

NUTRIRE IL PIANETA?

ciclo di seminari verso EXPO 2015

Salute delle persone e sostenibilità ambientale: La Doppia Piramide BCFN



Milano 9 ottobre 2014



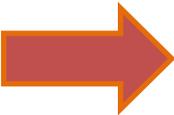
MILANO 2015

Indice

1. Introduzione, motivazione e obiettivi del lavoro
2. Il framework teorico: la Doppia Piramide Alimentare e Ambientale
3. L'indagine multiscopo ISTAT "Aspetti della vita quotidiana": la sezione sugli stili e le abitudini alimentari
4. Un'analisi sulle abitudini alimentari e sulla frequenza di consumo di cibi
5. Stile alimentare e attenzione all'ambiente: una prima esplorazione
6. Considerazioni conclusive

Introduzione

- Negli ultimi vent'anni nella maggior parte dei Paesi europei sono raddoppiate le persone in sovrappeso o obese (OCSE, 2011). Anche l'Italia, tradizionalmente patria della cultura del buon cibo e della Dieta Mediterranea, vede il dilagarsi della cosiddetta "epidemia del terzo millennio".
- **In Italia si è registrato negli anni più recenti un allontanamento della popolazione dall'adozione della dieta mediterranea, considerata una dieta sostenibile sia dal punto di vista nutrizionale che ambientale (FAO, 2010).**
 - Oltre alle ripercussioni nutrizionali che le scelte alimentari sbagliate possono esercitare sulla salute delle persone, un ulteriore problema è rappresentato dagli impatti che i diversi alimenti esercitano sull'ambiente.
 - **Crescente interesse verso le strategie atte a modificare le abitudini alimentari della popolazione e a promuovere diete più sane e a basso impatto ambientale.**



Utilizzando lo schema concettuale della Doppia Piramide di BCFN, il lavoro si pone come **obiettivo principale** quello di **esaminare a livello empirico le abitudini ed i comportamenti della popolazione italiana rispetto agli stili alimentari e verso il consumo di quei cibi che si configurano agli estremi delle due piramidi** utilizzando una fonte di dati di statistica ufficiale rappresentata dall'indagine Multiscopo ISTAT (anno 2012).

Il framework teorico

I PARADOSSI ATTUALI SU CIBO E NUTRIZIONE

L'ANALISI APPROFONDATA DEGLI SCENARI GLOBALI DELLA NOSTRA EPOCA E LA LORO CONTINUA E RAPIDISSIMA EVOLUZIONE METTONO IN EVIDENZA UN MONDO PERCORSO DA FORTI PARADOSSI

ECCESSO DI CIBO O ACCESSO AL CIBO?

Oggi nel mondo coesistono più di un miliardo di persone che soffrono la fame e un numero equivalente di persone che soffre le conseguenze di un eccesso di nutrizione, nella forma di gravi malattie metaboliche come, per esempio, il diabete. Eppure, già oggi, il sistema alimentare globale è in grado di garantire un adeguato apporto nutrizionale a tutti gli esseri umani presenti sul pianeta. Le cause di questa situazione non sono facili da individuare e rimuovere. Questo deve fungere da sprone a individuare e proporre soluzioni urgenti ed efficaci

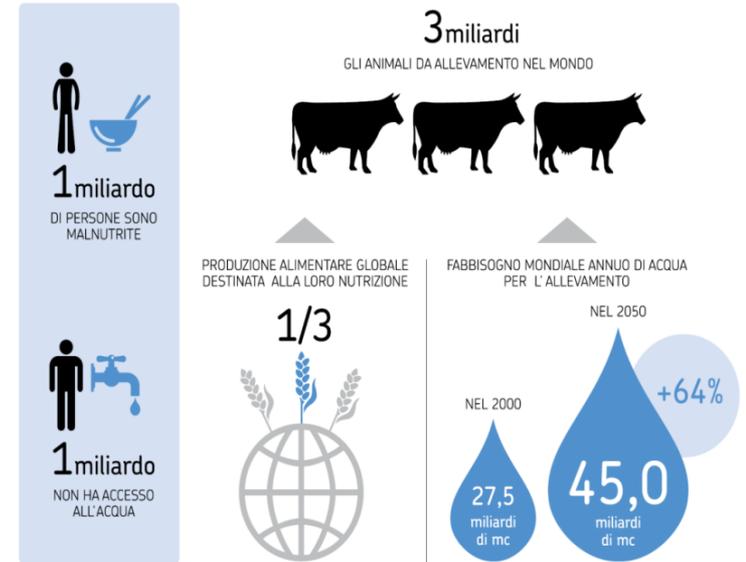


BAMBINI
Per la prima volta in cinquant'anni, le nuove generazioni avranno una minore aspettativa di vita



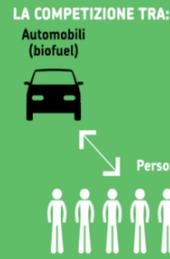
NUTRIRE LE PERSONE O GLI ANIMALI?

