

PERICOLO SOFFOCAMENTO: TAGLIO ALIMENTI PER BAMBINI IN SICUREZZA

La maggior parte di questi incidenti avviene in ambiente domestico e mentre il bambino mangia svolgendo contemporaneamente altre attività (giocare, muoversi, parlare, ridere).

Più che i singoli alimenti, **fate attenzione al mix forma-scivolosità-consistenza.**

La maggior parte dei cibi e degli oggetti responsabili di gravi incidenti da soffocamento hanno i seguenti requisiti:

- sono piccoli
- sono rotondi (pomodorini, uva, mozzarelline, biglie)
- hanno una forma cilindrica o conforme alle vie aeree del bambino (pile, monete, bottoni, wurstel a rondelle, ciliegie, carote a fette, arachidi, pistacchi)
- sono appiccicosi (caramelle)
- sono alimenti che pur tagliati non perdono la loro consistenza (pere, pesche, prugne, susine, pezzetti di pane, biscotto)
- si sfilacciano aumentando l'adesione alle mucose (grasso del prosciutto crudo, finocchio, sedano)
- hanno forte aderenza (carote julienne, prosciutto crudo)

ALIMENTI MOLLI O SCIVOLOSI

UVA: rimuovere i semi e tagliare gli acini nel senso della lunghezza

CILIEGIA: rimuovere il nocciolo e tagliare in 4 parti

WURSTEL: tagliare in 4 parti nel senso della lunghezza e poi in pezzetti più piccoli (MAI taglio a rondella)

MOZZARELLA: tagliare in piccoli pezzetti, evitare di aggiungerla come ingrediente a piatti caldi che potrebbero farla fondere

POMODORINI E OLIVE: tagliare in 4 parti e in pezzetti più piccoli

KIWI: tagliare il frutto nel senso della lunghezza e poi ricavarne pezzetti più piccoli

DA EVITARE CAMELLE GELATINOSE

ALIMENTI SOLIDI E SEMISOLIDI:

GNOCCHI: evitare l'abbinamento a formaggi che possono sciogliersi e creare "effetto colla"

PASTA: scegliere formati piccoli

ALIMENTI DURI E SECCHI:

CAROTE: tagliare nel senso della lunghezza e poi in pezzetti più piccoli (evitare il taglio a rondella)

FINOCCHIO CRUDO, SEDANO: evitare i filamenti e tagliare in piccoli pezzi

ARACHIDI, NOCI E FRUTTA A GUSCIO: sminuzzare in piccoli pezzi

DA EVITARE POPCORN, CAMELLE DURE, FRUTTA CANDITA E CONFETTI**ALIMENTI APPICCIOSI E COLLOSI:**

CARNE o PEZZI DI FORMAGGIO: tagliare in piccoli pezzetti

PROSCIUTTO CRUDO: rimuovere il grasso, evitare la fetta intera che deve essere ridotta a piccoli pezzetti

BURRO, FORMAGGI DENS: spalmare sul pane (evitare il cucchiaino)

MELA PERA: tagliare in piccoli pezzetti, grattugiare nel primo anno di vita

PESCA, PRUGNA, SUSINA: rimosso il nocciolo, tagliare in pezzetti piccoli, omogeneizzare e frullare

UVETTA e FRUTTA SECCA: tagliare in piccoli pezzetti

DA EVITARE CAMELLE GOMMOSE, GOMME DA MASTICARE, MARSHMALLOWS

Regole comportamentali

- Il bambino deve mangiare a tavola, seduto con la schiena dritta.
- Il bambino non deve mangiare mentre gioca, è distratto dalla tv o da videogiochi, corre o si trova in un veicolo in movimento (es. automobile).
- Creare un ambiente rilassato e tranquillo. Evitare distrazioni e non dare alimenti al bambino mentre sta piangendo o ridendo.
- Provvedere alla sorveglianza/supervisione del bambino mentre mangia. Mai lasciare il bambino da solo mentre sta mangiando.
- Incoraggiare il bambino a mangiare lentamente, a fare bocconi piccoli e a masticare bene prima di deglutire. Non forzare il bambino a mangiare. Dare al bambino alimenti appropriati al suo livello di sviluppo.