preferita, **Paola Sucato**.

Il libro l'ho letto ed è pieno di buonsenso, un vero antidoto a tante sciocchezze che si sentono o si leggono in giro in questi tempi in cui troppe persone si autoproclamano esperte di alimentazione. È un libro **chiaro e semplice**, scritto per i genitori, scientificamente corretto e aggiornato, che ha il raro pregio di non volere imporre uno stile alimentare: spiega come sono fatti i cibi e qual è il ruolo delle

## Eventi in agenda

 NOV  
25

**La grotta di Babbo Natale a Ornavasso - 25 novembre**

 NOV  
25

**"Colore". Giocare con la luce alla scoperta del colore. AL MUBA**

 NOV  
25

**Per fare un Bosco ci vuole un Albero, per fare un Albero ci vuole un Seme... e per fare la Carta? - laboratorio per bambini alla Fondazione Galli**

 NOV  
25

**Nasa, a human adventure: la mostra a Milano**

 NOV  
25

**Calendario dell'avvento, laboratorio per bambini alla Scuola Cova**

 NOV  
25

**Hoeply for Kids, rassegna per bambini e ragazzi**

diverse sostanze nutritive. Stimola poi a riflettere sugli **aspetti affettivi ed emotivi** che condizionano le nostre **scelte alimentari**.

**Alla fine ci sono anche tante ricette ma, come ha spiegato Carlo Agostoni, l'importante non è tanto la dieta che si sceglie di adottare quanto il valore che le famiglie decidono di attribuire alla conoscenza, alla cultura.**

I dati scientifici dimostrano infatti che i **bambini alimentati meglio non provengono dalle famiglie più ricche** ma da quelle più colte, capaci di informarsi in modo corretto, di orientarsi nella complessità, di non lasciarsi sedurre dalle mode, di confrontarsi nel rispetto reciproco, di mettere in discussione le proprie convinzioni senza chiusure e rigidità.

Personalmente ho trovato bellissimo e perfino poetico che proprio dal mondo della scienza venga quest'invito a conoscere, a imparare e a valorizzare la cultura come strumento potente di prevenzione della malattia.



Carlo Agostoni, Silvia Scaglioni  
**Nutrirsi bene mangiando**  
 Guida all'alimentazione dal bambino all'adolescente  
 FrancoAngeli  
 Euro 23,00

**Carlo Agostoni** è professore ordinario di Pediatria all'Università degli Studi di Milano. Dirige la Pediatria a Media Intensità di Cura della Fondazione IRCCS Ca' Granda - Ospedale Maggiore Policlinico di Milano.

**Silvia Scaglioni** è pediatra ed endocrinologa. Ha lavorato per oltre 30 anni presso l'Università degli Studi di Milano svolgendo attività didattica, clinica e di ricerca.

Di Federica Buglioni



f Share Tweet

Avanti →

Info, pubblicità e contatti

ultimi inserimenti

Newsletter