Sul pianeta sono presenti circa tre miliardi di animali da allevamento. Un terzo dell'intera produzione alimentare globale è destinato alla loro nutrizione e gli animali contribuiscono significativamente ai fenomeni di cambiamento climatico. Infatti si stima che essi siano responsabili di almeno il **50% delle emissioni agricole**



ALIMENTARE LE PERSONE O LE AUTOMOBILI?

Un'ulteriore forma di uso improprio delle risorse della Terra riguarda la concorrenza tra biocarburanti e cibo. Una quota crescente di terreni agricoli è destinata alla produzione di biocarburante. Così facendo, scegliamo di dare da bere alle nostre automobili invece che da mangiare agli esseri umani



È LA COMPETIZIONE TRA:
Possessori di automobili



Persone che hanno difficoltà di accesso al cibo



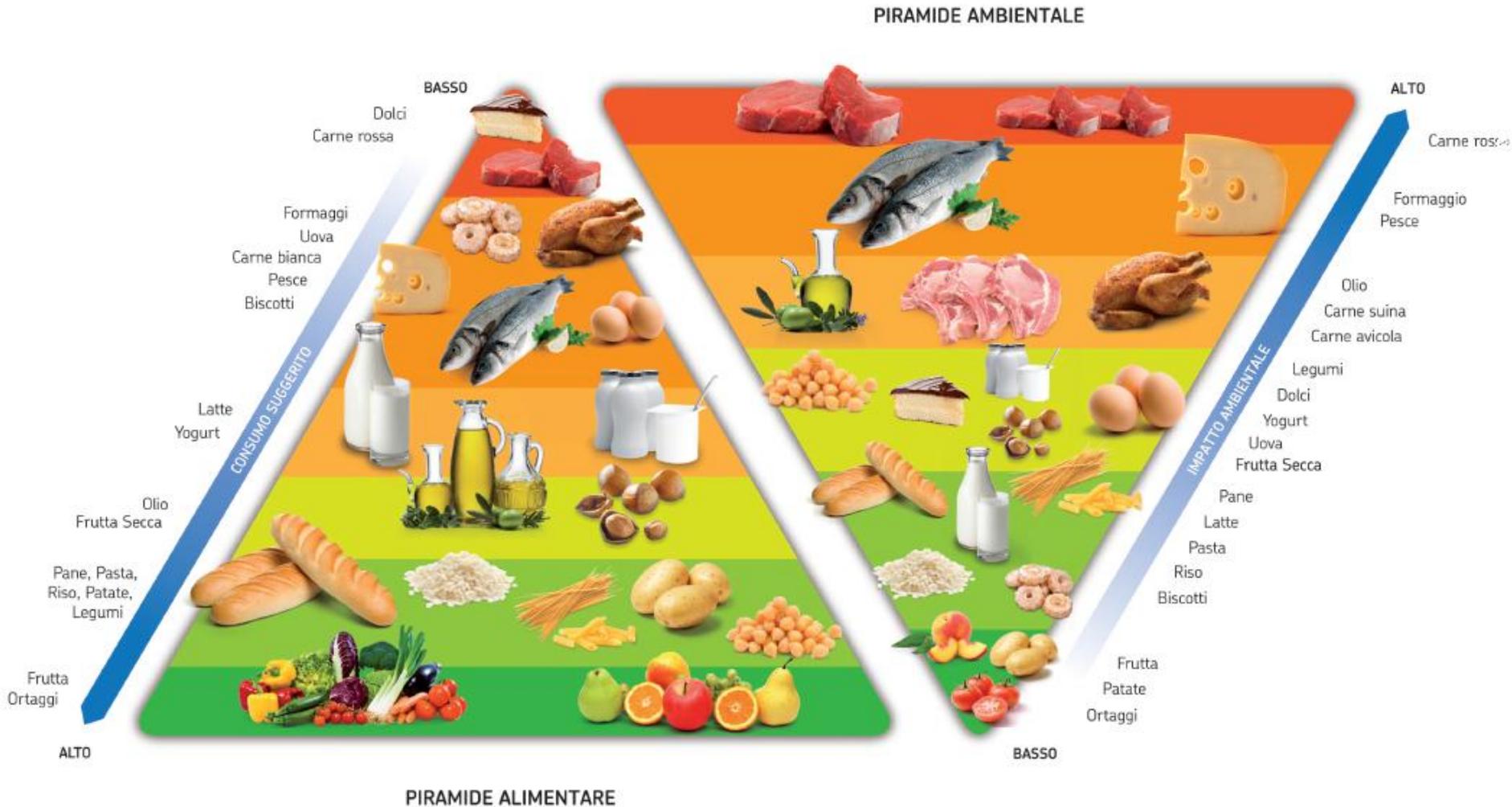
LO SAPEVI CHE?

