

6 - 9 MESI

Consistenze e tagli sicuri degli alimenti

Dott.ssa Elena Agostino

Farmacista - Antica Farmacia Viana



“Ho paura che si strozzi: è più sicuro frullare tutto?” La paura del soffocamento è comprensibile, ma mantenere a lungo una sola consistenza liscia non elimina ogni rischio e può ritardare l'apprendimento orale. La sicurezza dipende da postura, supervisione, consistenza, forma, dimensione e capacità del bambino. L'obiettivo non è scegliere tra cucchiaino e alimentazione autonoma come fossero schieramenti, ma offrire progressioni adatte e gestite con attenzione.

Cosa è importante sapere

Un alimento sicuro deve potersi schiacciare facilmente e non avere forma, durezza o elasticità che possano bloccare le vie aeree. Le consistenze evolvono da morbide e omogenee a più granulose e poi a pezzetti adatti alla presa e alla masticazione gengivale. Conato e soffocamento non sono la stessa cosa: il conato è spesso rumoroso e protettivo, mentre nel soffocamento il bambino può non riuscire a respirare o vocalizzare. I genitori dovrebbero conoscere le manovre di disostruzione attraverso formazione qualificata.

Cosa puoi fare oggi

Fai mangiare il bambino seduto stabile e vigile, senza movimento dell'auto o passeggino reclinato. Controlla la morbidezza schiacciando il cibo e adatta forma e dimensione alle capacità. Rimuovi noccioli, ossa, lisce e parti dure. Modifica gli alimenti rotondi, duri, fibrosi o appiccicosi e resta a portata di mano per tutto il pasto. Mantieni un ambiente calmo, perché distrazione e fretta aumentano il rischio.

Cosa evitare

Non offrire frutta secca intera, popcorn, caramelle dure, pezzi tondi di alimenti, cucchiainate di creme dense o altri cibi ad alto rischio nella loro forma originaria. Non infilare le dita in bocca alla cieca durante un conato e non scuotere il bambino. Non affidare la sorveglianza a un fratello e non lasciare che mangi mentre corre o gioca. Evita strumenti che inseriscono il cibo in reti come unica modalità di esplorazione.

Quando chiedere aiuto

Se il bambino non respira, non emette suoni o cambia colore, occorre applicare immediatamente le manovre di disostruzione adatte all'età e attivare il 112. Se un episodio si risolve ma restano tosse, difficoltà respiratoria o dubbio su un corpo estraneo, è necessaria una valutazione. Chiedi al pediatra anche in caso di tosse ricorrente durante i pasti, voce gorgogliante, infezioni respiratorie frequenti o difficoltà persistenti con le consistenze.

La scheda da utilizzare

La scheda delle consistenze può raccontare come vengono preparati gli alimenti, quali forme il bambino gestisce, quali causano conati ripetuti e come cambia la sua abilità. Aggiungi la data del corso di disostruzione frequentato dagli adulti che lo accudiscono e il luogo in cui sono conservati i numeri di emergenza. La scheda non sostituisce una valutazione della deglutizione.

A chi rivolgersi nel Biellese

Nel Biellese il primo riferimento è il pediatra di libera scelta. In base al bisogno si può ricorrere ai servizi dell'ASL BI, ai consultori territoriali, alla Pediatria o al Pronto Soccorso dell'Ospedale degli Infermi di Ponderano. Per un'urgenza sanitaria bisogna chiamare il 112. Prima di recarsi in una sede è opportuno verificare sul sito dell'ASL BI orari, modalità di accesso e recapiti aggiornati.

Come può aiutarti la Farmacia Viana

La Farmacia Viana può segnalare percorsi formativi qualificati sulla disostruzione, aiutare a scegliere stoviglie stabili e prodotti coerenti con l'età e scoraggiare dispositivi presentati come garanzia assoluta contro il soffocamento. In presenza di difficoltà ripetute indirizza al pediatra e agli specialisti competenti.

Fonti e data di revisione

[OMS - Infant and young child feeding](#); [OMS - Guideline for complementary feeding 6-23 months](#); [ASL BI - portale istituzionale](#).

Ultima revisione: 18 settembre 2026. Prossima revisione: settembre 2027 o prima, se cambiano linee guida o servizi territoriali.

Nota: il contenuto ha finalità informative e non sostituisce la valutazione del pediatra, del medico, dell'ostetrica o di altro professionista sanitario.