



La Fondazione Create Cures ha formulato questo questionario per capire le reali abitudini alimentari dei bambini, identificare i problemi legati al cibo e trovare le soluzioni. Questi sono i risultati del questionario, di cui si parla estesamente nel capitolo 4 del nuovo libro del Professor Valter Longo "La longevità inizia da bambini".

*Dott.ssa Gina Forrisi e Dott.ssa Romina Inès Cervigni*

	<b>CARATTERISTICHE GENERALI</b>
1.	<b>Età</b>
2.	<b>Sesso</b>
3.	<b>Categoria di peso (sottopeso, normopeso, sovrappeso, obeso)</b>
	<b>PERCEZIONE GENITORI</b>
4.	<b>Percezione genitori: Ritieni che tuo figlio sia: sottopeso, normopeso, sovrappeso, obeso?</b>
	<b>ATTIVITÀ FISICA</b>
5.	<b>Pratica attività fisica? Se sì, con quale frequenza?</b>
6.	<b>Quanto tempo della giornata trascorre alla TV/videogame/computer?</b>
	<b>SALUTE</b>
7.	<b>È affetto da carie dentali? Se sì, in che misura?</b>
8.	<b>Presenta condizioni che potrebbero essere legate all'alimentazione (acne, anemia, dermatiti etc.)?</b>
9.	<b>Soffre di un'allergia alimentare? Se sì, quale?</b>
	<b>ABITUDINI: COLAZIONE</b>
10.	<b>Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Latte/yogurt di vacca]</b>
11.	<b>Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Bevanda/yogurt vegetale]</b>
12.	<b>Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Cereali da colazione]</b>
13.	<b>Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Fette biscottate]</b>
14.	<b>Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Pane]</b>
15.	<b>Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Frutta fresca]</b>
16.	<b>Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Frutta secca]</b>
17.	<b>Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Biscotti]</b>
18.	<b>Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Brioche]</b>
19.	<b>Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Crema spalmabile alle nocciole]</b>
20.	<b>Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Succo di frutta]</b>
21.	<b>Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Altro]</b>
	<b>ABITUDINI: MERENDE</b>
22.	<b>Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Merendine]</b>
23.	<b>Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Biscotti]</b>
24.	<b>Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Cioccolato]</b>
25.	<b>Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Tramezzini/toast/panini]</b>





26.	Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Frutta secca]
27.	Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Frutta fresca]
28.	Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Verdura]
29.	Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Yogurt]
30.	Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Succo di frutta]
31.	Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Altro]
	<b>ABITUDINI: PRANZO</b>
32.	Consuma abitualmente il pranzo fuori casa (es. mensa scolastica) ?
33.	Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Pasta, riso o altro cereale]
34.	Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Pane]
35.	Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Carne rossa]
36.	Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Carne bianca]
37.	Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Salumi e/o carni lavorate]
38.	Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Latte e latticini]
39.	Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Legumi]
40.	Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Pesce]
41.	Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Uova]
42.	Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Verdura]
43.	Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Frutta fresca/secca]
44.	Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Dolciumi e prodotti confezionati]
45.	Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Succhi di frutta]
46.	Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Bibite gassate]
47.	Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Altro]
	<b>ABITUDINI: CENA</b>
48.	Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Pasta, pane, cereali]
49.	Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Carne rossa]
50.	Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Carne bianca]
51.	Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Salumi e/o carni lavorate]
52.	Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Latte e latticini]
53.	Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Legumi]
54.	Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Pesce]
55.	Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Uova]
56.	Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Verdura]
57.	Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Frutta fresca/secca]
58.	Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Dolciumi e prodotti confezionati]
59.	Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Succhi di frutta]
60.	Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Bibite gassate]
61.	Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Altro]
	<b>IDRATAZIONE</b>
62.	Quanta acqua beve indicativamente al giorno?





	<b>GUSTI ALIMENTARI: COLAZIONE</b>
63.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Latte/yogurt di vacca]
64.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Latte/yogurt di capra]
65.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Bevande vegetali (mandorla, avena, cocco...)]
66.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Spremuta fresca o frutta]
67.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Tè]
68.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Pane integrale]
69.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Fette biscottate integrali]
70.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Biscotti integrali]
71.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Cereali da colazione, muesli]
72.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Marmellata (a ridotto contenuto di zuccheri)]
73.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Miele]
	<b>GUSTI ALIMENTARI: MERENDE</b>
74.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per merenda? [Frutta fresca (banana, mela, kiwi, macedonia...)]
75.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per merenda? [Frutta essiccata (albicocche, uvetta, prugne)]
76.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per merenda? [Frutta a guscio (noci, mandorle, nocciole, pistacchi...)]
77.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per merenda? [Biscotti integrali]
78.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per merenda? [Fette biscottate integrali con marmellata senza zuccheri aggiunti]
79.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per merenda? [Pane e olio, bruschette]
	<b>GUSTI ALIMENTARI: PRANZO</b>
80.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Pasta integrale]
81.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Riso]
82.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Cous cous]
83.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Orzo]
84.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Farro]
85.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Polenta]
86.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Patate]
87.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Ceci]
88.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Piselli]





89.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Lenticchie]
90.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Fagioli]
91.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Acciughe]
92.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Salmone]
93.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Sgombro]
94.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Tonno]
95.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Sogliola]
96.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Merluzzo]
97.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Platessa]
98.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Polpo]
99.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Seppia]
100.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Vongole]
101.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Gamberetti]
102.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Uova]
103.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Carne di pollo]
104.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Carne di vitello]
105.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Verdure crude o cotte]
106.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Minestrone di verdure]
107.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Minestrone di legumi]
	<b>GUSTI ALIMENTARI: CENA</b>
108.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Pasta integrale]
109.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Riso]
110.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Cous cous]
111.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Orzo]
112.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Farro]
113.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Polenta]
114.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Patate]
115.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Ceci]
116.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Piselli]
117.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Lenticchie]
118.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Fagioli]
119.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Acciughe]
120.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Salmone]
121.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Sgombro]
122.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Tonno]
123.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Sogliola]
124.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Merluzzo]
125.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Platessa]
126.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Polpo]
127.	Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Seppia]





128.	<b>Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Vongole]</b>
129.	<b>Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Gamberetti]</b>
130.	<b>Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Uova]</b>
131.	<b>Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Carne di pollo]</b>
132.	<b>Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Carne di vitello]</b>
133.	<b>Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Verdure crude o cotte]</b>
134.	<b>Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Minestrone di verdure]</b>
135.	<b>Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Minestrone di legumi]</b>
<b>STRATEGIE DEI GENITORI</b>	
136.	<b>Che soluzioni utilizzi per invogliare tuo figlio a mangiare i cibi che non gradisce molto?</b>
137.	<b>Le soluzioni che hai descritto nella risposta precedente sono efficaci per far mangiare a tuo figlio anche cibi che non gradisce?</b>
<b>PREFERENZE ALIMENTARI</b>	
138.	<b>Quali sono le verdure maggiormente gradite da tuo figlio?</b>
139.	<b>Quale tipologia di pesce viene consumato più piacevolmente da tuo figlio?</b>
140.	<b>Quali sono i legumi maggiormente graditi da tuo figlio?</b>
141.	<b>Ci sono alimenti per i quali prova avversione? Se sì, quali?</b>





CREATE CURES  
FOUNDATION

# Risposte



CREATE CURES FOUNDATION | LOS ANGELES, CA | PH: +1 310 683 0816 | INFO@CREATECURES.COM  
WWW.CREATECURES.COM



CREATE CURES  
FOUNDATION

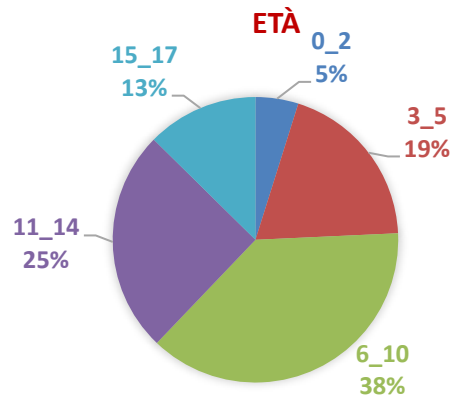
# CARATTERISTICHE GENERALI



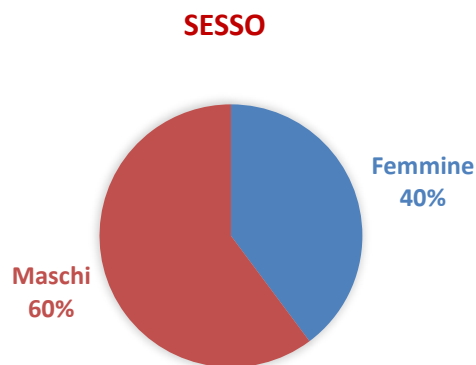
CREATE CURES FOUNDATION | LOS ANGELES, CA | PH: +1 310 683 0816 | INFO@CREATECURES.COM  
WWW.CREATECURES.COM



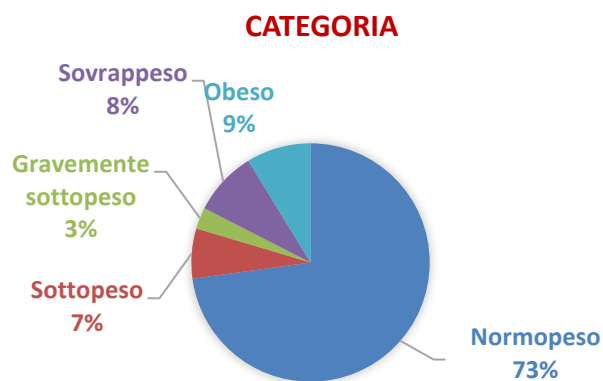
1. **Età**



2. **Sesso**



3. **Categoria di peso (sottopeso, normopeso, sovrappeso, obeso)**







CREATE CURES  
FOUNDATION

# PERCEZIONE DEI GENITORI



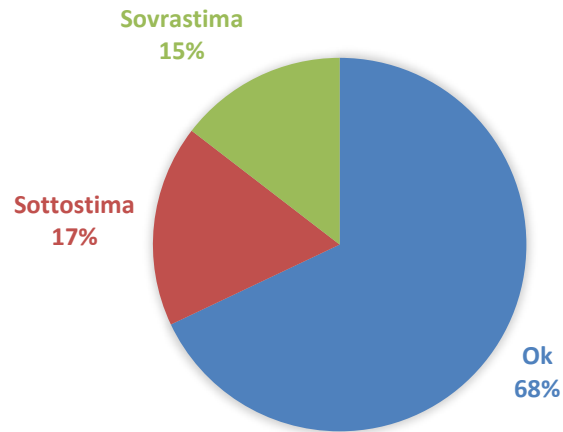
CREATE CURES FOUNDATION | LOS ANGELES, CA | PH: +1 310 683 0816 | INFO@CREATECURES.COM  
WWW.CREATECURES.COM



CREATE CURES  
FOUNDATION

4. **Percezione genitori: Ritieni che tuo figlio sia: sottopeso, normopeso, sovrappeso, obeso**

**PERCEZIONE GENITORI**





CREATE CURES  
FOUNDATION

# ATTIVITÀ FISICA

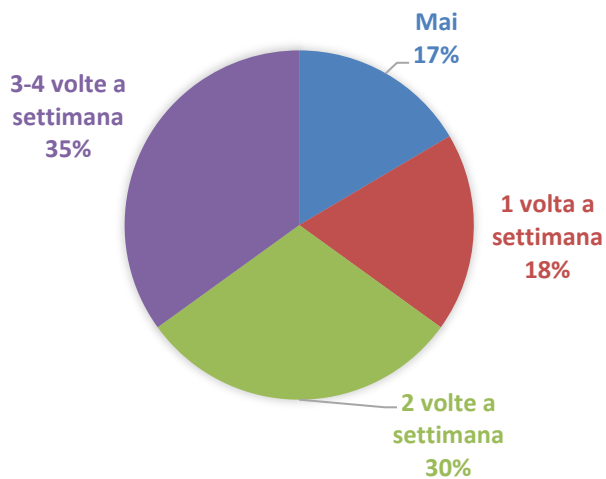


CREATE CURES FOUNDATION | LOS ANGELES, CA | PH: +1 310 683 0816 | INFO@CREATECURES.COM  
WWW.CREATECURES.COM



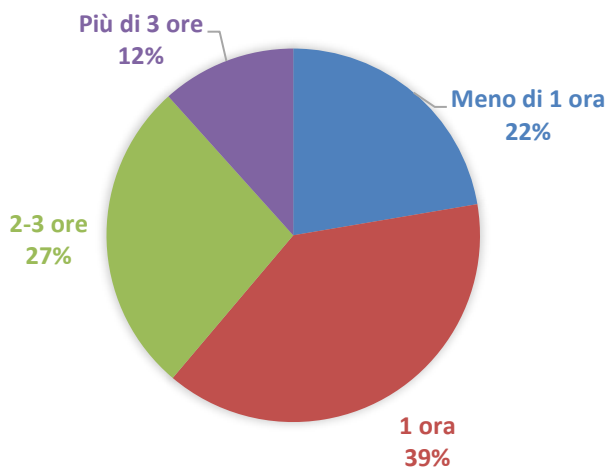
5. **Pratica attività fisica? Se sì, con quale frequenza?**

**ATTIVITÀ FISICA**



6. **Quanto tempo della giornata trascorre alla TV/videogame/computer?**

**TV/VIDEOGAME/COMPUTER**





CREATE CURES  
FOUNDATION

# SALUTE

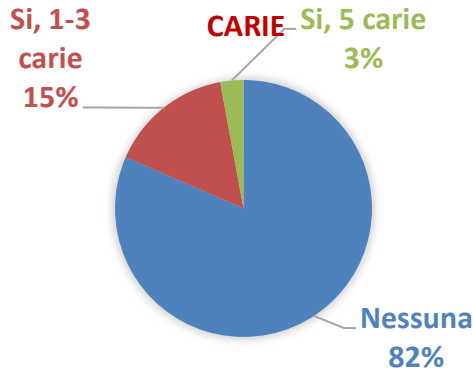


CREATE CURES FOUNDATION | LOS ANGELES, CA | PH: +1 310 683 0816 | INFO@CREATECURES.COM  
WWW.CREATECURES.COM



7.

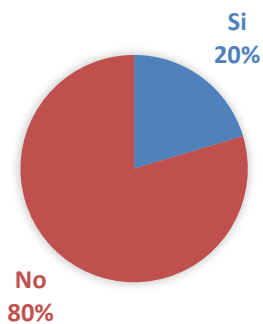
È affetto da carie dentali? Se si, in che misura?



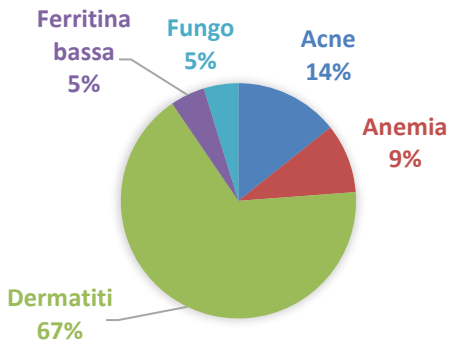
8.

Presenta condizioni che potrebbero essere legate all'alimentazione (acne, anemia, dermatiti etc.)?