Il consumo annuale di mais negli Stati Uniti è di **390.000 mc**



Il framework teorico

La Doppia Piramide Alimentare & Ambientale



Il framework teorico

Analisi del Ciclo di Vita (LCA)



I Footprint

**Carbon
Footprint**



**Water
Footprint**



**Ecological
Footprint**

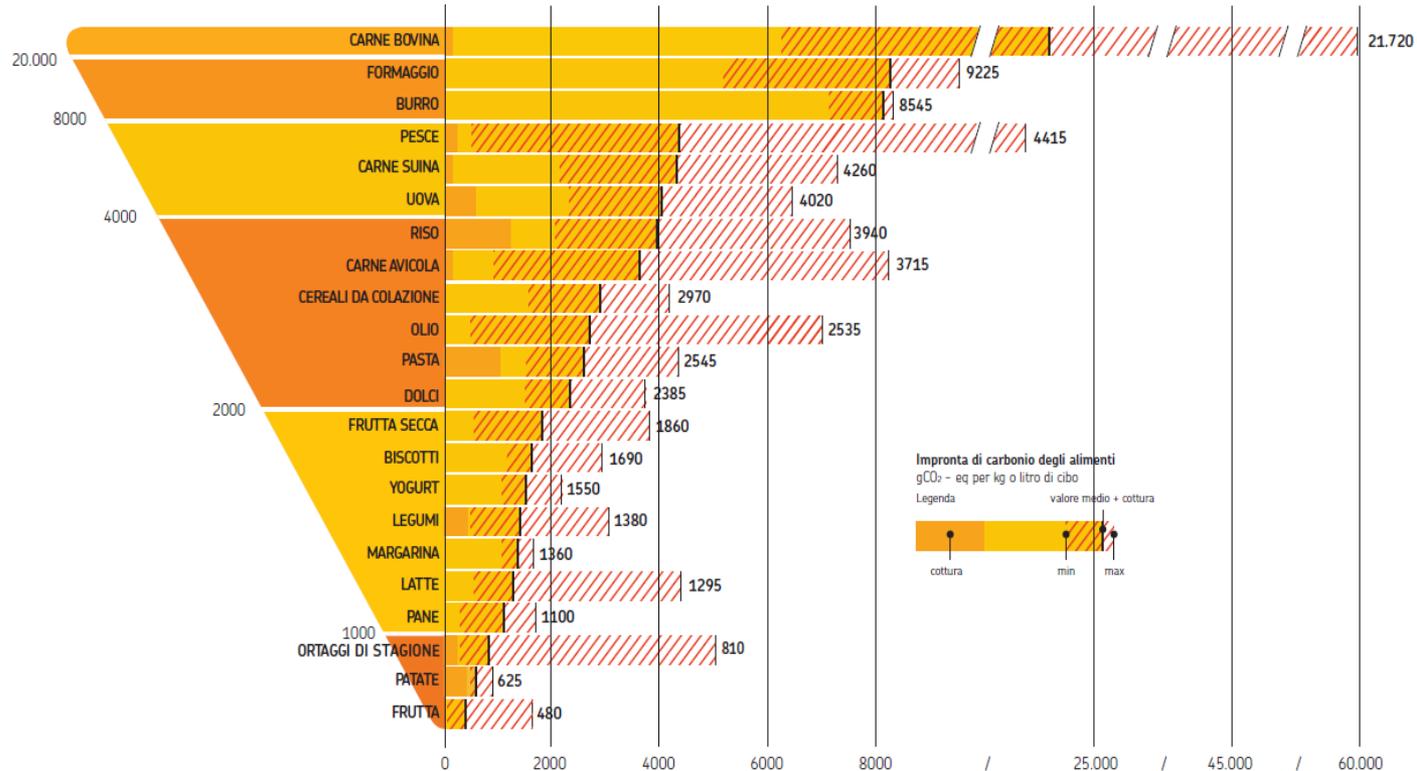


Il framework teorico

Carbon Footprint



Carbon Footprint: rappresenta il totale dei gas ad effetto serra causati in maniera diretta o indiretta dalle attività umane. É misurato in massa di Co2 equivalente.

