



Candidato: Flora Ricci Barbini

Relatore: Prof.ssa Felicità Scapini

Correlatore: Dr.ssa Claudia Rossano

Secondo correlatore(eventuale): Prof./Dr. Nome Cognome

email: flora.ricci@stud.unifi.it

email: felicitia.scapini@unifi.it

email: claudia.rossano@unifi.it

email:

## **Comportamento ritmico di alimentazione nell'infanzia - uno studio esplorativo**

(calibri 14)

### **Feeding rhythmical behaviour in childhood – an explorative study (calibri 14)**

Questo lavoro di tesi ha indagato l'aspetto cronobiologico del comportamento di alimentazione in bambini di età prescolare in condizioni di "libera scelta alimentare". In letteratura sono presenti delle ricerche che riguardano lo sviluppo dei ritmi di alimentazione e di sonno-veglia nei lattanti, mentre pochi studi trattano i ritmi di alimentazione in età prescolare. In soggetti adulti è stata evidenziata la relazione tra ritmi di alimentazione e benessere fisiologico. Abbiamo pertanto ritenuto importante verificare se condizioni di libera scelta alimentare, offerte in via sperimentale nel Laboratorio Montessori BELL (Bambini Etologia Laboratori Longitudinali) di Firenze, favoriscano nei bambini di 2-5 anni un "autoregolazione del ritmo di alimentazione". In questo studio sono stati valutati gli effetti della condizione di libera scelta alimentare in un campione di 12 bambini di età prescolare, suddiviso in due gruppi: gruppo di soggetti "esperti" (n = 6) e il gruppo di soggetti "inesperti" (n = 6), rispettivamente con esperienza del contesto di libera scelta alimentare presso il Laboratorio, oppure privi di una tale esperienza. La ricerca, della durata di 5-6 mesi, ha previsto due procedure di indagine: i) indagine su 3h 30min del ritmo ultradiano di alimentazione; ii) indagine sulle 24h del ritmo di alimentazione e di sonno-veglia. I rilevamenti sono stati condotti mediante videocamera e questionari per gli operatori nel Laboratorio e con questionari per i genitori al di fuori di questo. Lo studio ha permesso di descrivere l'andamento temporale del comportamento di alimentazione dei soggetti appartenenti ai due gruppi, grazie all'elaborazione di attogrammi e all'analisi tramite periodogrammi. Gli andamenti individuali sono stati poi confrontati tra i gruppi.

In generale, è emerso che i bambini con una precedente esperienza di condizioni di libera scelta alimentare, sono caratterizzati da un ritmo ultradiano di alimentazione, che si è mantenuto stabile nei 5-6 mesi di studio. Per i bambini che invece non avevano avuto esperienza di libera scelta alimentare, si sono verificati dei cambiamenti più o meno evidenti, tra cui la comparsa di un ritmo, ove questo fosse stato assente, dopo almeno 4 mesi di permanenza presso il Laboratorio. L'indagine contestuale sul ritmo di sonno-veglia e sull'interazione tra i ritmi stessi, condotta all'inizio e al termine dello studio, non ha mostrato degli effetti evidenti nei due gruppi. I risultati ottenuti sembrano collocarsi nell'ambito di un'ipotesi di autoregolazione dell'alimentazione, sebbene il carattere esplorativo di questo studio impedisca di trarre delle conclusioni sul ruolo biologico della modificazione osservata relativamente ai pattern temporali del gruppo di soggetti inesperti. A tale proposito, i risultati di questa ricerca, che si inserisce in un campo di difficile approccio ma di interessante sviluppo, necessitano di essere confermati da studi futuri.