

# L'importanza dei prodotti genuini nell'alimentazione infantile: un percorso verso la salute e la sostenibilità

Raffaele Sacchi e Francesco Addeo

L'alimentazione è una delle principali preoccupazioni per la salute e il benessere dei bambini. Nel contesto dell'agenda 2030, che mira a garantire un futuro migliore per le nuove generazioni, l'attenzione verso un'alimentazione sana e responsabile è diventata una priorità. In questo articolo, esploreremo l'importanza dei prodotti genuini, con particolare riferimento ai prodotti lattiero-caseari, nel contesto dell'alimentazione infantile.

## *Un approccio olistico all'alimentazione*

Il progetto IMES promosso dalla Federazione Italiana delle Scuole Materne (FISM) rappresenta un percorso educativo completo che coinvolge non solo i bambini, ma anche le famiglie, i docenti, le scuole e la società civile nel loro insieme. L'obiettivo è sensibilizzare tutti verso un'alimentazione corretta, sana e sostenibile. Questo approccio olistico garantisce una maggiore consapevolezza dell'importanza di fare scelte alimentari consapevoli per il bene dei nostri bambini e per la tutela dell'ambiente.

I prodotti lattiero-caseari per l'alimentazione infantile: L'iniziativa della FISM coinvolge caseifici che producono Mozzarella di Bufala, Ricotta di Bufala, Kefir e yogurt con latte di bufala. Questi prodotti lattiero-caseari, quando utilizzati per l'alimentazione infantile, offrono numerosi vantaggi. Innanzitutto, il latte di bufala è una fonte ricca di nutrienti essenziali come proteine, vitamine e minerali, che sono fondamentali per la crescita e lo sviluppo dei bambini. Inoltre, questi prodotti sono naturalmente privi di additivi artificiali e conservanti, garantendo così un'alimentazione più genuina e salutare per i bambini.

## *Educazione alimentare per i genitori*

Preparare merendine e pasti per i bambini richiede una conoscenza delle raccomandazioni nutrizionistiche. L'educazione alimentare riveste quindi un ruolo fondamentale per i genitori. È importante che siano consapevoli delle scelte che fanno per garantire una corretta alimentazione ai loro figli. Programmi di educazione alimentare nelle scuole e iniziative come quelle promosse dalla FISM possono fornire supporto e informazioni preziose ai genitori, aiutandoli a prendere decisioni più informate riguardo all'alimentazione dei loro bambini.

## *Prodotti agricoli a chilometro zero e sicurezza alimentare*

Esiste una corrente di opinione che promuove l'uso di prodotti agricoli a chilometro zero, cioè prodotti localmente e venduti direttamente dai produttori. Tuttavia, è legittimo chiedersi se tali prodotti siano sicuri dal punto di vista salutistico. È importante notare che i controlli sanitari non dovrebbero essere limitati ai supermercati, ma dovrebbero essere estesi a tutti i produttori di alimenti, indipendentemente dalla dimensione dell'azienda. La trasparenza e l'adeguata regolamentazione nel processo di produzione e vendita dei prodotti alimentari sono fondamentali per garantire la sicurezza alimentare, indipendentemente dalla provenienza dei prodotti.

### *L'esempio dei prodotti lattiero caseari tradizionali ed innovativi*

Il futuro dell'alimentazione potrebbe riservare sorprese interessanti, come la colazione a base di mozzarella di bufala e kefir al posto del classico cornetto e cappuccino. L'uso di ingredienti innovativi come la spirulina ha aperto nuove frontiere nella produzione di prodotti alimentari. Un esempio di queste nuove tendenze è rappresentato dal progetto IABUPO, condotto dall'azienda La Perla del Mediterraneo di Capaccio con cui la FISM ha stretto una collaborazione in occasione dell'evento 'Giffoni Film Festival'. Il progetto IABUPO si concentra sulla lavorazione delle fasi produttive di un semi-preparato in polvere contenente molecole bioattive ottenute dal siero di caseificazione della Mozzarella di bufala. Questo siero è ricco di proteine ad attività immunomodulatrice e antitumorale, nonché di peptidi bioattivi con azione antimicrobica, antiossidante, antiipertensiva e rimineralizzante. Queste proprietà sono di notevole interesse per il trattamento alimentare dei pazienti affetti da patologie oncologiche, poiché possono migliorare la prognosi e ridurre il rischio di recidive o patologie secondarie.

