

NUTRIRE I NUOVI ITALIANI

**FRA INTEGRAZIONE ED OMOLOGAZIONE :
LE ABITUDINI ALIMENTARI DEGLI
ADOLESCENTI STRANIERI**

PROF FRANCESCO CATALDO

Novara, 24 Maggio 2014

L'INTEGRAZIONE E' UN NUOVO ASPETTO DELL'IMMIGRAZIONE

- **L'IMMIGRAZIONE E' DIVENUTA STABILE**
- **190 ETNIE DIVERSE**
- **80 LINGUE DIVERSE**
- **20 RELIGIONI DIVERSE**

MACCARRONI, MANGIACRAUTI, POLENTONI

G2 E G1,75 : SONO PIU' DEL 60%

TRADIZIONI ALIMENTARI

ISLAM : carne Halal, Ramadan,carne suina,cibi Haram,alcool

EBREI : cibi Kasher,animali puri e impuri,digiuni

INDU' : divieto assoluto di assumere carne di mucca,semivegetariani,digiuni per fede religiosa

VEGETARIANI STRETTI : Vegans,Zen-macrobiotici, Gianisti, Fruttisti

SEMIVEGETARIANI : Buddisti, Rastafariani, Siki,etc.

STUDIO MULTICENTRICO SU CIRCA 1.000 MADRI DI MINORI STRANIERI



LE USANZE ALIMENTARI NEL TEMPO DIVENTANO QUELLE ITALIANE

- **Le famiglie (ed i loro figli) assumono a casa prevalentemente cibi italiani e non quelli del paese di origine**
- **I bambini preferiscono cibi italiani (carne, pasta, pane, formaggi) a quelli del paese di origine (verdure, pesce, frutta, riso) ed assumono merendine fuori pasto e bevande zuccherate e gassate come i minori italiani**

L'ACQUISIZIONE DELLE NOSTRE ABITUDINI ALIMENTARI :

- **Non è correlata alla etnia di appartenenza**
- **E' correlata al maggior tempo trascorso dalla famiglia dopo l'immigrazione (= maggiore acculturazione, dopo 4 anni di immigrazione)**
- **E' correlato alla scolarizzazione dei minori immigrati (la scuola è il più importante luogo di scambi culturali al di fuori della famiglia)**

IRREGOLARI, ZINGARI, MINORI NON ACCOMPAGNATI, PROFUGHI :

POSSIBILI, MA NON FREQUENTI, STATI DI MALNUTRIZIONE (ritardi di crescita e puberale, anemie carenziali, rachitismo) LEGATI AD INDIGENZA (irregolari, minori non accompagnati, profughi) o ALLA MANCATA INTEGRAZIONE CON LA NOSTRA CULTURA E AI NOSTRI STILI ALIMENTARI (nomadi)

RACHITISMO ED IMMIGRAZIONE

OGGI IN ITALIA IL RACHITISMO SI OSSERVA PREVALENTEMENTE IN BAMINI ED ADOLESCENTI GIUNTI DAL MEDIO ORIENTE, DALL'ASIA MERIDIONALE, E DALL'AFRICA



Anemie ferroprive e da carenza di folati e vit. B12, fattori etiologici (2° e 3° infanzia ed adolescenza)

- Diete vegetariane strette, carenti di vit. B12, folati, vit.C, di Fe o che ne ostacolano l'assorbimento (tannino e fitati)
- Motivi religioso-culturali che vietano l'assunzione di carne
- Relazione con il tempo trascorso dopo l'immigrazione, non con l'etnia di appartenenza

STUDIO GLNBI E SIGEP SULLE INTOLLERANZE ALIMENTARI

**3287 CARTELLE CLINICHE ESAMINATE
RETROSPETTIVAMENTE (58 IMMIGRATI)**

MALATTIA CELIACA : 36/1917 (1,9%)

ALLERGIE ALIMENTARI * : 18/843 (2,1%)

MALATTIE INFIAM. CRONICHE : 4/134 (2,9%)

*** uovo,riso,frutta,soia,pesce,pollo,piselli,etc**

ANAMNESI ALIMENTARE

CELIACHIA E ALLERGIE ALIMENTARI : non avevano assunto nel Paese di origine né grano né gli alimenti verso cui sono divenuti allergici

MALATTIE INFIAM. CRONICHE INTEST. : vanno probabilmente collegate alla dieta ricca di proteine e di grassi saturi proprie del Mondo Occidentale

Malattie cardiovascolari, ipertensione, obesità, diabete, sindrome metabolica

Gli adolescenti immigrati si uniformano agli stili di vita ed alimentari del Mondo Occidentale :
Stili di vita : sedentarietà, televisione, video giochi, internet, fumo, abuso di sostanze, alcool.
Alimentazione: esagerata assunzione di zuccheri a rapido assorbimento, grassi e proteine animali, bibite gassate, cibi salati e fast-food e scarsa assunzione di frutta, verdure, cereali integrali, zuccheri complessi, pesce e carni bianche.