**DISTURBI LEGATI ALL'ALIMENTAZIONE**

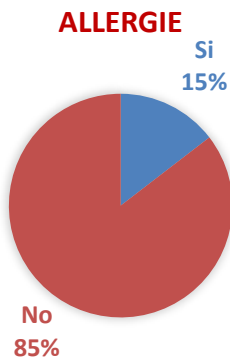


**TIPOLOGIA DISTURBO**

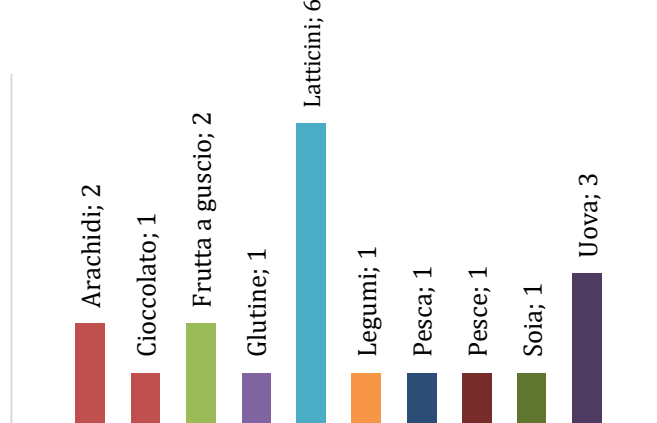


9.

Soffre di un'allergia alimentare? Se si, quale?



**ALLERGENI**





CREATE CURES  
FOUNDATION

# ABITUDINI: COLAZIONE

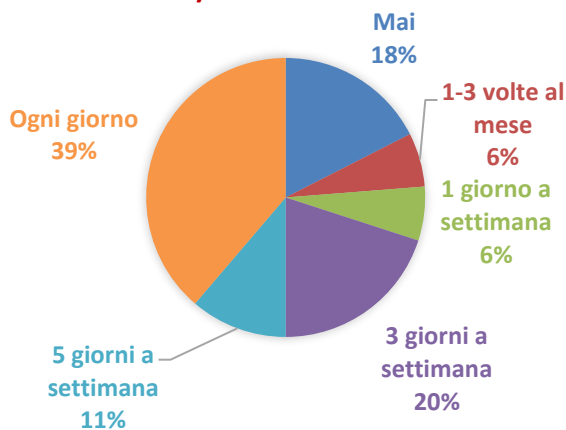


CREATE CURES FOUNDATION | LOS ANGELES, CA | PH: +1 310 683 0816 | INFO@CREATECURES.COM  
WWW.CREATECURES.COM



10. **Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Latte/yogurt di vacca]**

**LATTE/YOGURT VACCINO**



11. **Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Bevanda/yogurt vegetale]**

**BEVANDA/YOGURT VEGETALE**



12. **Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Cereali da colazione]**

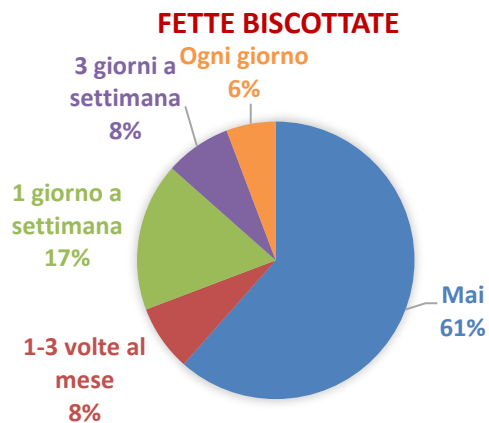
**CEREALI DA COLAZIONE**



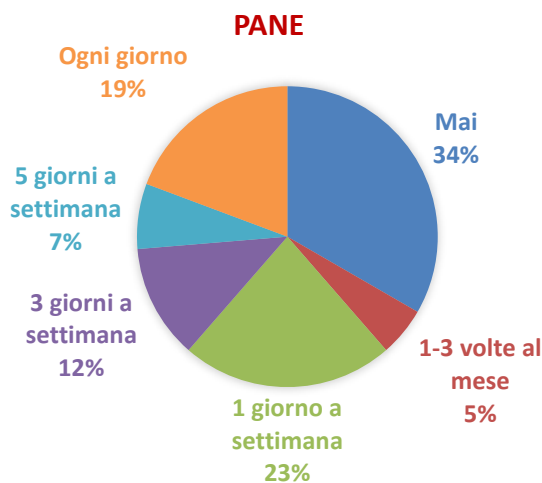




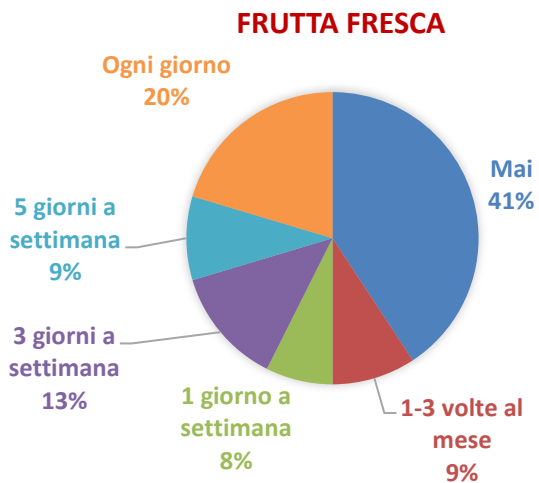
13. **Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Fette biscottate]**



14. **Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Pane]**



15. **Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Frutta fresca]**

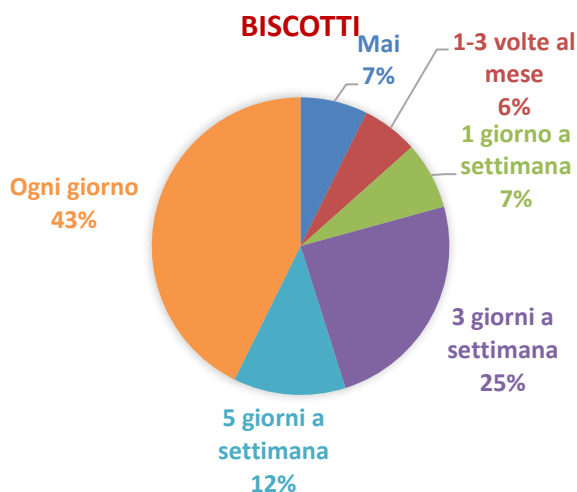




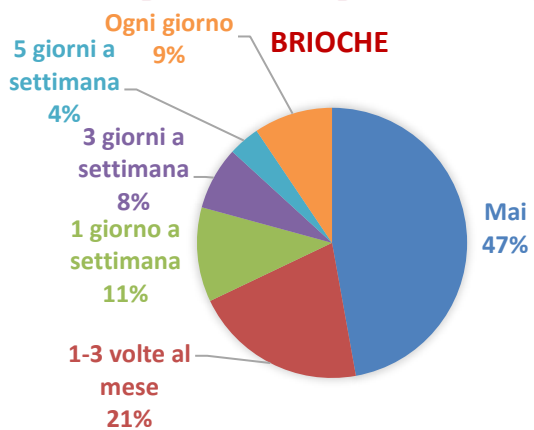
16. **Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Frutta secca]**



17. **Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Biscotti]**



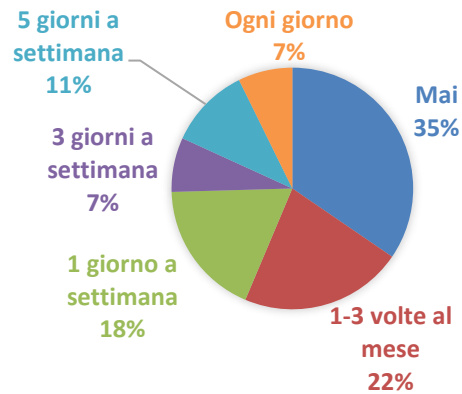
18. **Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Brioche]**





19. **Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Crema spalmabile alle nocciole]**

**CREMA SPALMABILE ALLE NOCCIOLE**



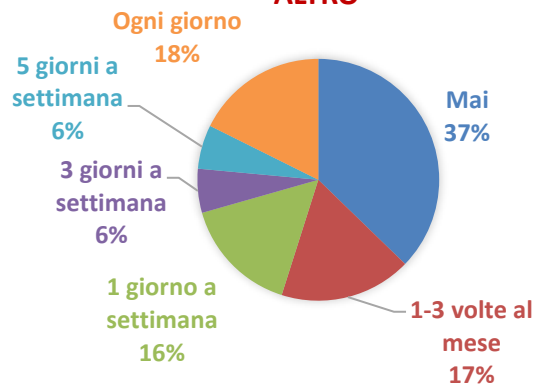
20. **Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Succo di frutta]**

**SUCCO DI FRUTTA**



21. **Generalmente, la sua colazione è caratterizzata da: [Altro]**

**ALTRO**





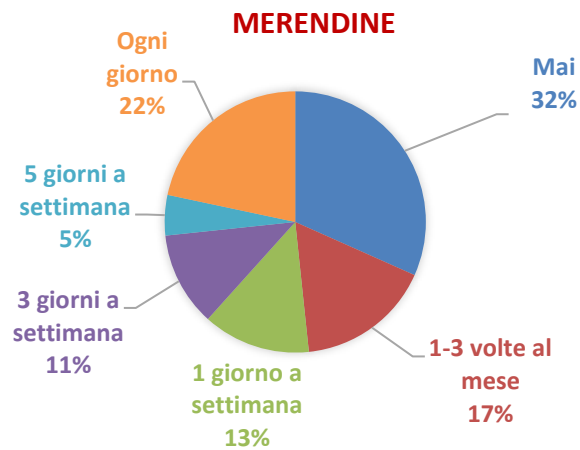
CREATE CURES  
FOUNDATION

# ABITUDINI: MERENDE





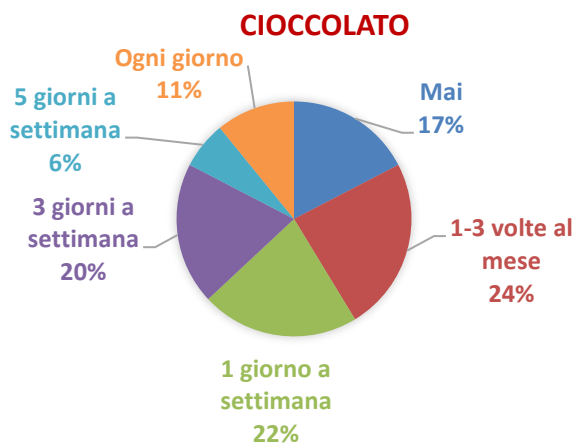
22. **Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Merendine]**



23. **Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Biscotti]**

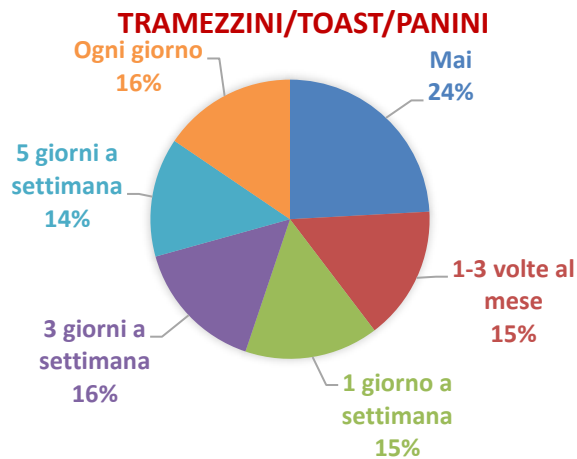


24. **Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Cioccolato]**

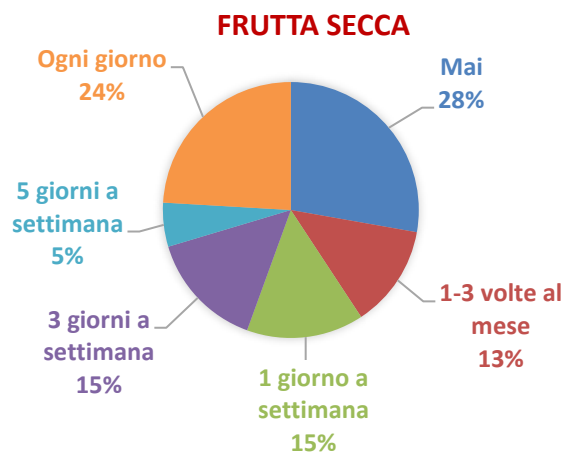




25. **Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Tramezzini/toast/panini]**



26. **Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Frutta secca]**



27. **Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Frutta fresca]**

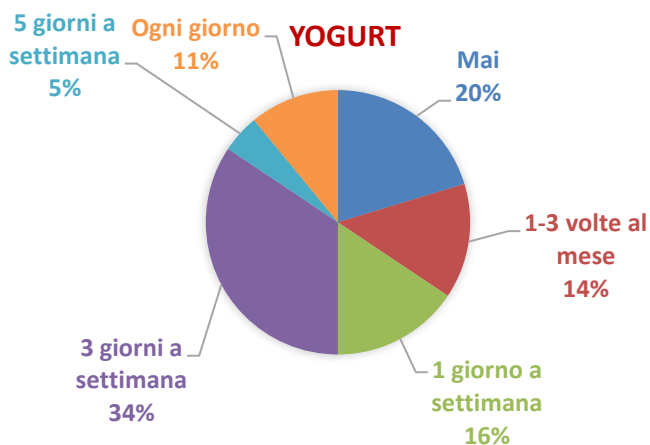




28. **Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Verdura]**



29. **Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Yogurt]**



30. **Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Succo di frutta]**

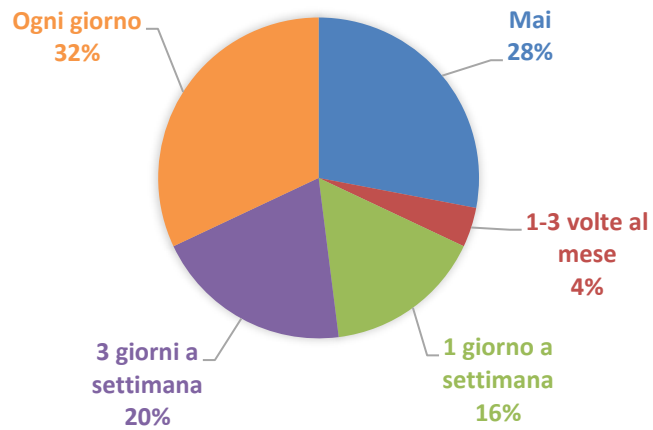




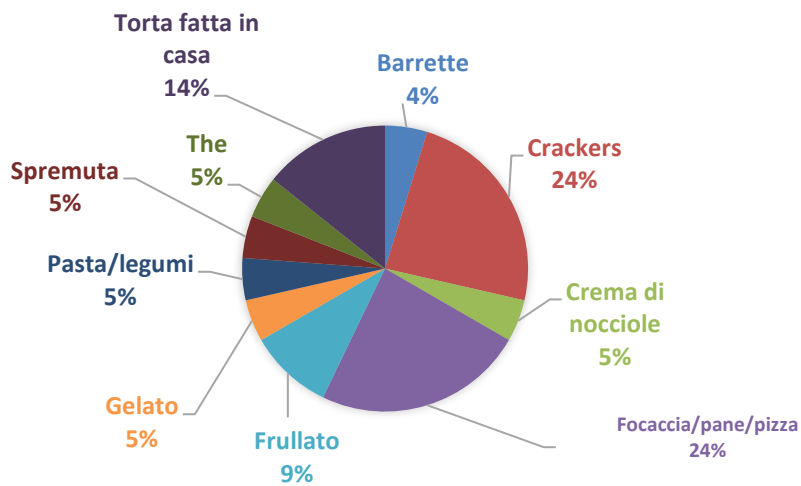
31.