La Perla del Mediterraneo fa utilizzare, però, anche spirulina nell'alimentazione delle bufale per alcuni suoi allevamenti di bufala, e ha anche sviluppato un kefir di bufala innovativo rispetto al tradizionale kefir ottenuto da latte di animali diversi dalla bufala. Il kefir di bufala contiene circa 30 specie uniche di probiotici, batteri benefici noti per migliorare la salute dell'intestino e favorire i processi digestivi. Questo prodotto non solo fornisce sollievo dalla costipazione, ma può anche abbassare i livelli di colesterolo e essere raccomandato per il trattamento dell'ipertensione e delle allergie. Inoltre, i batteri presenti nel kefir trasformano il lattosio del latte di bufala in kefirani, una forma resistente agli enzimi digestivi del tratto gastrointestinale umano. Ciò rende kefir anche un'opzione adatta anche per coloro che sono intolleranti al lattosio. I kefirani, fermentati dai batteri probiotici presenti nel colon, producono acidi grassi a catena corta che proteggono il colon dall'insorgenza del cancro. I probiotici presenti nello yogurt e i kefirani del kefir hanno, infatti, dimostrato di svolgere un ruolo importante nel miglioramento della salute dell'intestino, contribuendo a ridurre i disturbi digestivi e nel promuovere la salute del sistema immunitario, migliorando la risposta del corpo alle infezioni e alle malattie.

La Perla del Mediterraneo, fondata negli anni '80 come Cooperativa, ha sempre dimostrato un forte impegno nella ricerca scientifica e nell'innovazione nutrizionale. È stata tra le prime aziende a creare prodotti caseari privi di lattosio e ad utilizzare la spirulina nell'alimentazione delle bufale. L'azienda utilizza solo latte proveniente dai propri allevamenti selezionati nella Piana del Sele ed è dotata di un laboratorio scientifico all'avanguardia coordinato da ricercatori universitari. L'obiettivo principale di questo caseificio è quello di realizzare un'innovazione tangibile, in particolare nel campo degli alimenti funzionali, sfruttando le opportunità offerte dalle nanotecnologie. La collaborazione con la FISM in Italia mira a promuovere una corretta, sana e sostenibile alimentazione sin dalla prima infanzia. Questo percorso coinvolge non solo i bambini, le famiglie e i docenti, ma anche la società civile, le istituzioni e il territorio, creando una vera alleanza educativa. Attraverso l'adozione di prodotti genuini come la mozzarella di bufala e il kefir, si promuove una dieta sana e responsabile, contribuendo al benessere dei bambini e alla sostenibilità ambientale. La combinazione di ingredienti innovativi e un approccio multidisciplinare apre nuove prospettive per il futuro dell'alimentazione infantile, offrendo un percorso verso la salute e la sostenibilità.

L'importanza dei prodotti genuini nell'alimentazione infantile risiede nella loro capacità di fornire una fonte di nutrienti essenziali per la crescita e lo sviluppo sano dei bambini. L'iniziativa della FISM, che coinvolge caseifici nella produzione di prodotti lattiero-caseari di qualità, rappresenta quindi un passo avanti verso un'alimentazione più sana e sostenibile.

Infine, la sicurezza alimentare deve essere garantita attraverso una regolamentazione adeguata e controlli sanitari che coprano l'intero processo di produzione e vendita, indipendentemente dalla

provenienza dei prodotti. Solo così potremo costruire un futuro alimentare migliore per le nuove generazioni.