

## INDICE

Prefazione di <i>John M.H. Buckler</i>	IX
--	----

Introduzione	XI
--------------	----

### GLI ASPETTI MEDICI DELLA CRESCITA

I. LA CRESCITA STATURALE	3
--------------------------	---

1. Le carte dei centili di crescita	4
2. Velocità di crescita staturale	8
3. Principali fattori che influenzano la crescita	11
3.1. Fattori ereditari e familiari	11
3.2. Dimensioni del bambino alla nascita e crescita futura	13
3.3. Stato nutrizionale	14
3.4. Stato generale di salute	14
3.5. Stato ormonale	16
3.6. Stress psicologici ed emotivi	16
4. Predizione dell'altezza finale da adulto	18
Domande dei genitori e risposte dei medici	20

II. LA CRESCITA PONDERALE	65
---------------------------	----

1. Le carte dei centili di peso	66
2. Interpretazione del peso corporeo	69
3. Indice di massa corporea (BMI)	70
4. Velocità di crescita ponderale	75

5.	Obesità	76
5.1.	Definizione di sovrappeso e obesità	79
5.2.	Obesità endogena e esogena	79
5.3.	Principali fattori che influenzano il peso	81
5.4.	Familiarità per obesità e persistenza di un'obesità infantile in età adulta	82
5.5.	Momento di comparsa e grado di obesità infantile come predittori di sviluppo di un'obesità in età adulta	84
6.	Magrezza	85
6.1.	Introduzione	85
6.2.	Definizione e cause di magrezza	86
6.3.	Magrezza primitiva (costituzionale o idiopatica)	87
6.4.	Magrezze secondarie	87
6.5.	Disturbi del comportamento alimentare	88
6.6.	Frequenza dei disturbi del comportamento alimentare	90
6.7.	Anoressia nervosa (AN)	90
6.8.	Bulimia nervosa (BN)	92
6.9.	Decorso dei principali disturbi alimentari	92
	Domande dei genitori e risposte dei medici	93
III.	LA CRESCITA PUBERALE	109
1.	I cambiamenti ormonali puberali	110
2.	I cambiamenti fisici puberali	111
3.	La sequenza degli stadi puberali	111
4.	Sviluppo puberale e cambiamenti fisici nelle femmine	116
4.1.	Cambiamenti puberali 'atipici'	119
5.	Sviluppo puberale e cambiamenti fisici nei maschi	119
5.1.	Cambiamenti puberali 'atipici'	123
6.	La crescita staturale durante la pubertà	123

7.	La crescita ponderale durante la pubertà	125
8.	Altri cambiamenti fisici	125
8.1.	Mineralizzazione ossea e pubertà	126
9.	Fattori che influenzano il periodo di comparsa della pubertà	127
	Domande dei genitori e risposte dei medici	129
IV.	ASPETTI PSICOLOGICI DELLA CRESCITA	137
1.	La complessità dei percorsi di crescita	137
2.	Non esiste un bambino senza una famiglia	139
3.	Famiglia e società	140
4.	Il ciclo vitale della famiglia: è una giostra che va!	142
5.	I percorsi evolutivi tra crisi e opportunità	144
6.	‘Gattonando verso l’indipendenza’	148
7.	L’adolescenza: tutti i nodi vengono al pettine	150
8.	La crisi adolescenziale: alla ricerca della propria identità	152
9.	Il ruolo della famiglia: ‘accogliere’ i figli adolescenti	153
10.	‘Elaborare’	154
11.	‘Spingere’	155
12.	‘Contenere’	155
13.	Fluidità e reversibilità dei disturbi dell’adolescente	156
14.	Adolescenti e adulti: due mondi a confronto	158
	Domande dei genitori e risposte della psicologa	160
V.	ASPETTI EDUCATIVI DELLA CRESCITA	175
1.	Educare alla conoscenza di sé	175
1.1.	Una metafora animale	176
1.2.	Raccontarsi	178
2.	Quale sguardo sui giovani?	179

2.1. Volti nascosti	179
2.2. Uno sguardo disinteressato	181
3. Necessità di un'educazione intenzionale	182
3.1. Confrontarsi con il bambino nella sua singolarità	182
3.2. Parlare ai giovani nell'epoca di internet	184
4. Oltre le mode e il bullismo: il patto con l'altro	185
4.1. Il patto con l'altro	186
4.2. Talento ed esperienza	187
Domande dei genitori e risposte degli insegnanti	189
Indice delle figure	219
Indice delle tabelle	221
Indice analitico	222
I coautori	231