



Comunicato stampa per i media specializzati

Data 20.02.2020

Alimentazione vegetariana e vegana dei bambini piccoli: strumenti di consultazione

La percentuale di persone che in Svizzera si alimenta in modo vegetariano o vegano è in aumento. Con una dieta vegana vi è un rischio di malnutrizione, soprattutto per i neonati e i bambini piccoli. Su incarico dell'USAV, la Società svizzera di pediatria ha elaborato delle linee guida destinate ai professionisti che offrono consulenza alle famiglie su questo tema.

Una dieta vegetariana per neonati e bambini, che comprende latticini e uova, di norma non costituisce un problema, a condizione che si tratti di una dieta equilibrata con particolare attenzione a quelle sostanze nutritive di solito fornite da carne e pesce, come vitamina B12, acidi grassi omega-3 e ferro.

Una dieta vegana non è raccomandata per i neonati e i bambini piccoli, che per la crescita e lo sviluppo necessitano di energia e proteine sufficienti nonché di altre importanti sostanze nutritive. Questo fabbisogno può essere soddisfatto al meglio con una dieta che includa alimenti di origine animale.

Più piccolo è il bambino, maggiore è l'effetto di una carenza nutrizionale sul suo sviluppo. Se si intende comunque seguire questo regime alimentare per il proprio figlio, è necessario rivolgersi regolarmente a un nutrizionista qualificato ed eseguire controlli medici regolari.

Sulla base delle indicazioni operative elaborate dalla Società svizzera di pediatria, l'USAV ha raccolto le informazioni più importanti e utili sul tema, consultabili sul sito www.bimbiatavola.ch.

Per ulteriori domande:

Ufficio federale della sicurezza alimentare e
di veterinaria USAV
Servizio stampa
Tel. 058 463 78 98
media@blv.admin.ch

Dipartimento responsabile:

Dipartimento federale dell'interno DFI