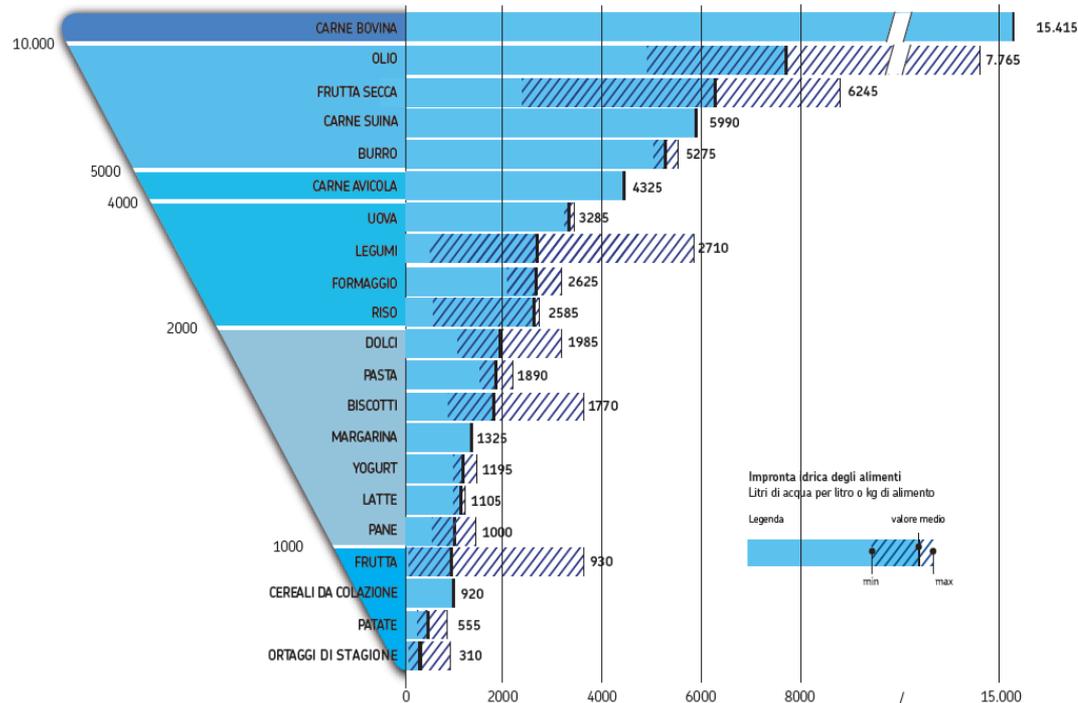


Il framework teorico

Water Footprint



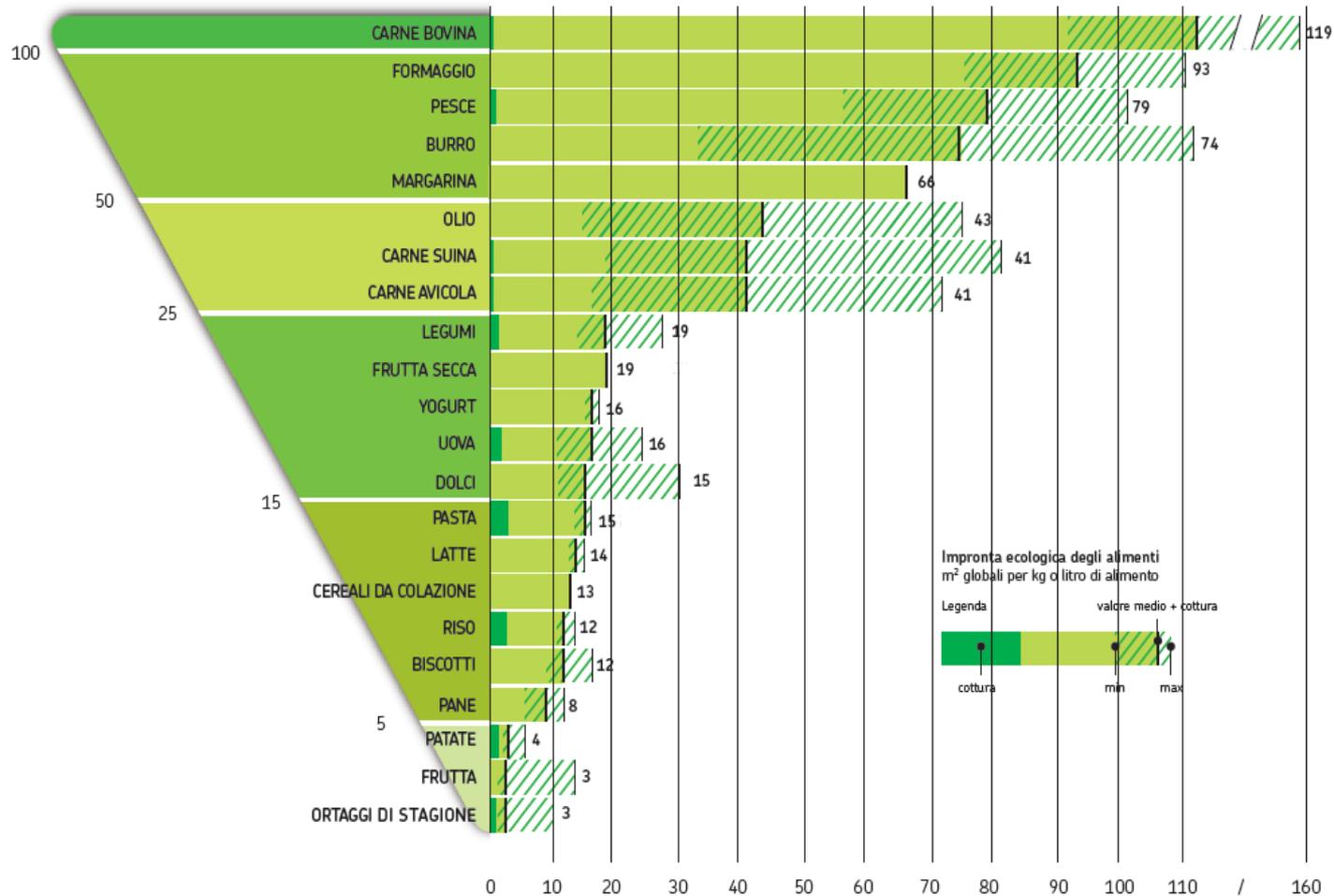
Water Footprint: quantifica i consumi e le modalità di utilizzo delle risorse idriche. È misurato in volume (litri) di acqua evaporata o inquinata durante il ciclo di vita di un prodotto.



Il framework teorico

Ecological Footprint

Ecological Footprint: calcola la quantità di terra (o mare) biologicamente produttiva necessaria per fornire le risorse e assorbire le emissioni associate a un sistema produttivo e si misura in m² o ettari globali



I dati

INDAGINE STATISTICA MULTISCOPO SULLE FAMIGLIE

ASPETTI DELLA VITA
QUOTIDIANA
ANNO 2012

- **Indagine campionaria:** dal 1993 analizza annualmente vari aspetti (di tipo economico e sociale) della vita degli Italiani
- **Disegno di campionamento:** campione a più stadi rappresentativo della popolazione italiana
- **Focus anno 2012:**
 - **37.147** in età compresa tra **15 e 79 anni**
- La nostra ricerca si focalizza principalmente sulla **sezione relativa agli stili alimentari** che prevede quesiti relativi ai pasti consumati durante il giorno ed alla frequenza nel consumo di gruppi di alimenti (quali ad esempio carni, latticini, verdura, frutta, uova, pesce)



3.5 Con che frequenza consuma i seguenti gruppi di alimenti?

(una risposta per ogni riga)

	Più di una volta al giorno	Una volta al giorno	Qualche volta a settimana	Meno di una volta a settimana	Mai
Pane, pasta, riso.....	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
Salumi.....	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
Carne di pollo, tacchino, coniglio, vitello	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
Carni bovine (manzo, vitellone, ecc.).	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
Carni di maiale (escluso salumi).....	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
Latte.....	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
Formaggi, latticini	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
Uova	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
Pesce	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
Verdure in foglia cotte e crude (spinaci, insalate, cicoria, cavolo, broccoli).....	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
Pomodori (escluse conserve), melanzane, peperoni, finocchi, zucchini, carciofi, carote, zucche, cavolfiore, piselli e altri legumi freschi	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
Frutta	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>

