

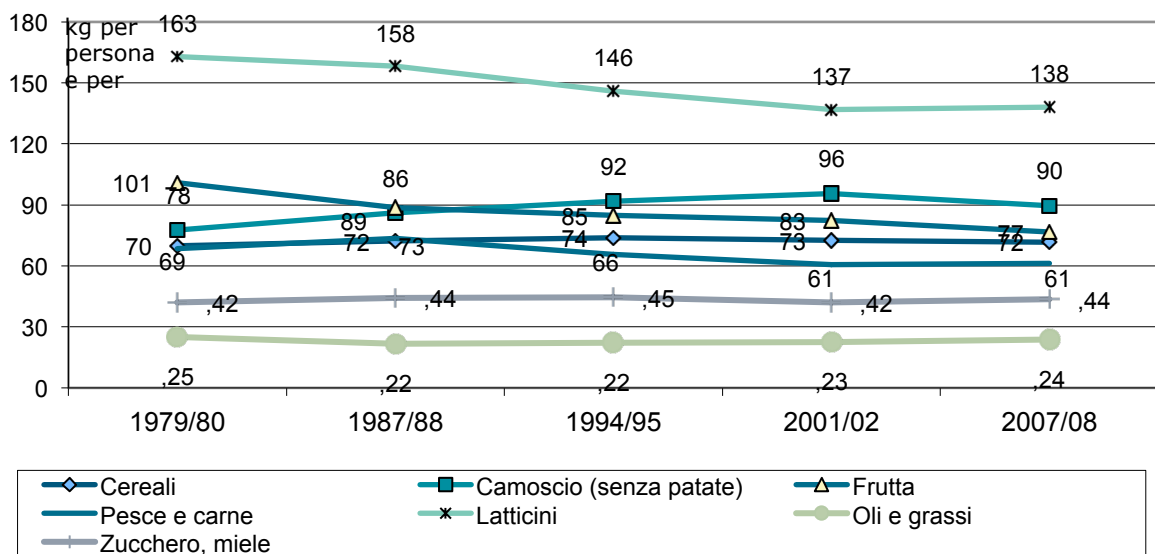
Indicatore 2.4: Consumo di derrate alimentari

Anche se le raccomandazioni alimentari sono note e accettate, il consumo personale di derrate alimentari non è necessariamente equilibrato e sano. Per quanto riguarda la composizione dell'alimentazione entrano in gioco sia la varietà sia la quantità di derrate alimentari consumate.

Attraverso l'Indagine nazionale sulla nutrizione, in futuro l'Ufficio federale della sanità pubblica rileverà dati di base che consentiranno una valutazione affidabile del consumo di diverse derrate alimentari. In attesa di questi dati, il consumo di alimenti e il consumo approssimativo possono essere valutati in base alle indicazioni tratte dalla statistica agraria dell'Unione svizzera dei contadini. Queste indicazioni calcolate consentono di descrivere la situazione nutrizionale; il consumo reale di derrate alimentari, tuttavia, è sopravvalutato (cfr. anche indicatore 1.3).

La base dei seguenti dati è costituita da diverse analisi estratte dal 6° Rapporto sull'alimentazione in Svizzera (2012) e dal sondaggio nazionale sull'alimentazione menuCH svolto dall'USAV in collaborazione con l'UFSP per gli anni 2014/15. Il grafico A illustra il consumo stimato pro capite annuo di varie derrate alimentari nel periodo compreso tra il 1979/80 e il 2007/08. Fino agli anni 2001/02 è osservabile una continua diminuzione nel settore del latte e dei latticini, nonché della carne e dei prodotti di carne, che però non è più proseguita nel biennio 2007/2008. In questo periodo, il consumo di frutta è leggermente calato, come pure quello della verdura. Per i prodotti di cereali, gli oli/grassi e lo zucchero/miele si sono registrate solo lievi variazioni.

A) Consumo pro capite annuo di vari gruppi di alimenti, dagli anni 1979/80 agli anni 2007/08 (dati espressi in kg per persona e per anno)



Fonte: Schmid et al. (2012)

Base di dati

Dati sulla base di menuCH, il sondaggio nazionale sull'alimentazione dell'USAV e dell'UFSP per gli anni 2014/15 (intervistati di età compresa tra 18 e 75 anni, n=2085, cfr. Bochud et al. 2017) nonché di statistiche dell'Unione svizzera dei contadini dai Rapporti sull'alimentazione dell'Ufficio federale della sanità pubblica:

Schmid, A., C. Brombach, S. Jacob, I. Schmid, R. Sieber e M. Siegrist (2012): «La situazione nutrizionale in Svizzera». Pagg. 53-131 in: Keller U., Battaglia Richi E., Beer M., Darioli R., Meyer K., Renggli A., Römer-Lüthi C., Stoffel-Kurt N.