Generalmente, le sue merende sono caratterizzate da: [Altro]

**ALTRO**



**ALTRI ALIMENTI**







CREATE CURES  
FOUNDATION

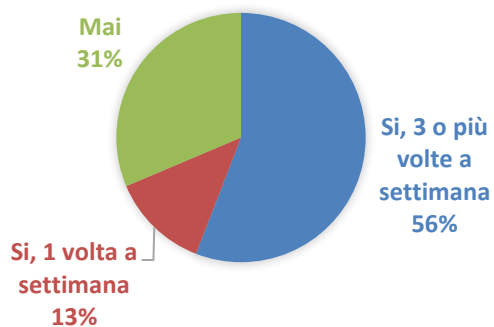
# ABITUDINI: PRANZO





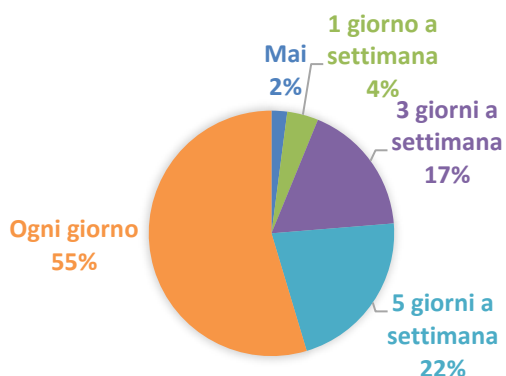
32. **Consuma abitualmente il pranzo fuori casa (es. mensa scolastica) ?**

**PRANZO FUORI CASA**



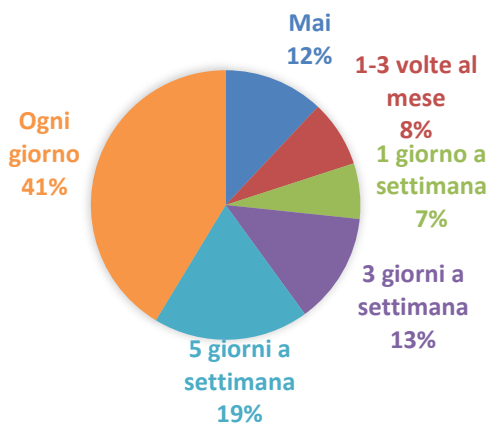
33. **Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Pasta, riso o altro cereale]**

**PASTA/RISO O ALTRO CEREALE**



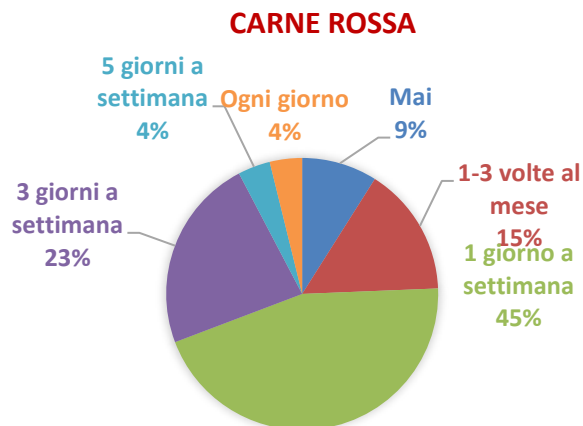
34. **Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Pane]**

**PANE**

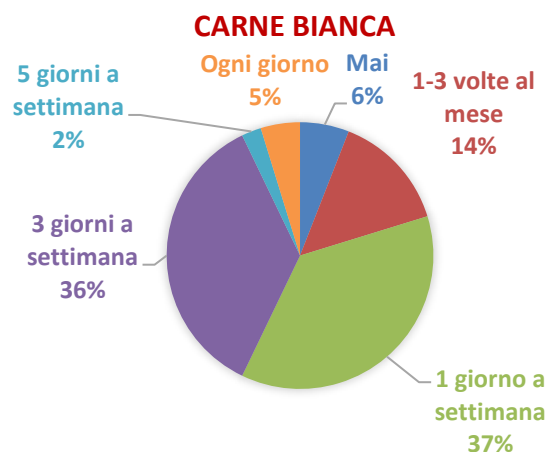




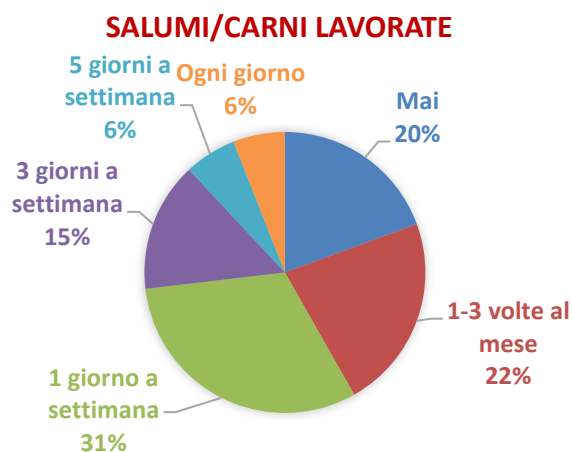
35. **Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Carne rossa]**



36. **Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Carne bianca]**

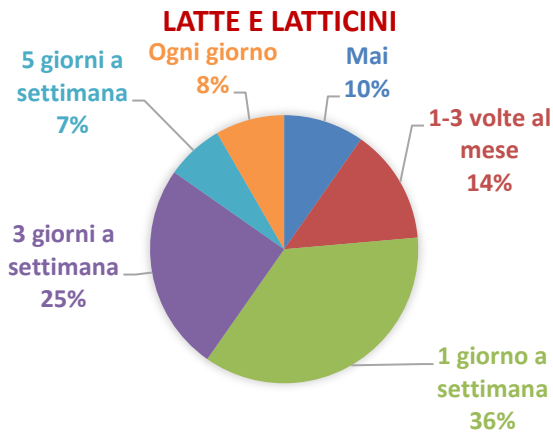


37. **Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Salumi e/o carni lavorate]**

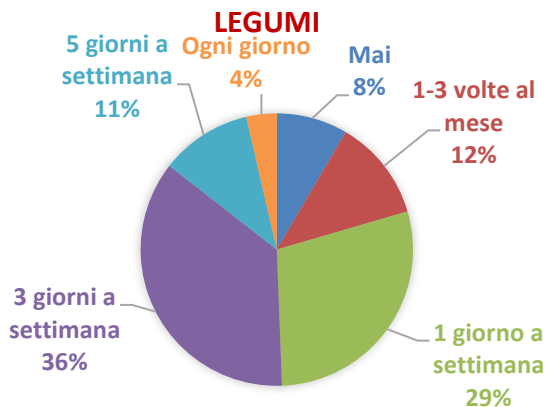




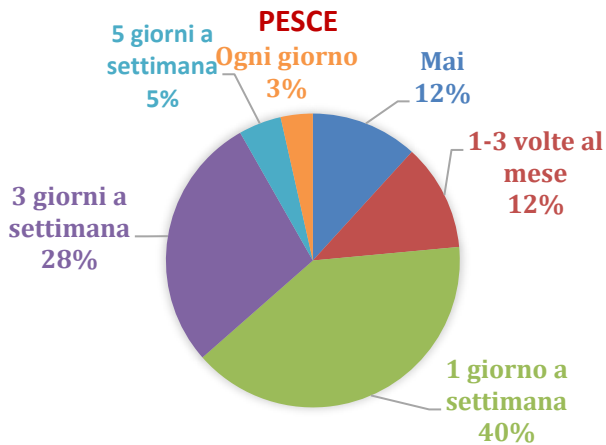
38. **Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Latte e latticini]**



39. **Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Legumi]**

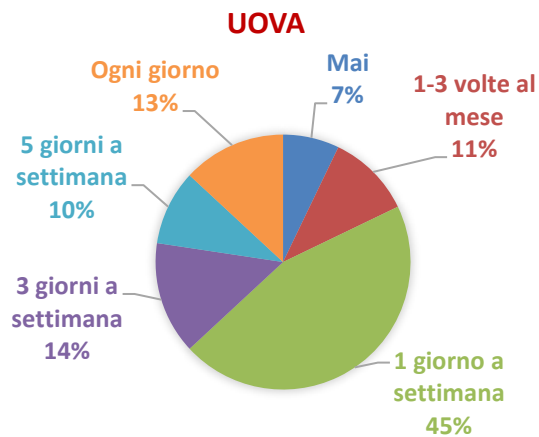


40. **Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Pesce]**

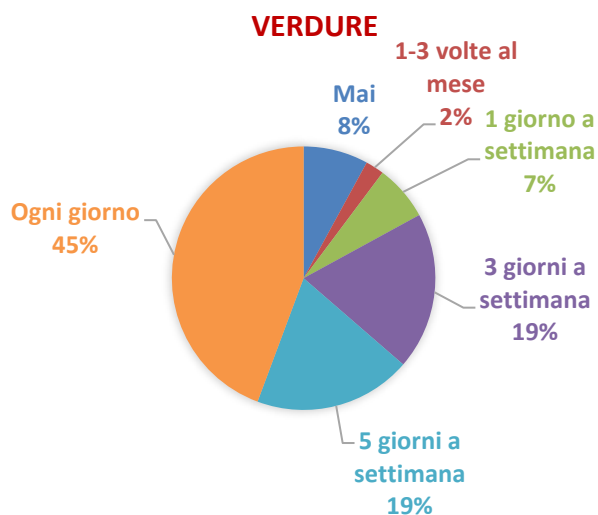




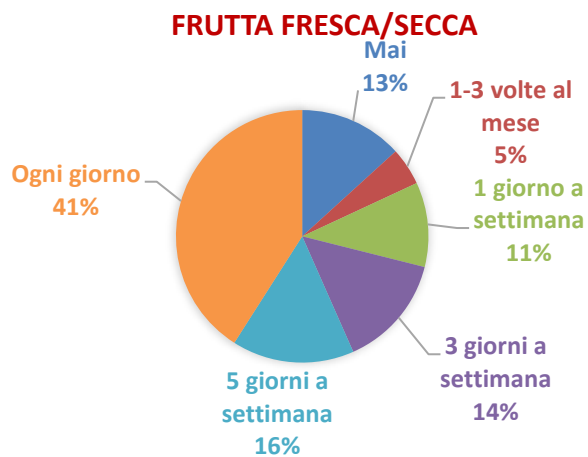
41. **Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Uova]**



42. **Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Vedura]**



43. **Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Frutta fresca/secca]**

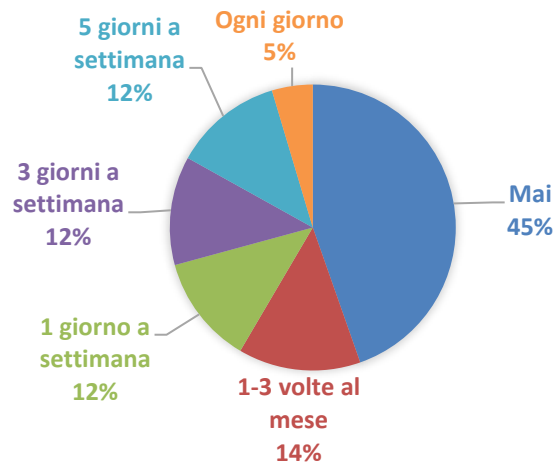




44.

Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Dolciumi e prodotti confezionati]

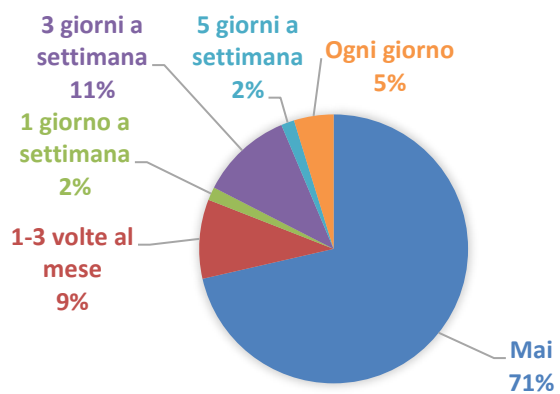
### DOLCIUMI E PRODOTTI CONFEZIONATI



45.

Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Succhi di frutta]

### SUCCHI DI FRUTTA





46. **Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Bibite gassate]**

**BIBITE GASSATE**



47. **Generalmente, il suo pranzo è caratterizzato da: [Altro]**

**ALTRO**





CREATE CURES  
FOUNDATION

# ABITUDINI: CENA

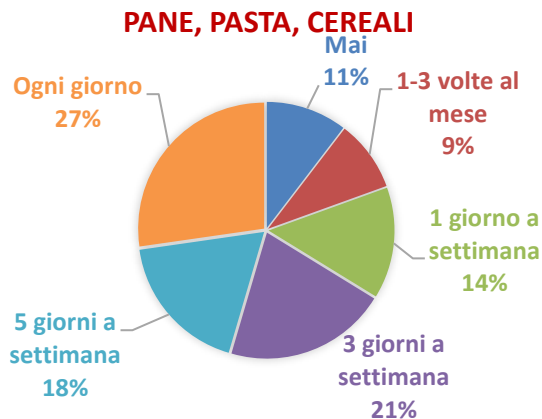


CREATE CURES FOUNDATION | LOS ANGELES, CA | PH: +1 310 683 0816 | INFO@CREATECURES.COM  
WWW.CREATECURES.COM

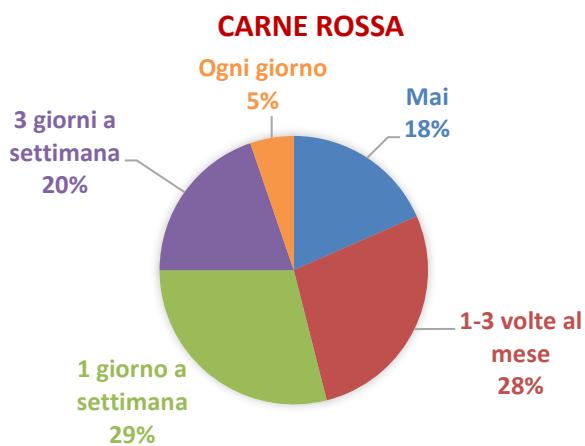




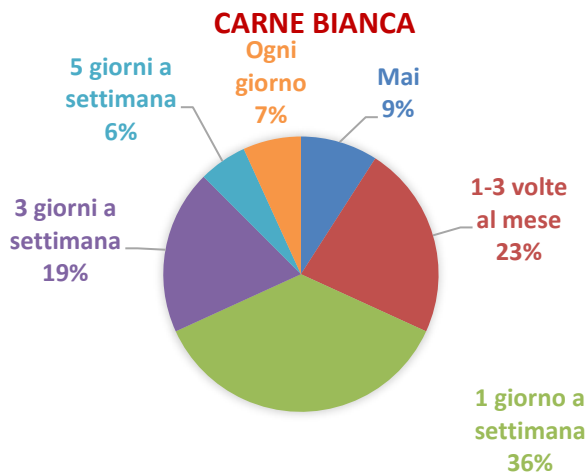
48. **Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Pasta, pane, cereali]**