Un'analisi delle abitudini alimentari

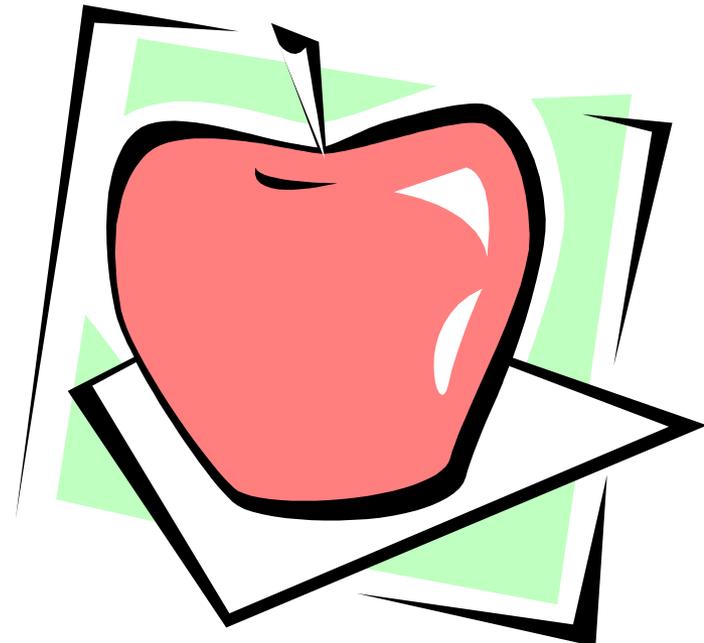


- Nell'anno 2012 il **66%** della popolazione considera il **pranzo** come il **pasto principale**. Continua quindi la graduale e lenta diminuzione della quota di popolazione per cui il pranzo rappresenta il pasto principale: **nel 2001 la stessa percentuale era pari al 72,2%**
- La **cena** ha maggiore rilevanza a **Nord-Ovest** e nel **Centro** (33% della popolazione la identifica come pasto principale)
- I **giovani** (15-24) e gli **anziani** (60-79) consumano a **casa** il pasto principale
- Il **42%** degli **uomini** in età lavorativa consuma il **pranzo fuori casa**

Un'analisi degli stili alimentari

Frutta, verdura a foglia, altre verdure

- **40%** gli italiani che consumano **frutta** più di una volta al giorno
- **12,4%** i giovani di età 15-24 che non consumano **MAI** frutta
- La **popolazione femminile** è più incline al consumo di **frutta e verdura**: il 60% consuma verdure almeno una volta al giorno, contro il 48% degli uomini
- **75%** gli italiani che consumano **verdure** almeno una volta al giorno
- **5%** i giovani che non consumano **MAI** verdure a foglia



Un'analisi degli stili alimentari

Carne bovina

▪ Il consumo di **carne bovina** è più pronunciato tra la **popolazione di sesso maschile** e tra i **giovani**

▪ **60%** gli italiani che consumano **carne rossa** una o **più volte** a settimana

