

---

[F4]

**Studio sulle scelte alimentari degli adolescenti  
considerando i diversi livelli di neofobia**

Fontana L.<sup>1\*</sup>, Endrizzi I.<sup>1</sup>, Menghi L.<sup>2</sup>, Bontempo L.<sup>1</sup>, Gasperi F.<sup>2,1</sup>

<sup>1</sup>*Centro Ricerca e Innovazione, Fondazione Edmund Mach (TN)*

<sup>2</sup>*Centro Agricoltura, Alimenti, Ambiente, Università degli Studi di Trento*

Le abitudini alimentari si consolidano nell'adolescenza, fase di transizione con modifiche nella dieta, nell'attività fisica e nel benessere psicologico. Comprendere i fattori che influenzano le scelte alimentari è cruciale per prevenire stili di vita non salutari in età adulta. La Food Neophobia (FN), legata alla limitata varietà e qualità della dieta e alle preferenze alimentari, è un tratto cruciale da esaminare negli adolescenti.

200 adolescenti (età 14-16; 35% ragazze) hanno valutato l'accettabilità di quattro snack salutari poco familiari (amlou, yogurt allo sciroppo di abete, chips di pomodoro e barrette ai datteri) ed eseguito un Food Choice Task (FCT) per valutare l'influenza di familiarità e salubrità sulle scelte alimentari. I cibi rappresentati nelle immagini sono stati categorizzati come familiari o non familiari sulla base di uno studio pilota, e come salutari e non salutari da una team di nutrizionisti. I partecipanti hanno scelto l'immagine del cibo preferito per ognuna delle dieci coppie di cibi proposte. Successivamente, hanno valutato il gradimento, l'arousal e la familiarità di tutte le immagini presentate.

Per due dei quattro snack testati il gradimento è significativamente più basso negli adolescenti con più alti livelli di neofobia, confermando l'influenza di questo tratto psicologico sull'accettabilità di prodotti poco familiari. Analogamente nel FCT i neofobici scelgono con minor frequenza i cibi poco familiari assegnando alle stesse immagini punteggi minori di gradimento e familiarità, ma maggiori di arousal. Non si osservano invece differenze nelle frequenze di scelta tra cibi salutari e non salutari in funzione del livello di neofobia, probabilmente a causa dei valori mediamente alti di familiarità e bassi di arousal assegnati ai cibi scelti per queste due categorie.

In queste situazioni, l'effetto della neofobia è mascherato perché nessun alimento raggiunge una "soglia di allarme" che ne determini il rifiuto.

Lo studio fa parte del progetto Promedlife (PRIMA 2021, GA n° 2132).

**Keywords:** Food Neophobia, Food Choice Task, adolescenti, arousal

---