49. **Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Carne rossa]**

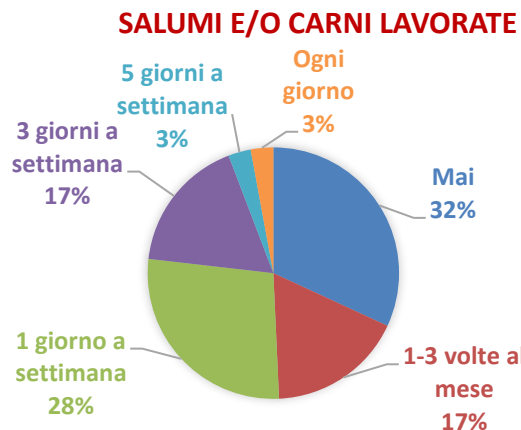


50. **Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Carne bianca]**





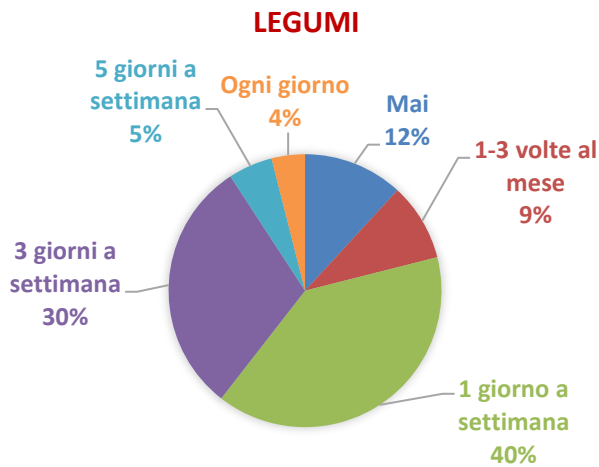
51. **Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Salumi e/o carni lavorate]**



52. **Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Latte e latticini]**

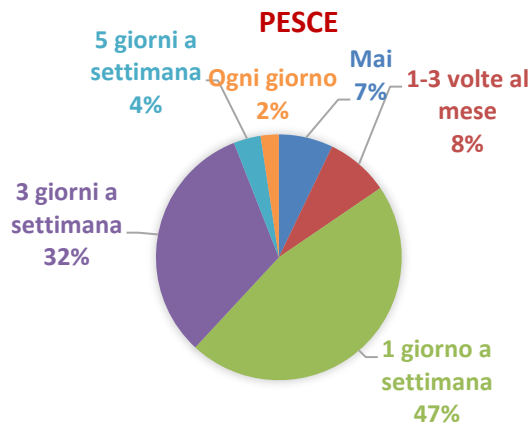


53. **Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Legumi]**

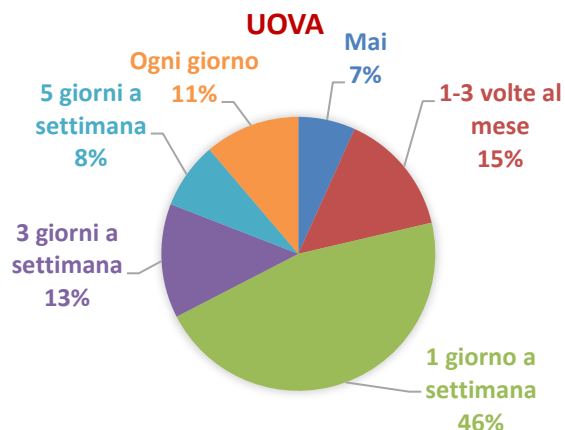




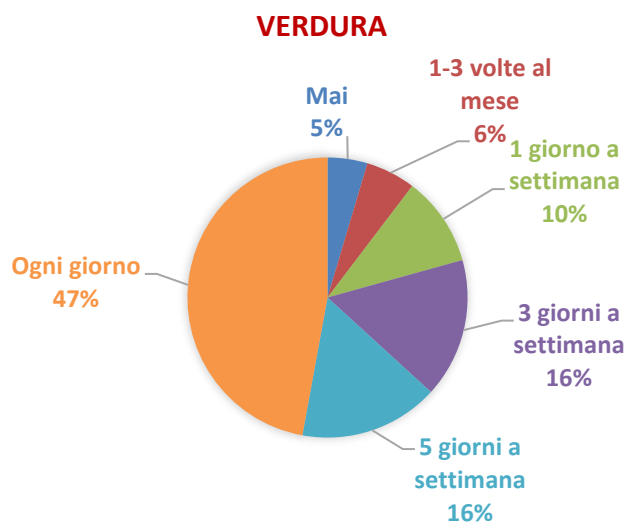
54. **Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Pesce]**



55. **Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Uova]**



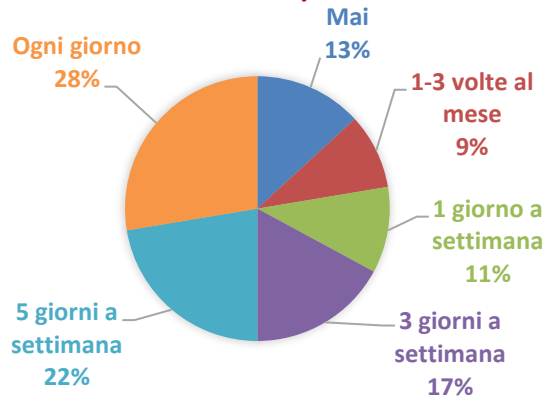
56. **Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Vedura]**





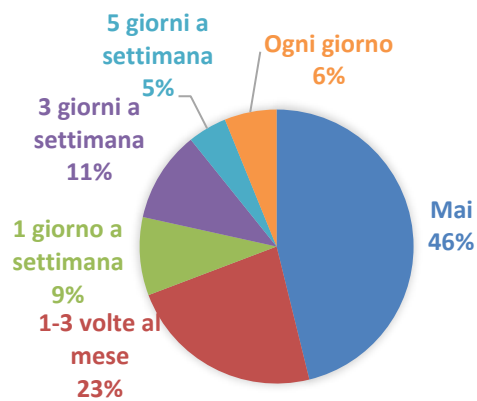
57. **Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Frutta fresca/secca]**

**FRUTTA FRESCA/SECCA**



58. **Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Dolciumi e prodotti confezionati]**

**DOLCIUMI E PRODOTTI CONFEZIONATI**



59. **Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Succhi di frutta]**

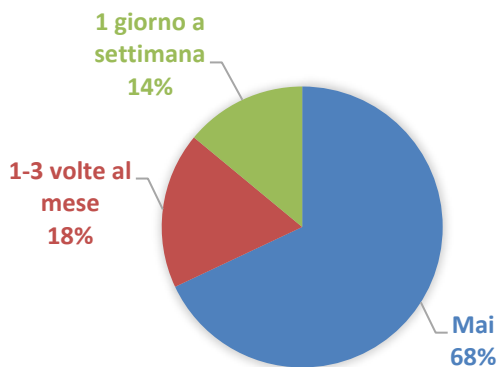
**SUCCHI DI FRUTTA**





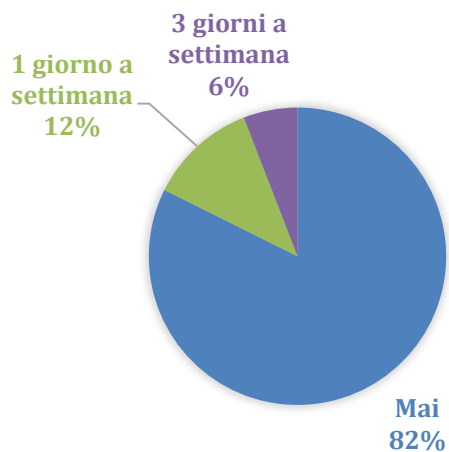
60. **Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Bibite gassate]**

**BIBITE GASSATE**



61. **Generalmente, la sua cena è caratterizzata da: [Altro]**

**ALTRO**





CREATE CURES  
FOUNDATION

# IDRATAZIONE

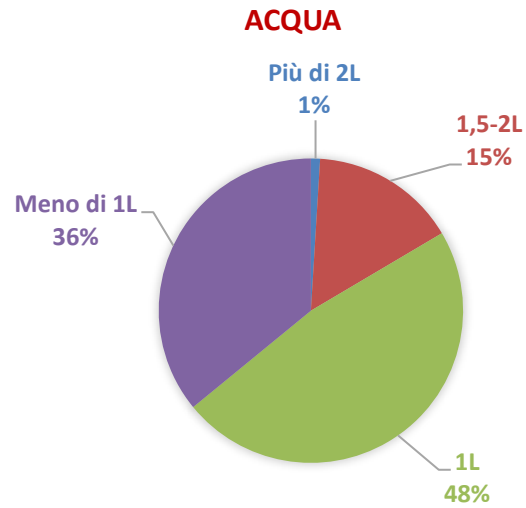


CREATE CURES FOUNDATION | LOS ANGELES, CA | PH: +1 310 683 0816 | INFO@CREATECURES.COM  
WWW.CREATECURES.COM



62.

Quanta acqua beve indicativamente al giorno?





CREATE CURES  
FOUNDATION

# GUSTI ALIMENTARI: COLAZIONE



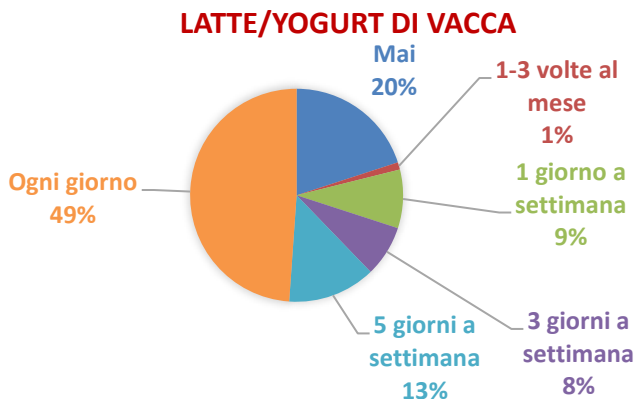
CREATE CURES FOUNDATION | LOS ANGELES, CA | PH: +1 310 683 0816 | INFO@CREATECURES.COM  
WWW.CREATECURES.COM





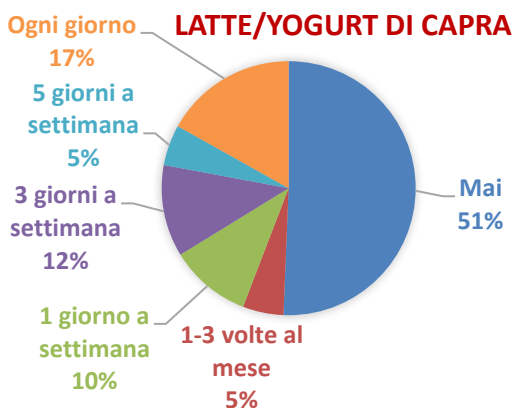
63.

Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Latte/yogurt di vacca]



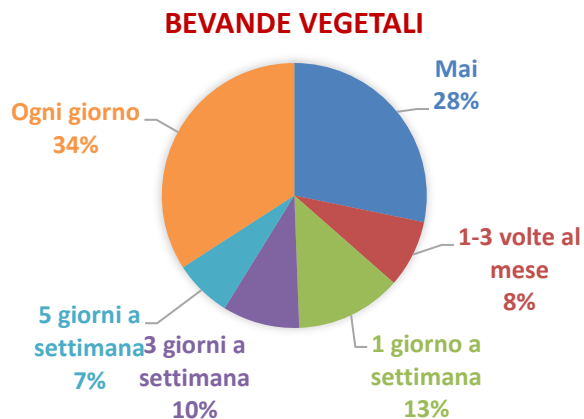
64.

Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Latte/yogurt di capra]



65.

Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Bevande vegetali (mandorla, avena, cocco...)]

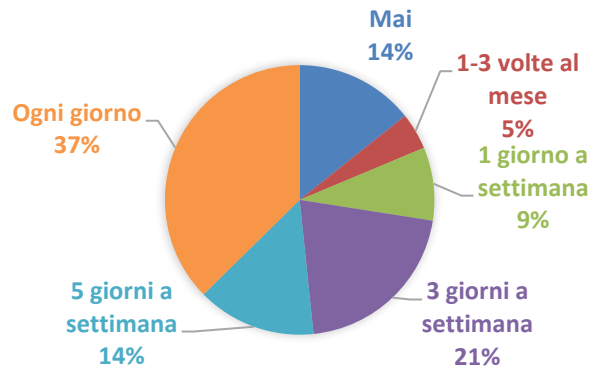




66.

Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Spremuta fresca o frutta]

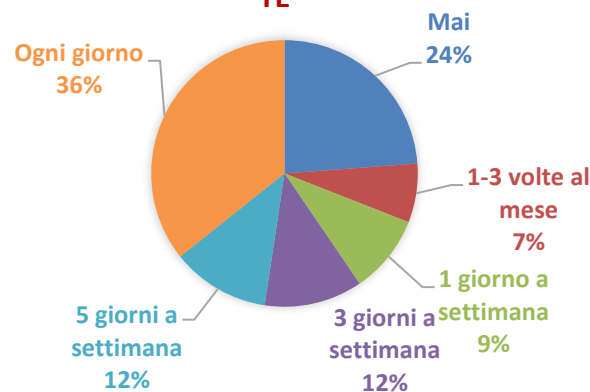
**SPREMUTA FRESCA O FRUTTA**



67.

Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Tè]

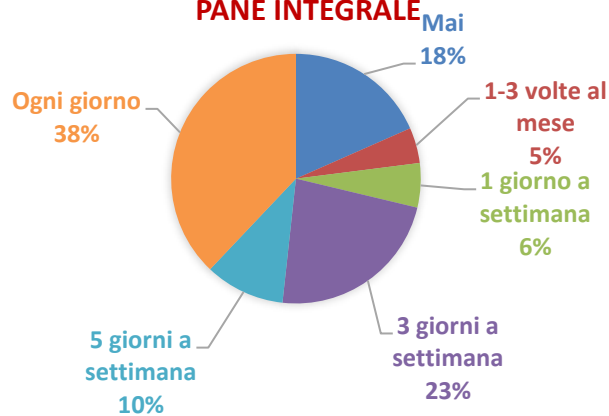
**TE'**



68.

Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Pane integrale]

**PANE INTEGRALE**

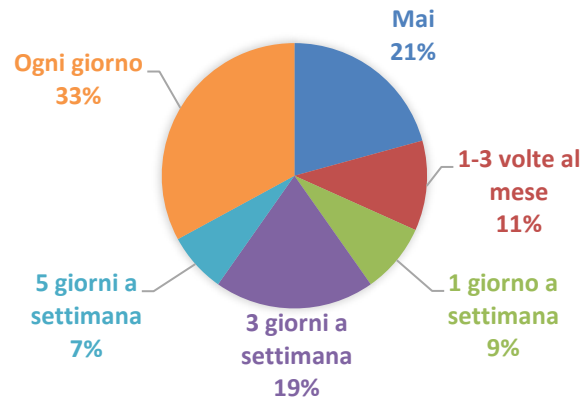




69.

Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Fette biscottate integrali]

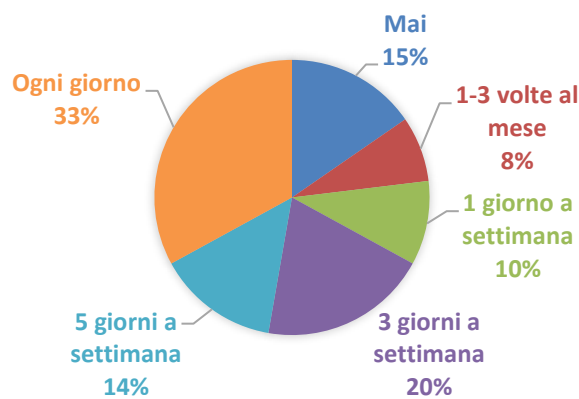
FETTE BISCOTTATE INTEGRALI



70.

Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Biscotti integrali]

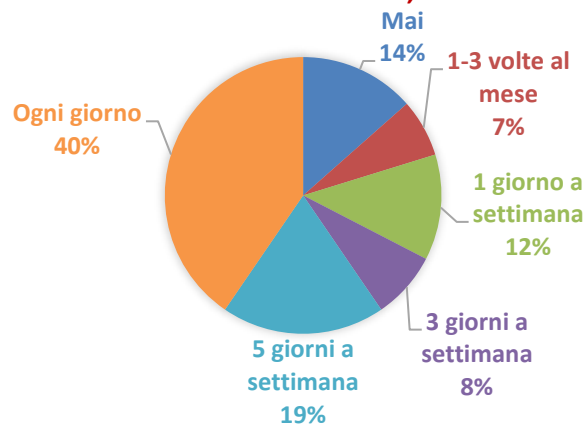
BISCOTTI INTEGRALI



71.

Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Cereali da colazione, muesli]

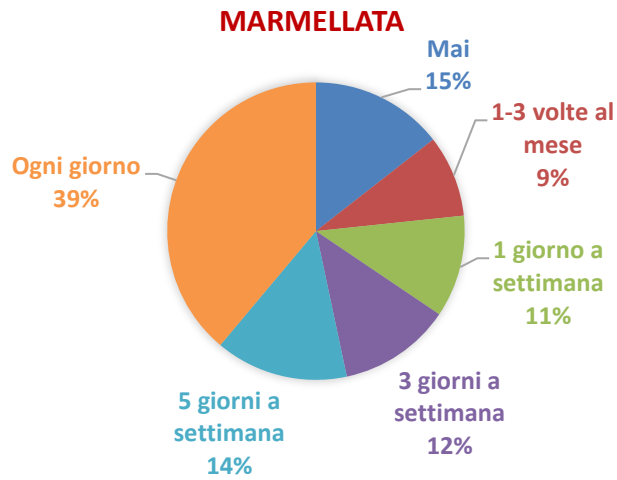
CEREALI DA COLAZIONE, MUESLI





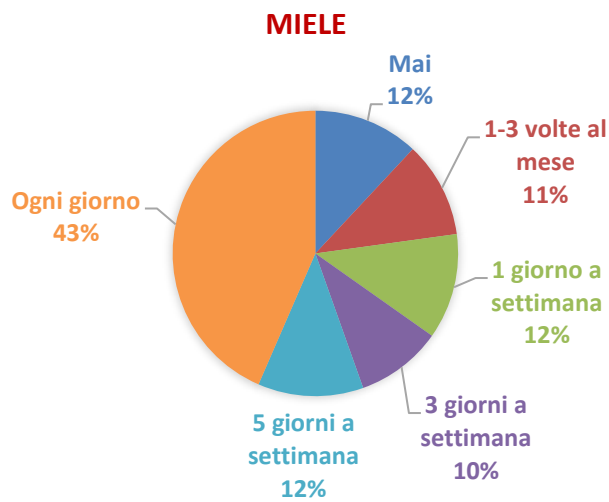
72.

Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Marmellata (a ridotto contenuto di zuccheri)]



73.

Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per colazione? [Miele]





CREATE CURES  
FOUNDATION

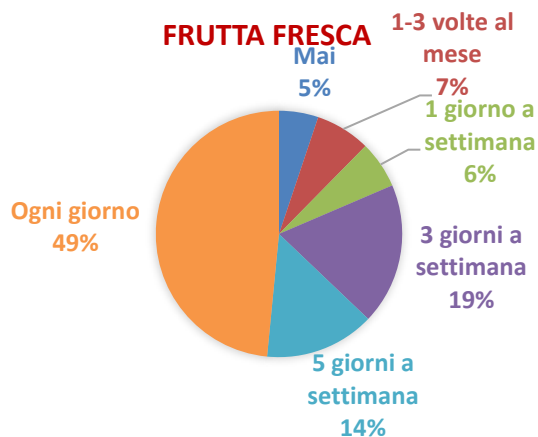
# GUSTI ALIMENTARI: MERENDA





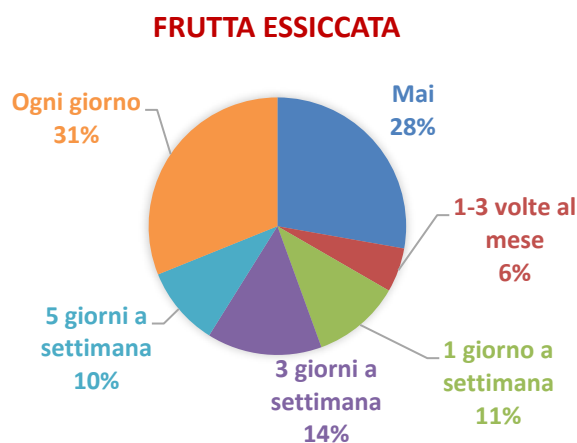
74.

Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per merenda? [Frutta fresca (banana, mela, kiwi, macedonia...)]



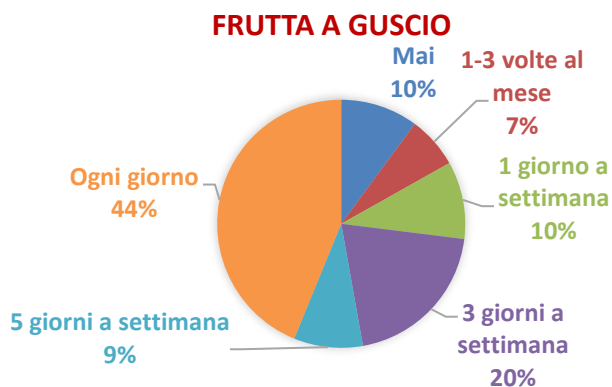
75.

Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per merenda? [Frutta essiccata (albicocche, uvetta, prugne)]



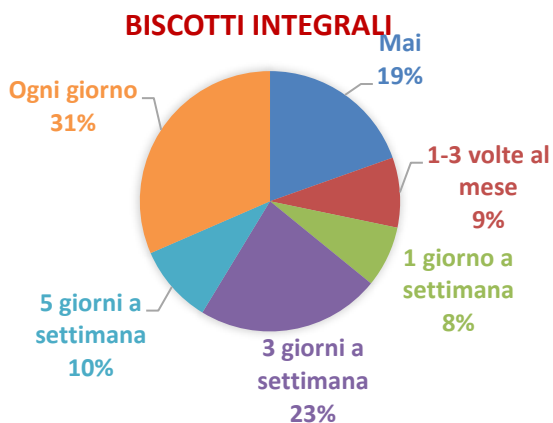
76.

Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per merenda? [Frutta a guscio (noci, mandorle, nocciole, pistacchi...)]

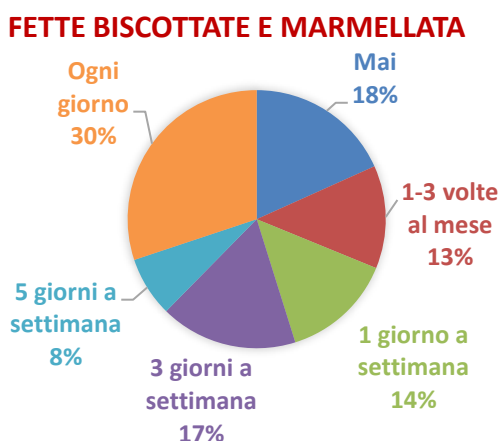




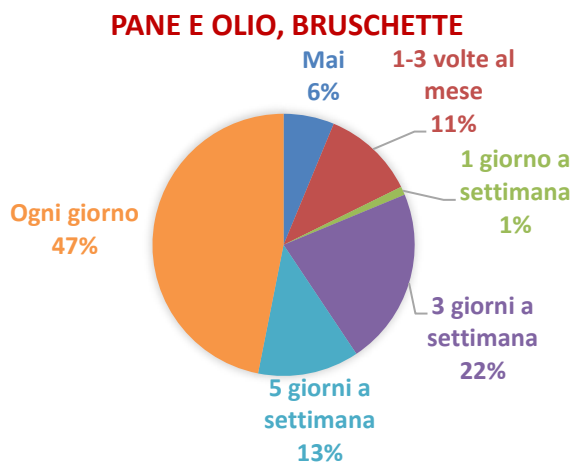
77. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per merenda? [Biscotti integrali]



78. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per merenda? [Fette biscottate integrali con marmellata senza zuccheri aggiunti]



79. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per merenda? [Pane e olio, bruschette]





CREATE CURES  
FOUNDATION

# GUSTI ALIMENTARI: PRANZO

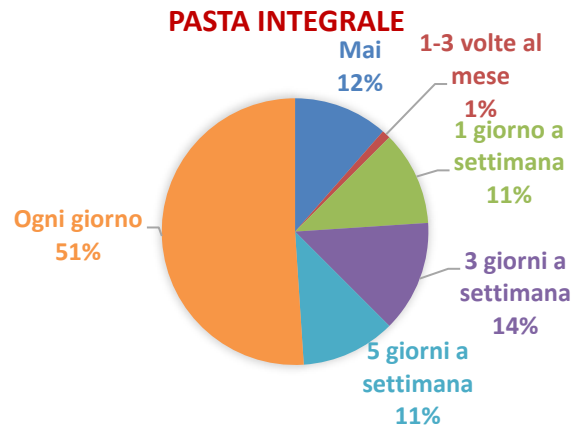


CREATE CURES FOUNDATION | LOS ANGELES, CA | PH: +1 310 683 0816 | INFO@CREATECURES.COM  
WWW.CREATECURES.COM





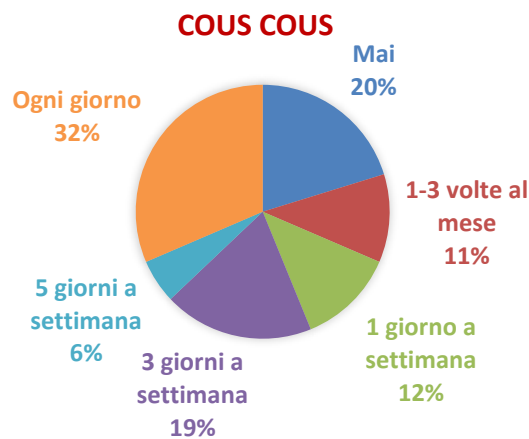
80. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Pasta integrale]



81. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Riso]



82. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Cous cous]

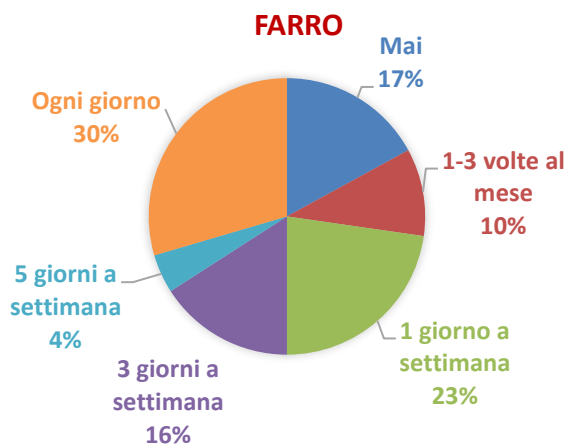




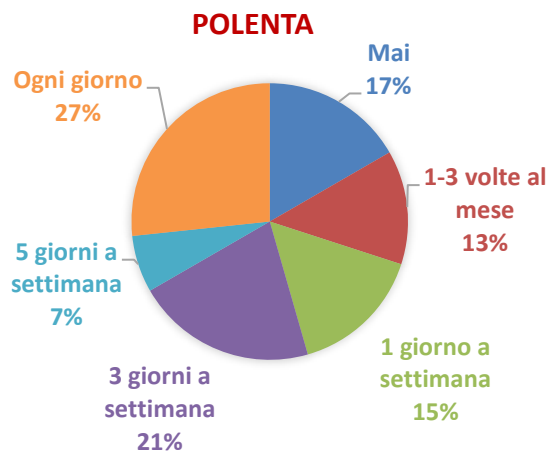
83. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Orzo]**



84. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Farro]**

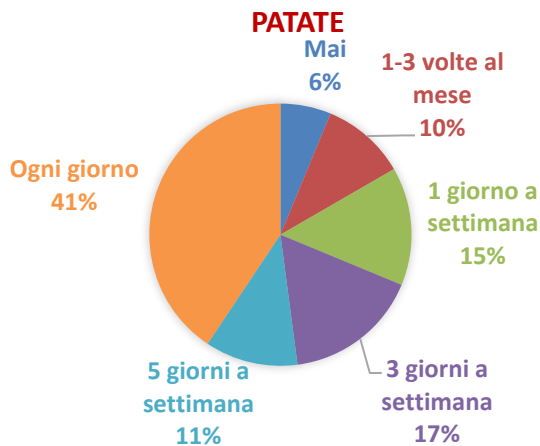


85. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Polenta]**





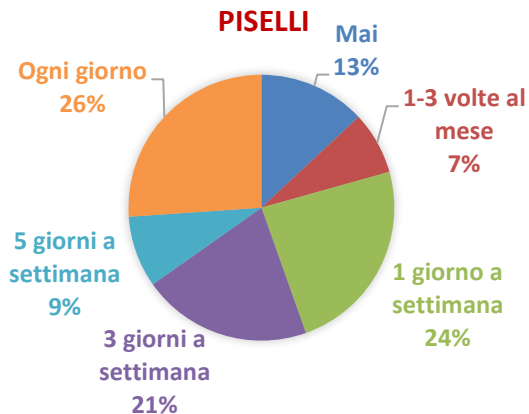
86. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Patate]**



87. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Ceci]**

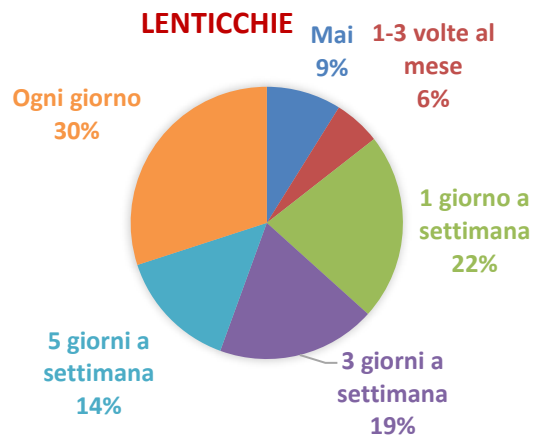


88. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Piselli]**





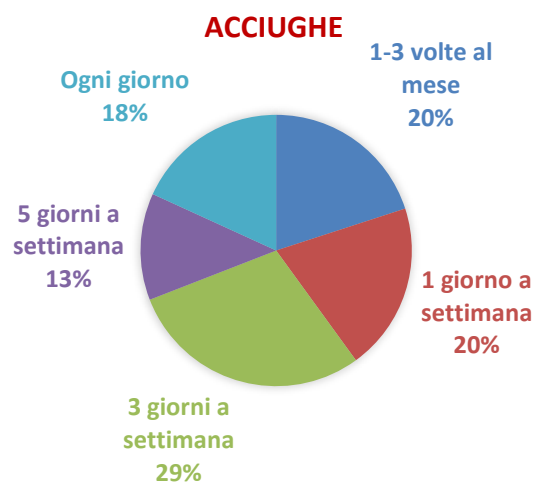
89. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Lenticchie]**



90. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Fagioli]**



91. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Acciughe]**





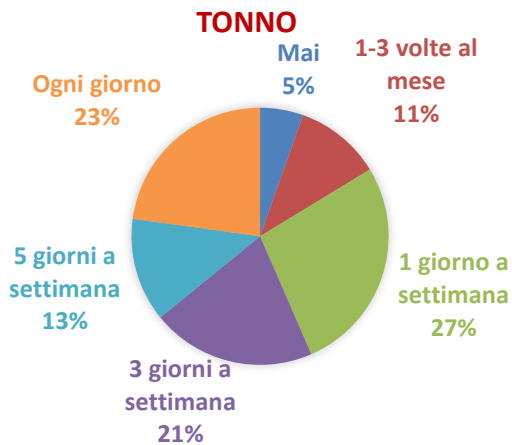
92. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Salmone]**



93. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Sgombro]**

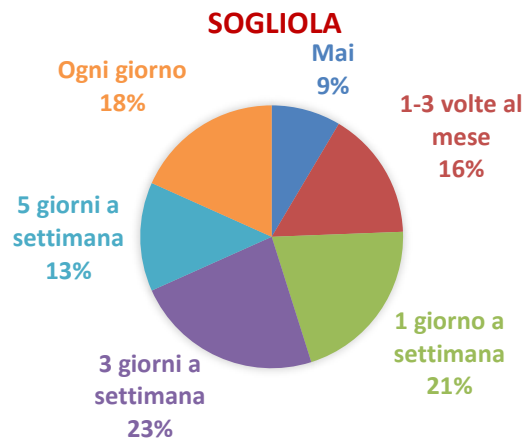


94. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Tonno]**





95. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Sogliola]**



96. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Merluzzo]**

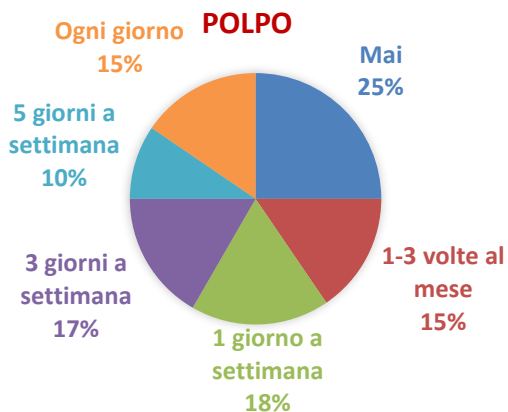


97. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Platessa]**

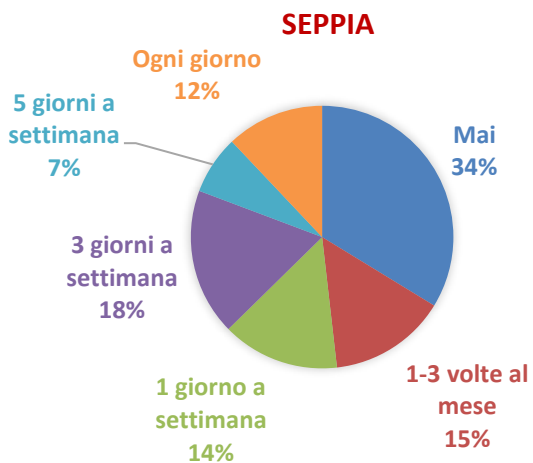




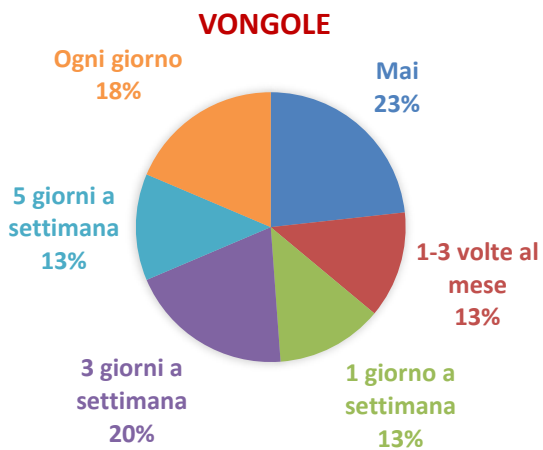
98. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Polpo]



99. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Seppia]

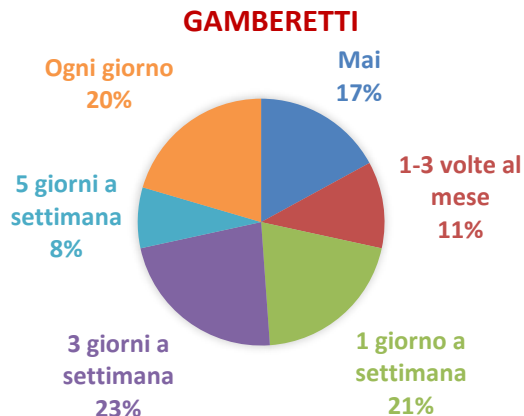


100. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Vongole]

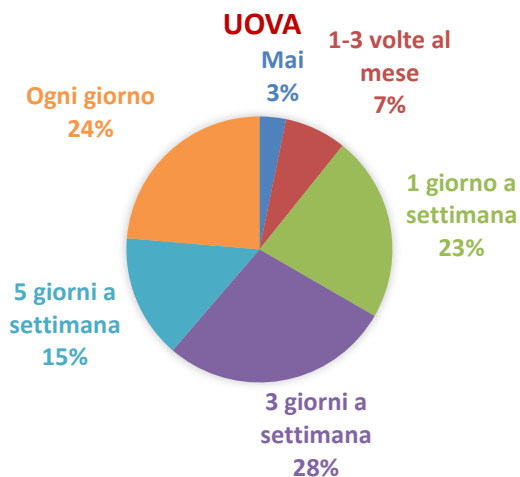




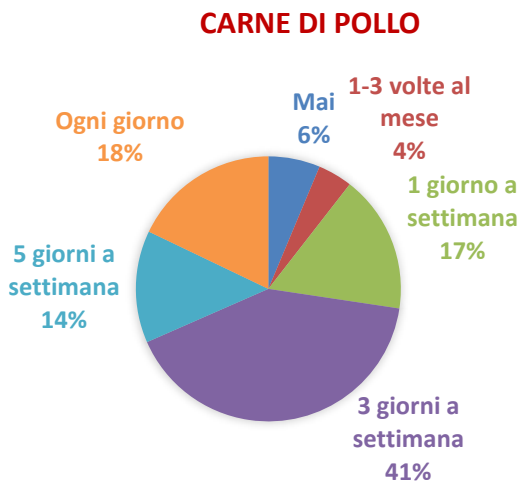
101. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Gamberetti]**



102. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Uova]**



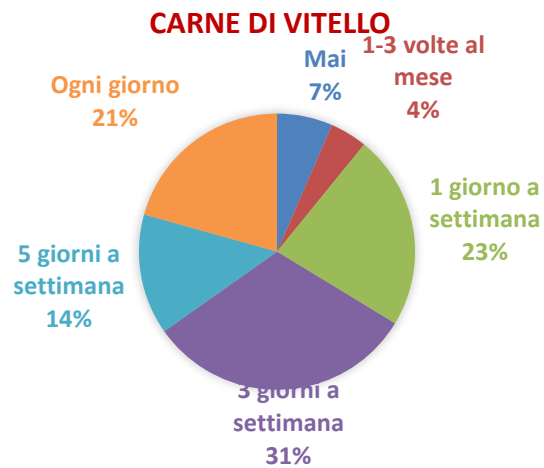
103. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Carne di pollo]**



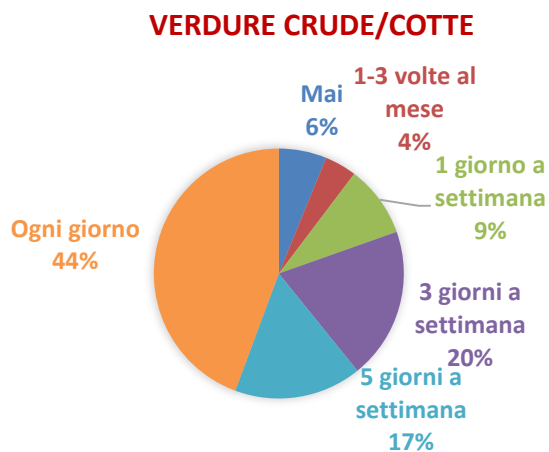




104. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Carne di vitello]



105. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Verdure crude o cotte]



106. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Minestrone di verdure]

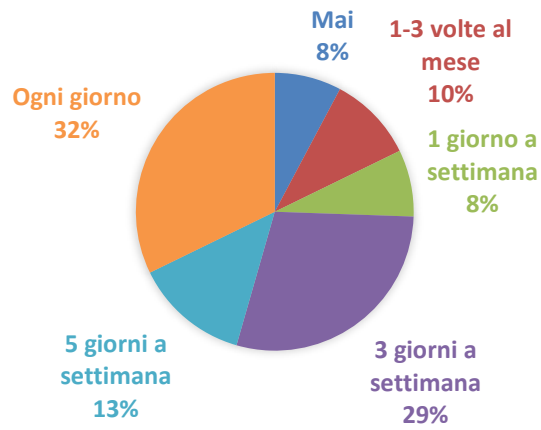




107.

Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per pranzo? [Minestrone di legumi]

**MINISTRONE DI LEGUMI**





CREATE CURES  
FOUNDATION

# GUSTI ALIMENTARI: CENA



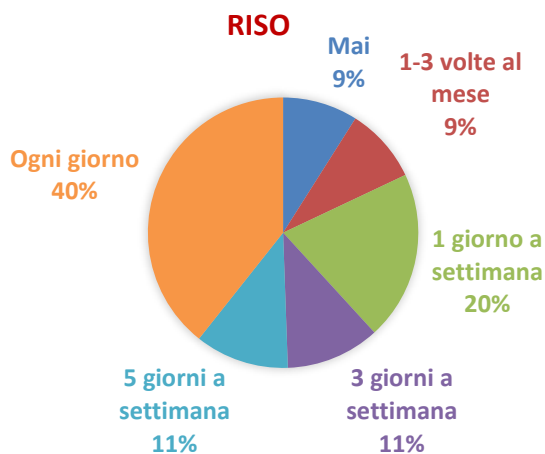
CREATE CURES FOUNDATION | LOS ANGELES, CA | PH: +1 310 683 0816 | INFO@CREATECURES.COM  
WWW.CREATECURES.COM



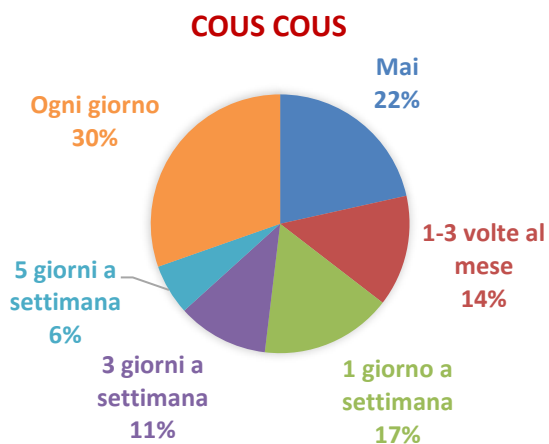
108. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Pasta integrale]



109. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Riso]



110. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Cous cous]

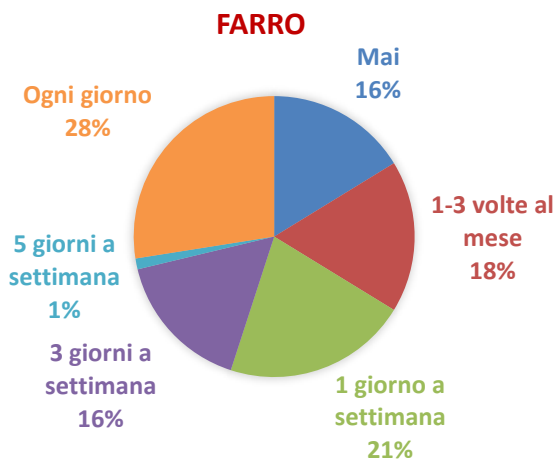




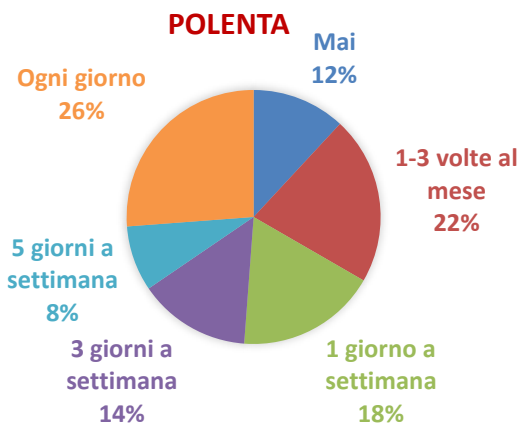
111. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Orzo]



112. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Farro]



113. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Polenta]