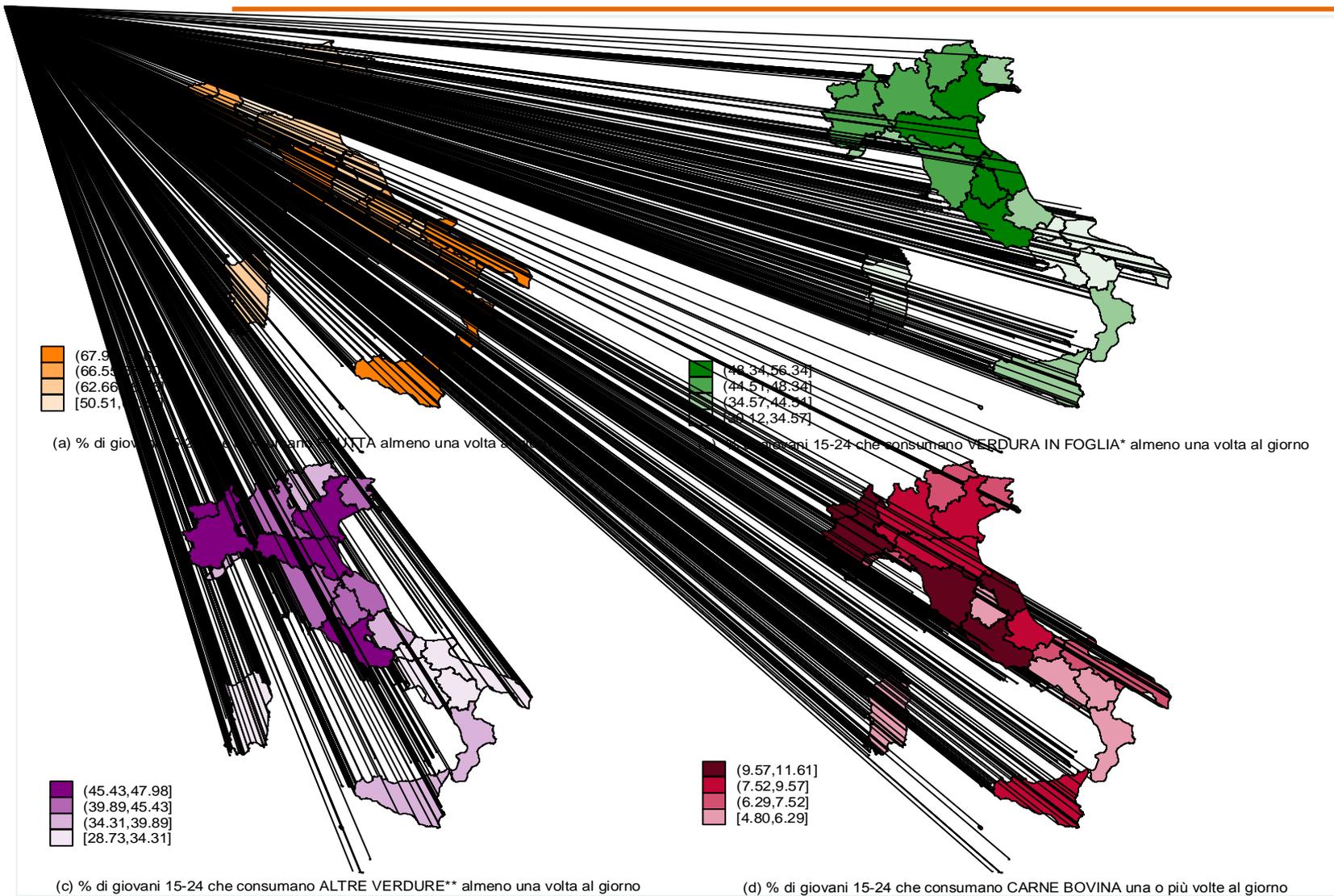
▪ **8%** i **giovani** italiani che consumano **carne rossa** almeno **una volta al giorno**



Un'analisi degli stili alimentari

		Frequenza di consumo TOTALE				
Alimenti	Età	Più di una volta al giorno	Una volta al giorno	Qualche volta alla settimana	Meno di una volta alla settimana	Mai
FRUTTA						
	15-24	31.27	34.02	22.31	7.79	4.61
	25-34	33.56	35.22	21.00	6.55	3.67
	35-49	36.67	38.19	17.78	4.76	2.60
	50-64	46.50	36.55	12.07	3.22	1.66
	65-79	51.38	36.32	9.02	1.99	1.29
	Totale	40.65	36.49	15.81	4.51	2.54
VERDURE IN FOGLIA*						
	15-24	13.38	29.40	37.36	11.87	7.99
	25-34	14.44	32.89	40.53	8.38	3.76
	35-49	16.80	36.12	38.84	6.34	1.90
	50-64	19.06	39.91	34.56	4.93	1.54
	65-79	21.87	41.69	30.81	3.71	1.92
	Totale	17.51	36.76	36.38	6.51	2.84
ALTRE VERDURE**						
	15-24	12.03	27.98	43.72	11.35	4.92
	25-34	12.04	30.56	47.46	7.90	2.04
	35-49	12.69	33.94	46.05	6.18	1.14
	50-64	13.89	34.70	44.53	5.77	1.11
	65-79	15.49	37.04	41.57	4.62	1.28
	Totale	13.32	33.46	44.77	6.69	1.76
CARNI BOVINE						
	15-24	1.32	6.70	65.12	21.72	5.14
	25-34	0.74	5.78	64.91	23.43	5.14
	35-49	0.85	5.29	65.20	23.60	5.06
	50-64	0.81	3.62	62.76	27.69	5.12
	65-79	0.80	3.27	60.91	29.28	5.74
	Totale	0.87	4.76	63.77	25.38	5.22

Un'analisi a livello territoriale



Stile alimentare ed interesse verso l'ambiente: una prima esplorazione

- Il **47,6%** della popolazione in età 15-79 dichiara di essere interessata all'ambiente
- L'interesse è maggiore nelle fasce di età centrali, più basso per i giovani
- Esiste una **relazione** statisticamente **significativa tra consumo di frutta e verdura ed interesse verso le tematiche ambientali**, ma ulteriori analisi sono necessarie per verificarne l'intensità.

Interesse verso le tematiche ambientali



Consumo di frutta e verdura



Stile alimentare ed interesse verso l'ambiente: una prima esplorazione

Sostenibilità ambientale e sostenibilità alimentare possono andare di pari passo?