(ed.): Sesto Rapporto sull'alimentazione in Svizzera. Berna: UFSP.

Il consumo è calcolato secondo la seguente formula: consumo = produzione +/- variazione delle scorte - esportazione + importazione.

La determinazione del consumo approssimativo giornaliero pro capite si basa sulle quantità consumate tenendo conto del coefficiente di rifiuto specifico di ogni alimento. La detrazione legata alla mondatura e all'eliminazione di noccioli, ossa, gusci, ecc. può arrivare al 58 per cento (noccioline).

Altri risultati

Nel 6° Rapporto sull'alimentazione in Svizzera è stato anche calcolato il consumo approssimativo (al netto di rifiuti e perdite) di alimenti in base ai dati sul consumo delle derrate alimentari e delle tabelle dei valori nutritivi di Souci, Fachmann und Kraut per gli anni 2007/08 (cfr. Schmid et al. 2012).

Il grafico B indica il consumo approssimativo giornaliero pro capite calcolato per diversi generi alimentari, mentre il grafico D illustra la percentuale dell'apporto energetico costituita da questi generi alimentari.

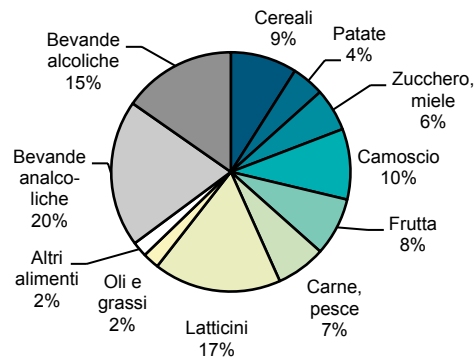
Dal grafico B risulta evidente che secondo i calcoli le bevande rappresentano più di un terzo dell'intero consumo giornaliero. Per gli altri alimenti sono soprattutto i latticini a incidere fortemente sui consumi.

Dal grafico C si evince inoltre che, tra il biennio 2001/02 e il biennio 2007/08, il consumo pro capite di verdura e frutta è notevolmente diminuito, mentre il consumo di zucchero/miele e oli/grassi è aumentato. Nello stesso periodo, il consumo di bevande alcoliche è calato leggermente, passando da quasi 127 a 122 litri pro capite all'anno (persone di 15 e più anni).

Secondo il grafico D, le bevande alcoliche continuano però a fornire un contributo del 7 per cento circa all'apporto energetico giornaliero. Cereali e latticini sono fornitori di oltre un terzo dell'apporto energetico giornaliero. Nonostante il consumo relativamente modesto, balzano agli occhi in questo contesto le percentuali comparativamente elevate di derrate alimentari ricche di energia come lo zucchero e il miele (17 %) nonché gli oli e i grassi (14 %). A pesare poco sul bilancio alimentare giornaliero sono invece frutta e verdura.

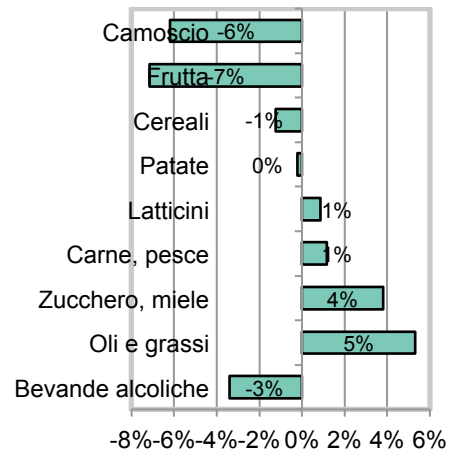
Ulteriori dati riguardanti l'apporto energetico giornaliero – che secondo il 6° Rapporto sull'alimentazione in Svizzera negli anni 2007/08 ammontava in media a 2849 kcal per persona – figurano nel grafico A dell'indicatore 2.10.