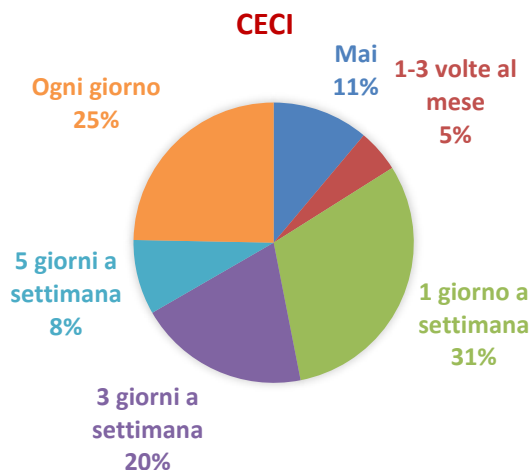




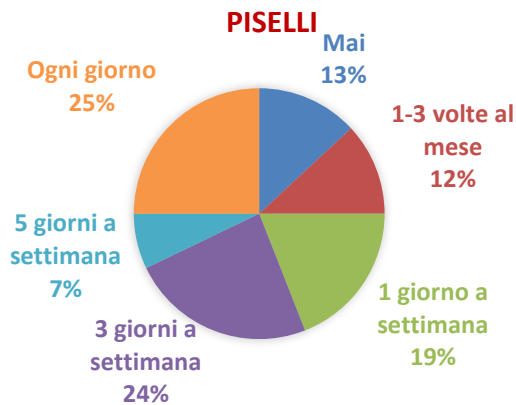
114. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Patate]**



115. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Ceci]**

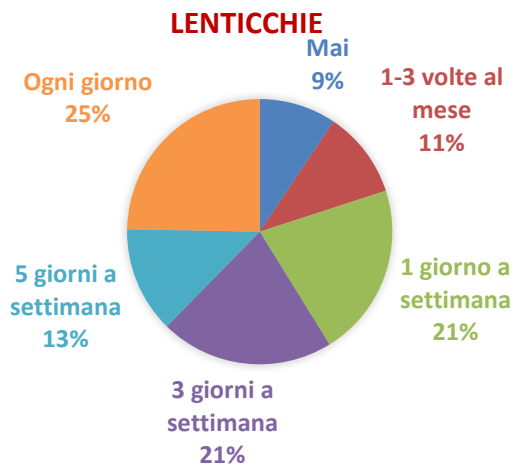


116. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Piselli]**

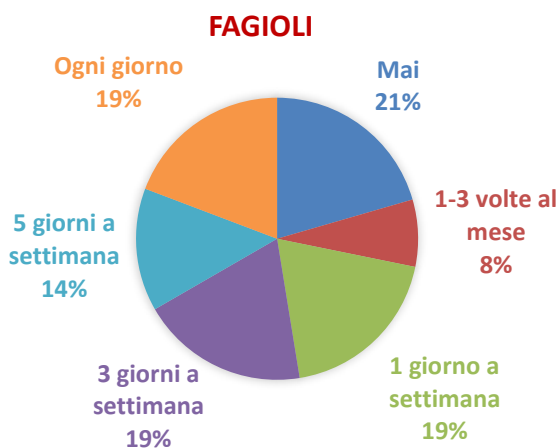




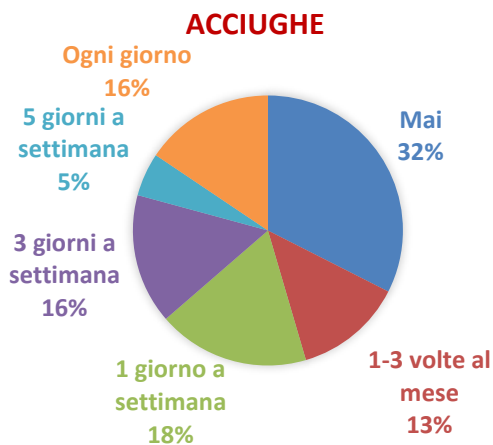
117. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Lenticchie]**



118. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Fagioli]**



119. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Acciughe]**

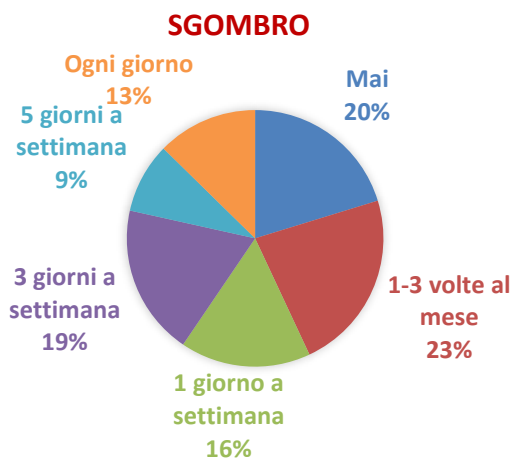




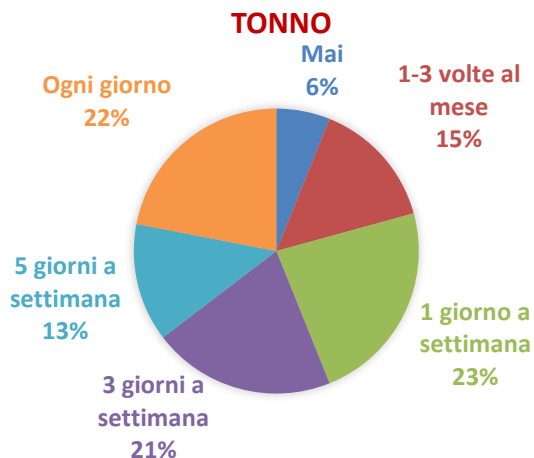
120. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Salmone]**



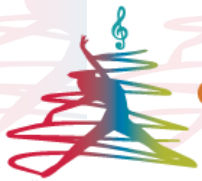
121. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Sgombro]**



122. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Tonno]**



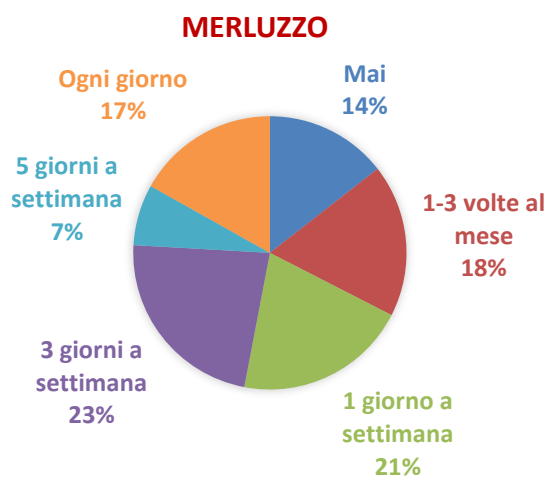




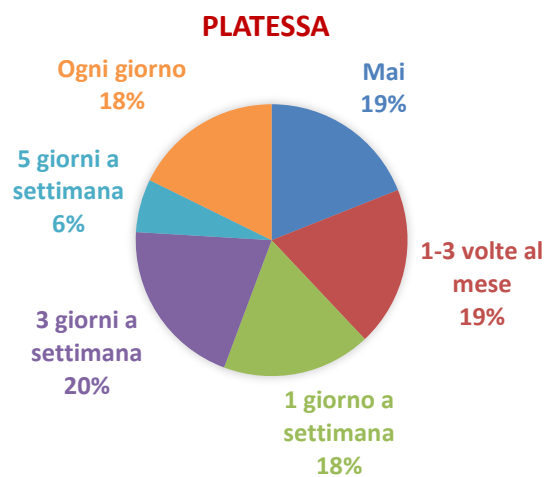
123. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Sogliola]**



124. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Merluzzo]**

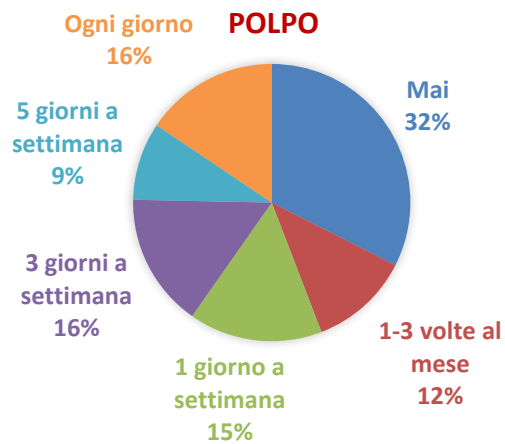


125. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Platessa]**

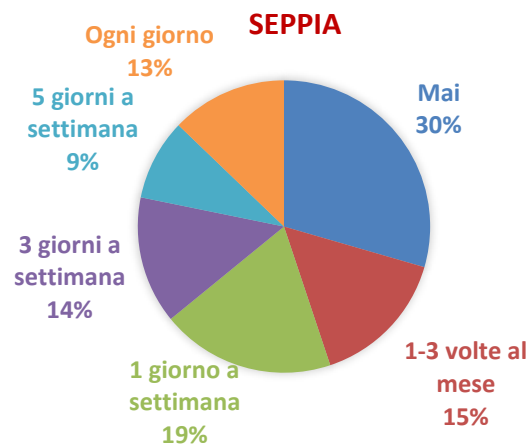




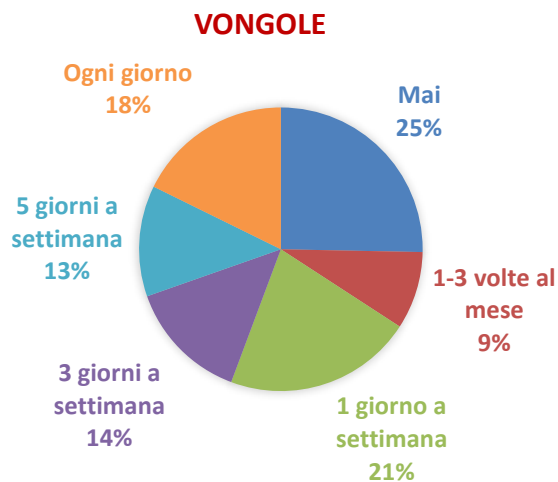
126. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Polpo]



127. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Seppia]

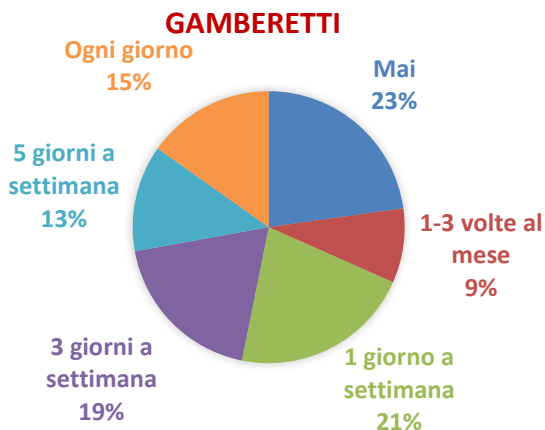


128. Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Vongole]

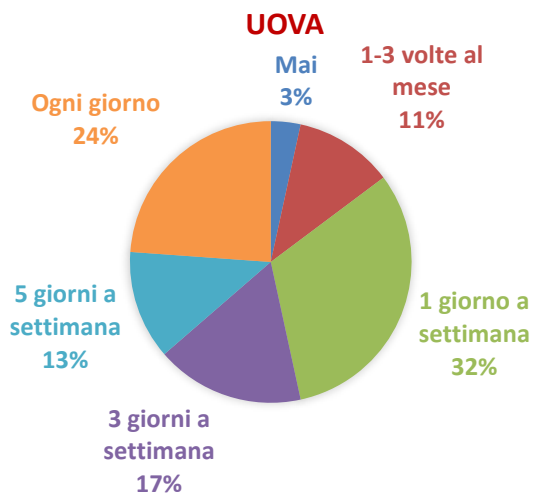




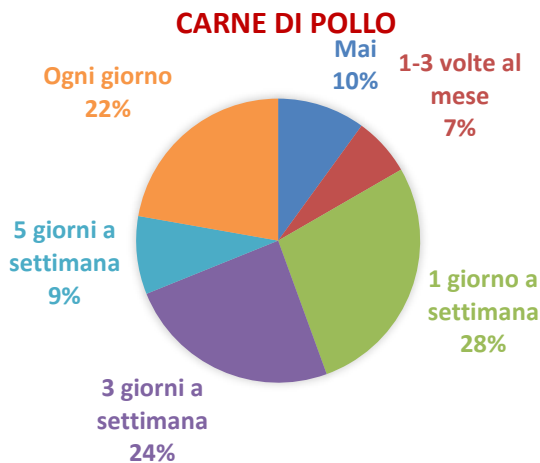
129. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Gamberetti]**



130. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Uova]**

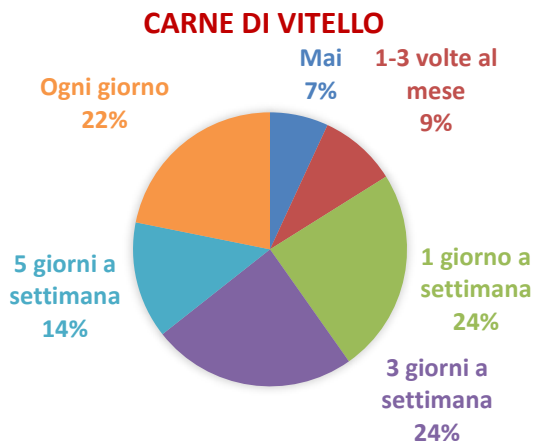


131. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Carne di pollo]**

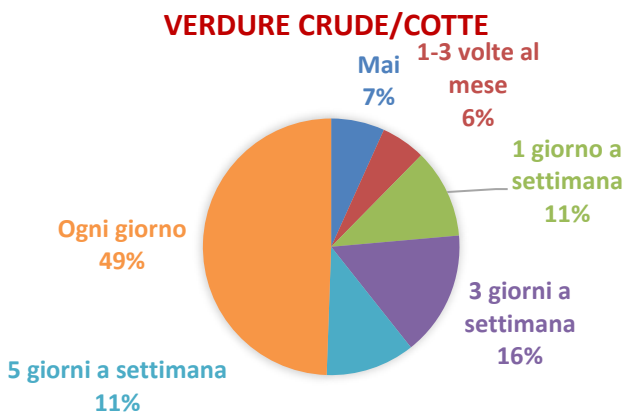




132. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Carne di vitello]**



133. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Verdure crude o cotte]**



134. **Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Minestrone di verdure]**





135.