- Il modello elaborato dal BCFN delinea in modo chiaro due piramidi in cui gli alimenti vengono ordinati sia in base alle quantità in cui essi andrebbero consumati (nella piramide alimentare) sia in base al rispettivo impatto ambientale (piramide ambientale).

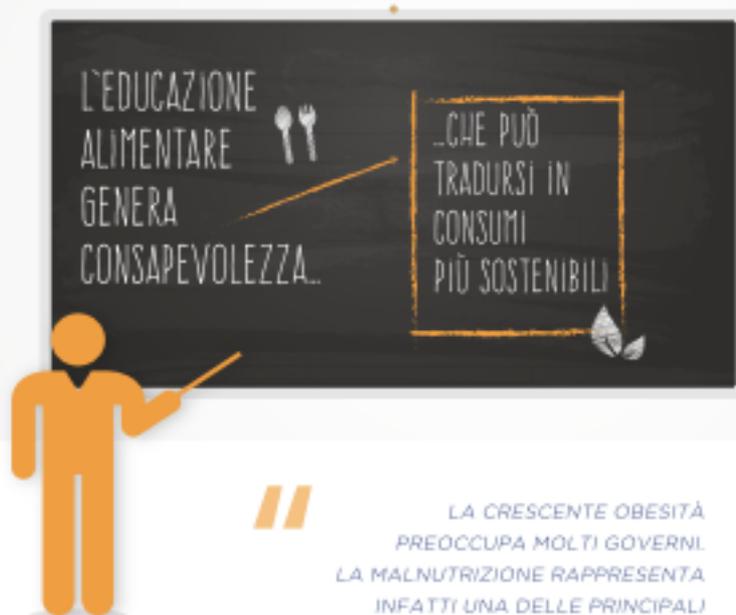
Quanto sono sostenibili i consumi della popolazione italiana?

- **Il consumo di frutta e verdura negli individui in età compresa tra 15 e 79 anni non è così frequente come invece dovrebbe essere:** in media gli Italiani in queste fasce di età consumano poco più di una porzione al giorno sia di frutta che di verdura.
- **Le generazioni più giovani destano maggiore preoccupazione** poiché circa il 5% di essi dichiara di non consumarne mai, percentuale che cresce all'8% se si considera la verdura in foglia
- **Sono sempre i giovani che consumano più frequentemente (una volta al giorno o più) carne rossa.**

Quali possibili interventi?

BCFN

DOVE E COME PROMUOVERE SCELTE ALIMENTARI SOSTENIBILI



LA CRESCENTE OBESITÀ
PREOCCUPA MOLTI GOVERNI.
LA MALNUTRIZIONE RAPPRESENTA
INFATTI UNA DELLE PRINCIPALI
MINACCE PER LA SALUTE DELLE
PERSONE E, QUINDI,
PER LE ECONOMIE.
BCFN, 2014

Cucinare a casa e mangiare in famiglia

"La presenza dei genitori durante il pasto serale è legata positivamente a un maggior consumo degli adolescenti di frutta, verdura e latticini".
Videon e Manning, 2003.



L'importanza degli amici

"Le nostre abitudini alimentari sono influenzate da quello che mangiano i nostri pari".
Robinson et al. 2014.



Ambiente lavorativo

"Un'alimentazione troppo ricca o troppo scarsa, incide sulla produttività dei lavoratori per una perdita pari a ca. il 20%".
ILO, 2005.



Scuola

In Italia il programma "Frutta nelle scuole" ha coinvolto 870 mila bambini in 5 mila scuole



Il marketing delle imprese

INDUSTRIA ALIMENTARE - 7 imprese alimentari analizzate

DISTRIBUZIONE - 8 catene distributive analizzate

RISTORAZIONE COLLETTIVA - 11 casi analizzati



Campagne istituzionali e comunicazione sociale

Risultati positivi delle campagne di comunicazione sociale: in USA, anche a seguito della campagna Let's Move promossa da Michelle Obama, i bambini in sovrappeso tra i 2 e i 5 anni sono diminuiti del 43%. Il tasso di obesità è sceso dal 14% (2003-2004) a ca. l'8% (2011-2012).



Grazie per l'attenzione

Carlo Alberto Pratesi (Università Roma Tre): pratesi@gmail.com

Ludovica Principato (Università Sapienza): ludovica.principato@uniroma1.it

Luca Ruini (Barilla Center for Food and Nutrition): luca.ruini@barillacfn.com

Luca Secondi (Università della Tuscia): secondi@unitus.it

Tiziana Laureti (Università della Tuscia): laureti@unitus.it