

Dimmi come Mangi

I principali profili alimentari dell'età evolutiva

Cari genitori,

Sodex, avvalendosi di esperti nutrizionisti ed attraverso dati provenienti da indagini nazionali ed europee, ha identificato cinque profili legati al comportamento alimentare dei bambini da 3 a 12 anni:

IL DISAPPETENTE, LO SPILUCCATORE, L'ABITUDINARIO, L'ONNIVORO e IL GOLOSONE.

Compilando il seguente questionario e calcolando il punteggio realizzato, potrete scoprire a quale profilo alimentare si avvicina più vostro/a figlio/a. Vi chiediamo quindi di leggere le seguenti affermazioni, una ad una, e, per ciascuna di esse, di dire quanto la riteniate simile al comportamento alimentare di vostro/a figlio/a.

Per rispondere, avete la possibilità di utilizzare una scala di valori da 0 a 10, dove "0" significa per niente simile e "10" molto simile. Occorre rispondere ad ogni affermazione, mettendo una croce sul valore corrispondente.

	PER NIENTE SIMILE										MOLTO SIMILE
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Far mangiare mio figlio/a e' sempre un'impresa molto facile	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mio figlio mangia molto, soprattutto se si tratta di cibi ricchi e appetitosi	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mio figlio/a mangia di tutto	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Spesso riesco a dare a mio figlio/a un pasto completo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mio figlio/a mangia volentieri tutto ciò che gli do	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Devo usare poca fantasia per stimolare mio figlio/a a mangiare	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mio figlio/a mangia anche con gli occhi oltre che con la bocca	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Le preferenze di mio figlio/a, in fatto di cibi, variano sempre	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
A mio figlio/a piace fare tanti piccoli spuntini nell'arco della giornata	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mio figlio/a ama un'alimentazione molto variata	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
A mio figlio non servono concessioni per vederlo mangiare	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Qualche volta mio figlio/a tende ad eccedere	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
In genere mio figlio/a non e' diffidente nei confronti di cibi nuovi/inusuali	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mio figlio/a mangia soprattutto fuori pasto	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Se trova nel piatto sempre gli stessi cibi, mio figlio/a si stufa	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mio figlio/a ama mangiare	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mio figlio/a ci rimane male quando gli limito il cibo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mi risulta molto difficile variare l'alimentazione di mio figlio/a	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mio figlio/a ha sempre qualcosa in mano da mangiare	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Di fronte a nuovi cibi, mio figlio/a si incuriosisce e ha voglia di provare	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Per mangiare, mio figlio/a non fa capricci	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mio figlio/a bada più alla quantità che alla qualità del cibo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mio figlio non ha un menu preferito, ma varia	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Per sapere cosa mio figlio/a mangia non serve controllarlo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mio figlio/a mangia proprio di tutto	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

RISPONDENDO AL QUESTIONARIO HO TOTALIZZATO _____ PUNTI.

PUNTEGGIO TOTALIZZATO	PROFILO ALIMENTARE PREVALENTE
0-50	DISAPPETENTE
51-100	SPILUCCATORE
101-150	ABITUDINARIO
151-200	ONNIVORO
201-250	GOLOSONE

Per scoprire la descrizione di ogni profilo alimentare vai sul portale della ristorazione del Municipio I DI Roma cliccando QUI, oppure collegati al seguente indirizzo web:

<https://www.ristorazioneroma.com/assaggiamo>

Un saluto cordiale