

Criança, exclusões alimentares e qualidade de vida

<https://sem lactose.com/index.php/2015/09/14/crianca-exclusoes-alimentares-e-qualidade-de-vida-2/>

Última atualização em: 2/03/16

Lançado no início de setembro, o livro **Criança, exclusões alimentares e qualidade de vida** traz inúmeras informações valiosas para pais de crianças com intolerâncias e alergias alimentares.

A autora, mãe de um casal de filhos que tiveram diferentes problemas alimentares quando bebês, sintetiza material técnico, científico e vivencial sobre o tema exclusões alimentares na infância. Ela aborda as interações que envolvem esse universo: as do ambiente, as emocionais, as orgânicas e até mesmo probabilidades genéticas.

Milla Rúbia descreve as interações dos principais alimentos, assim como de embalagens, de utensílios de cozinha, dos aditivos alimentares e das medicações usualmente prescritas. Além disso, a autora também tece críticas à rotulagem de alimentos, a determinados processamentos e a falta de incentivo pelo alimento orgânico.

Os pais que ficam perdidos na hora de preparar as refeições dos filhos irão encontrar dicas de receitas práticas e muito nutritivas, para estimular as crianças a se alimentarem sem que isso tome muito tempo na cozinha. A autora ainda aborda aspectos que impedem a criança de aceitar a alimentação sólida e oferece método para, de forma fluida e integrada, possibilitar a assimilação da utilidade e do prazer por alimentar-se.

“Este é um livro para ser folheado, se envolver e transformar a vida familiar”, comenta a autora.

Autismo e a alimentação

O autismo, definido pela autora como uma forma de “alergia cerebral”, também é abordado neste livro, junto com as causas e consequências da dieta sobre o comportamento de crianças autistas, cujo distúrbio cerebral as afastam do convívio social pleno.

No último capítulo, Milla narra a sua saga pela fórmula alimentar ideal. Com os filhos ainda pequenos e cursando a faculdade de engenharia de alimentos, ela conta que deixou muito professor e profissional de cabelo em pé! Mostra as dificuldades enfrentadas, dúvidas, descobertas e acertos, os quais tornaram suas fórmulas consumidas em diversos estados do País, através de uma parceria com uma farmácia de manipulação pioneira em suplementação, na cidade de Goiânia, Goiás.

Você pode comprar o livro [Criança, exclusões alimentares e qualidade de vida](#) pelo site da editora Chiado na versão papel e e-book.