Tuo figlio riuscirebbe a mangiare i seguenti alimenti per cena? [Minestrone di legumi]

**MINISTRONE DI LEGUMI**





CREATE CURES  
FOUNDATION

# STRATEGIE DEI GENITORI



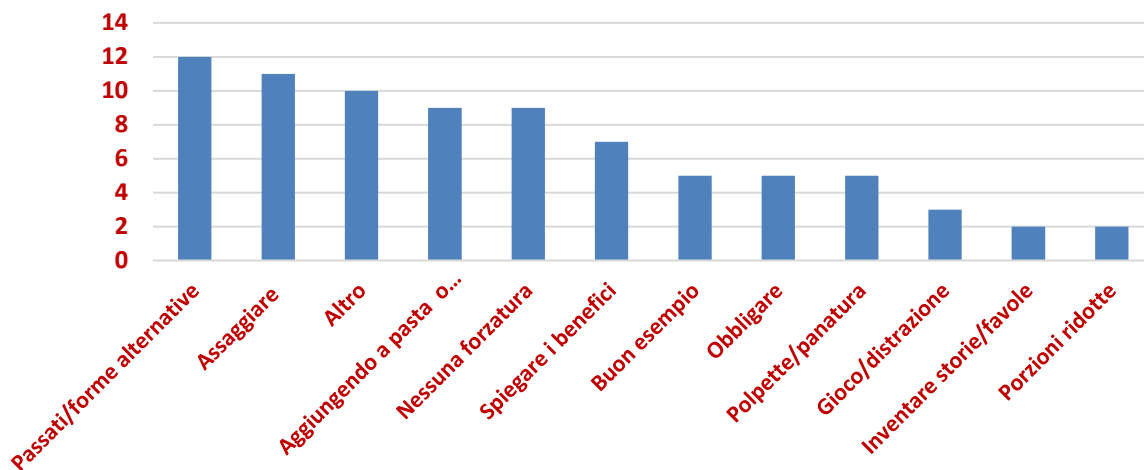
CREATE CURES FOUNDATION | LOS ANGELES, CA | PH: +1 310 683 0816 | INFO@CREATECURES.COM  
WWW.CREATECURES.COM



136.

**Che soluzioni utilizzi per invogliare tuo figlio a mangiare i cibi che non gradisce molto?**

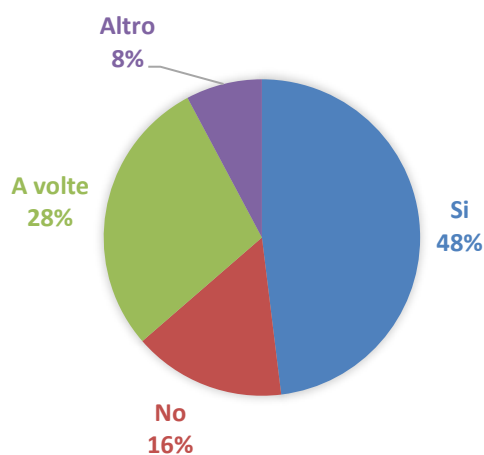
**SOLUZIONI**



137.

**Le soluzioni che hai descritto nella risposta precedente sono efficaci per far mangiare a tuo figlio anche cibi che non gradisce?**

**EFFICACIA**





CREATE CURES  
FOUNDATION

# PREFERENZE ALIMENTARI



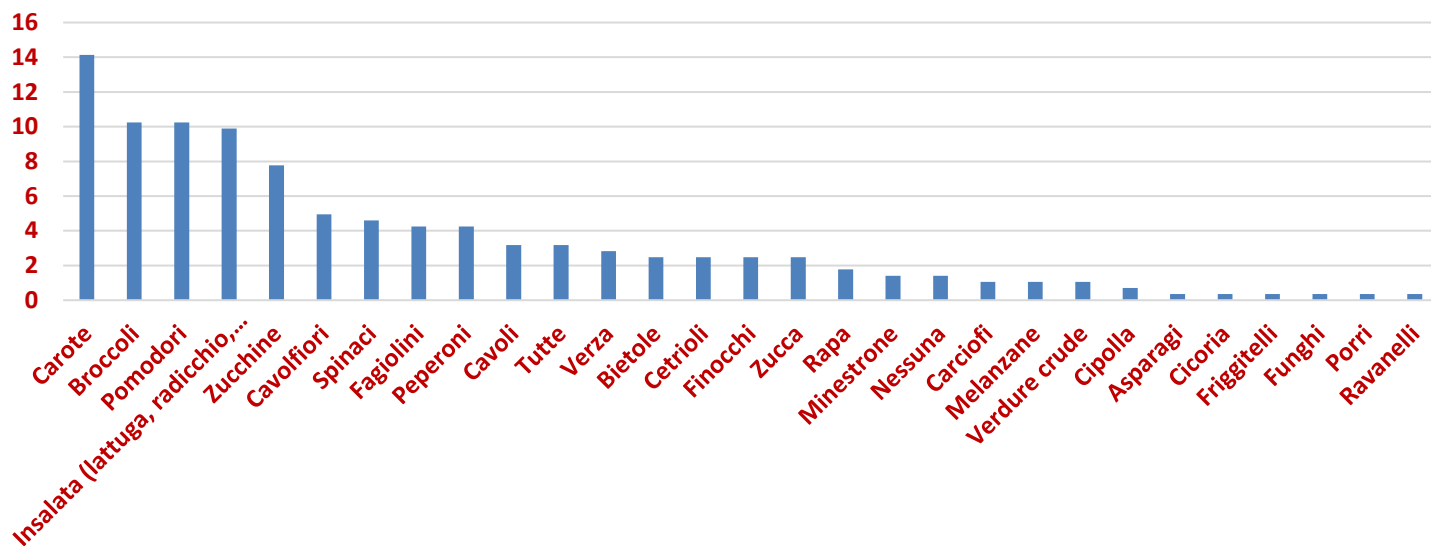
CREATE CURES FOUNDATION | LOS ANGELES, CA | PH: +1 310 683 0816 | INFO@CREATECURES.COM  
WWW.CREATECURES.COM





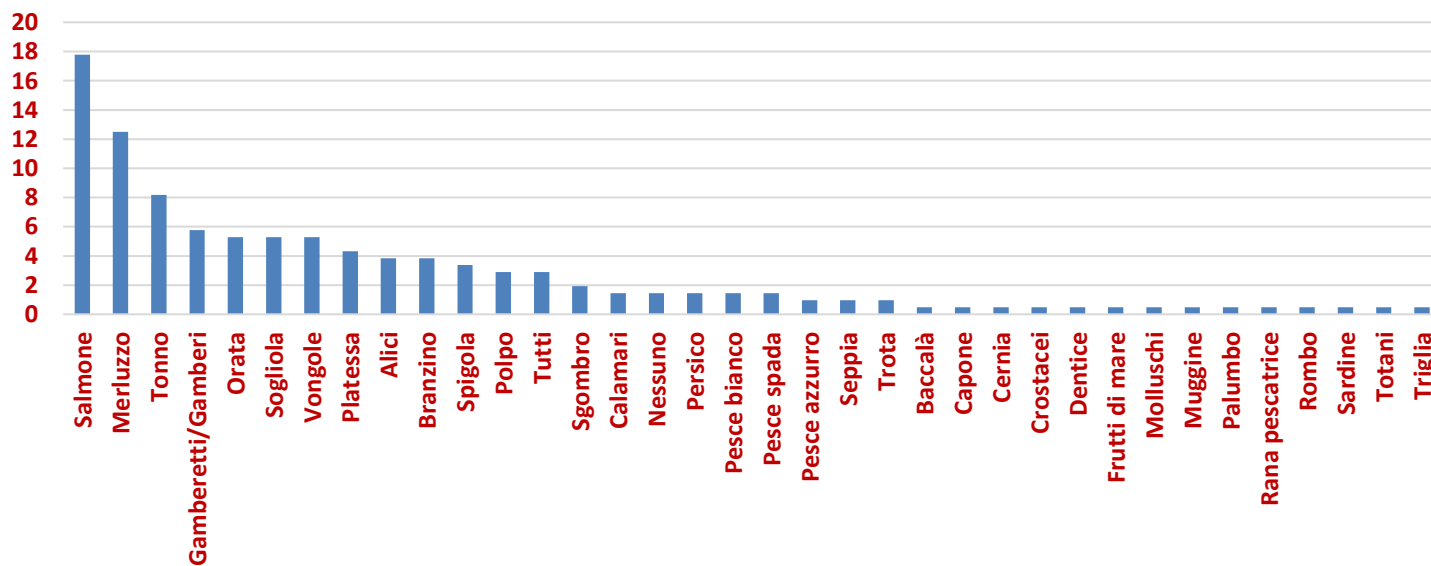
138. Quali sono le verdure maggiormente gradite da tuo figlio?

### VERDURE GRADITE



139. Quale tipologia di pesce viene consumato più piacevolmente da tuo figlio?

### PESCE GRADITO

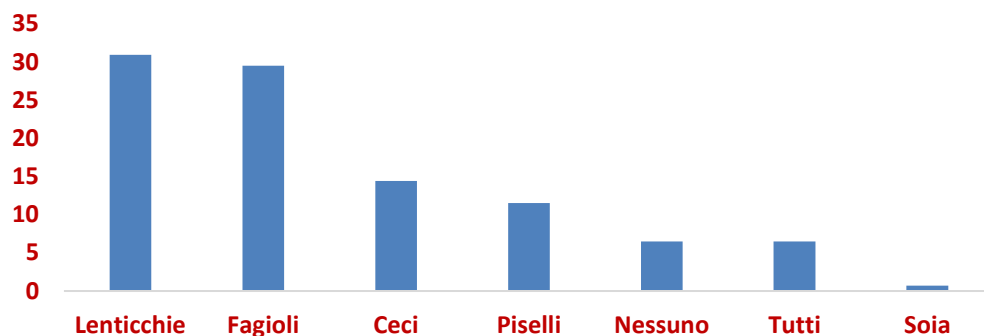




140.

Quali sono i legumi maggiormente graditi da tuo figlio?

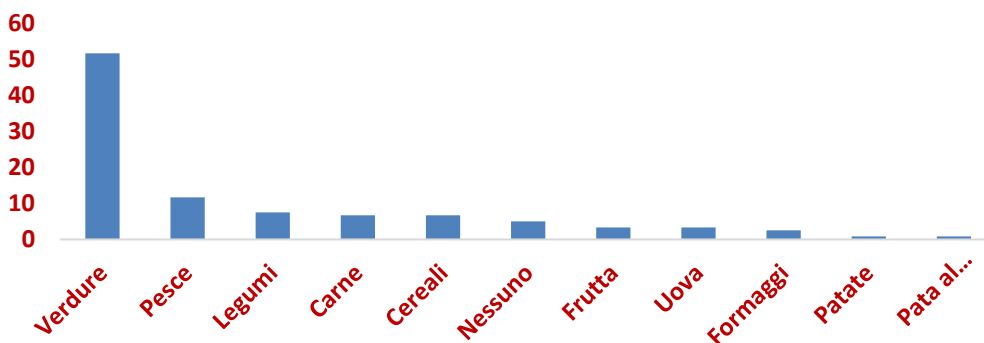
### LEGUMI GRADITI



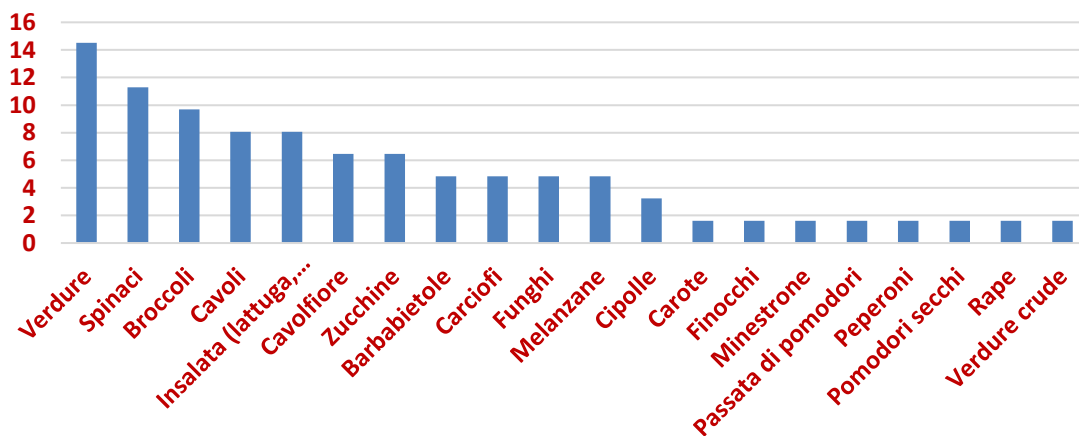
141.

Ci sono alimenti per i quali prova avversione? Se si, quali?

### ALIMENTI NON GRADITI

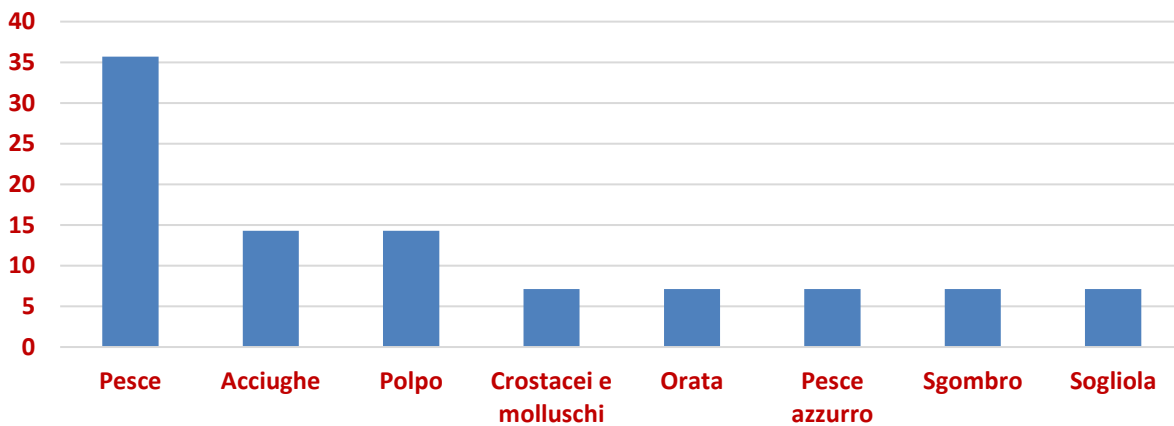


### VERDURE NON GRADITE

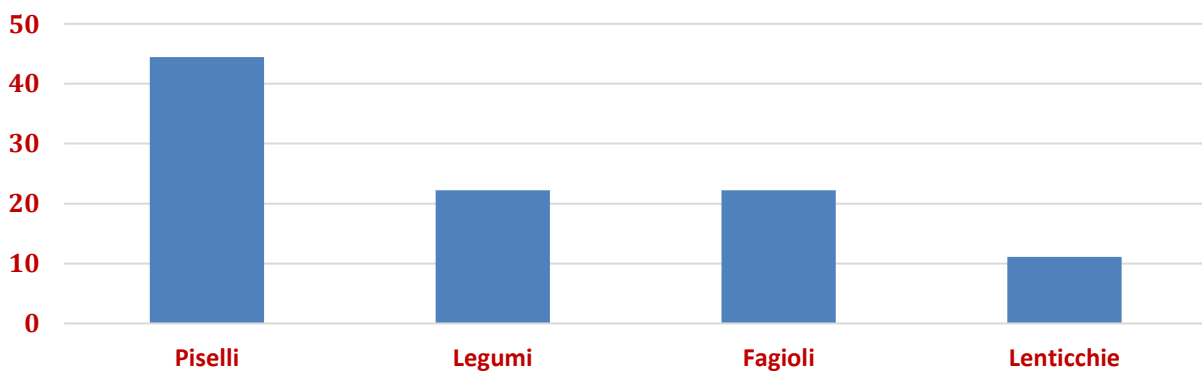




### PESCE NON GRADITO



### LEGUMI NON GRADITI



### CEREALI NON GRADITI

