



L'INIZIATIVA

Cibo delle mense sotto la lente per aiutare chi soffre d'autismo

PAVIA

No al cibo spazzatura per garantire una alimentazione più corretta basata sui bisogni nutrizionali delle persone con disturbo dello spettro autistico (Dsa). Nasce FoodAut, progetto scientifico su cibo e autismo che vede coinvolto il laboratorio di Dietetica e Nutrizione Clinica (LDNC) dell'Università di Pavia in collaborazione con il gruppo Pellegrini e la **Fondazione Sacra Famiglia**. Si tratta di uno studio pilota su piccola scala, fanno sapere i soggetti dell'iniziativa, che ha come obiettivo una sua riproduzione in ambito nazionale. In ogni caso parliamo di un progetto, primo ed unico nel suo genere, che si occuperà di sviluppare uno studio sulle preferenze alimentari delle persone con disturbo dello spettro autistico per fornire

indicazioni nutrizionali e migliorare la loro alimentazione a livello familiare e nella ristorazione collettiva. 25 gli ospiti della **Fondazione Sacra Famiglia** (che da 125 an-

ni cura ed assiste in Italia persone con disturbi del comportamento) ad essere stati coinvolti; i dati elaborati sulla base delle preferenze alimentari (a fornire i pasti il gruppo Pellegrini) sono stati poi inviati al laboratorio dell'Università di Pavia per essere studiati al fine di poter implementare i menù già presenti. I soggetti coinvolti, si è notato, prediligono alimenti caratterizzati da consistenze morbide o semiliquide, colori poco intensi, gusti delicati, con una tendenza a preferire il junk food (alimenti detto cibo spazzatura) caratterizzato da un'elevata densità energetica, alto contenuto di zuccheri semplici, grassi saturi e sale. Più difficile, invece accettare odori marcati e temperature elevate, sino quasi ad eliminare intere categorie alimentari. Insomma, si può trovare una giusta via di mezzo per un corretto livello nutrizionale senza alterare le preferenze di chi si appresta a mangiare. Lo spiega la ricercatrice del laboratorio Maria

Vittoria Conti che, insieme alla professoressa Hellas Cena, stanno analizzando i dati in possesso per arrivare al massimo tra un anno a fornire le risposte migliori al Gruppo Pellegrini: «Svolgiamo attività di osservazione ed intervento. C'è molta letteratura a riguardo, ma abbiamo riscontrato come i colori forti vengono meno tollerati rispetto a quelli tenui, così come i sapori. Per fare un esempio pensiamo alla frutta estiva come l'anguria che ha un tono rosso acceso oppure la pasta al pomodoro e tonno dove quest'ultimo ha un sapore forte». Come fare allora? «Si possono trovare dei modi per sostituire alcuni cibi con altri per soddisfare comunque le richieste nutrizionali. Una sogliola o un merluzzo hanno un colore più tenue rispetto al tonno ed un sapore meno intenso. L'obiettivo è quello di implementare i menù della Pellegrini con cibo magari più gradito per soddisfare il fabbisogno di ognuno». —

ALESSIO MOLTENI



colori accesi sono un problema