B) Consumo giornaliero pro capite di generi alimentari e bevande, 2007/08 (consumo approssimativo, quote percentuali basate su dati espressi in grammi per persona e al giorno)



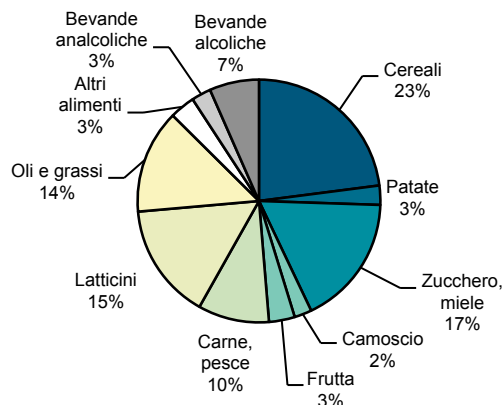
Fonte: Schmid et al. (2012)

C) Variazione percentuale del consumo pro capite di derrate alimentari scelte, dal 2001/02 al 2007/08



Fonte: Schmid et al. (2012)

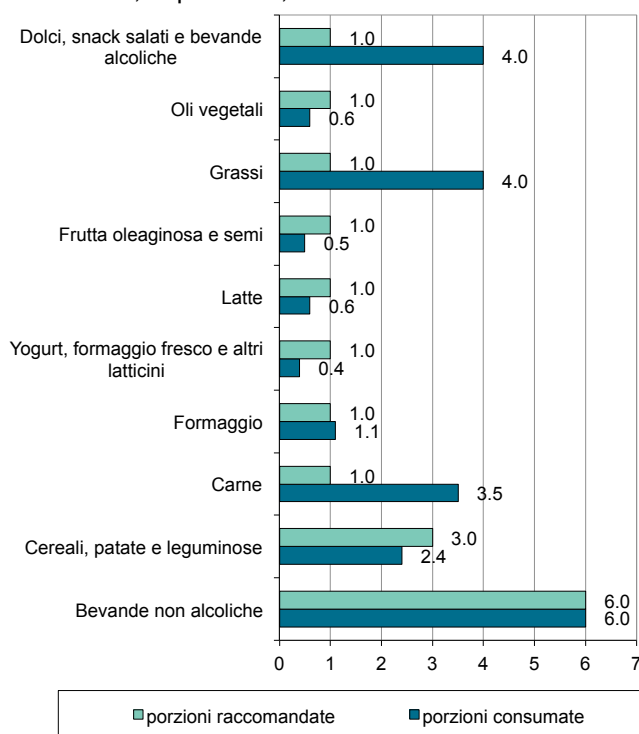
D) Apporto energetico giornaliero pro capite dei vari generi alimentari e bevande, 2007/08 (consumo approssimativo, quote percentuali basate su dati espressi in Kcal per persona e al giorno)



Fonte: Schmid et al. (2012)

Secondo il sondaggio nazionale sull'alimentazione menuCH, l'alimentazione della popolazione svizzera è poco equilibrata e non corrisponde alla composizione ideale descritta nella piramide alimentare svizzera. Le discrepanze tra le porzioni assunte giornalmente e le porzioni raccomandate per i diversi gruppi di alimenti sono illustrate nel grafico E. Il consumo quotidiano di bevande non alcoliche, formaggio, oli vegetali o alimenti amidacei (come cereali, patate o leguminose) corrisponde più o meno alle quantità raccomandate. Invece la quantità di latticini consumati è leggermente troppo scarsa, mentre il consumo di carne e grassi nonché di dolci, snack salati e bevande alcoliche è da tre a quattro volte superiore rispetto alle quantità suggerite.

E) Confronto tra la quantità giornaliera effettivamente consumata o raccomandata di diversi (gruppi di) alimenti, in porzioni*, 2014/15



Altre informazioni

Bochud, M., A. Chatelan und J.M. Blanco (2017): Anthropometric characteristics and indicators of eating and physical activity behaviors in the Swiss adult population. Results from menuCH 2014-15. Studio su incarico dell'USAV e dell'UFSP. Losanna: Institut Universitaire de Médecine Sociale et Préventive.

Gremaud, G., I. Schmid e R. Sieber (2005): «Estimation de l'utilisation des denrées alimentaires en Suisse pour les années 2001/2002» (Stima del consumo di derrate alimentari in Svizzera negli anni 2001-2002). Pagg. 7-23 in: Eichholzer M, Camenzind-Frey E, Matzke A, Amado R, Ballmer P et al. (eds.): Quinto rapporto sull'alimentazione in Svizzera. Berna: UFSP.

Jacob, S. (2005): «Stima del consumo e del consumo approssimativo di energia alimentare e sostanze nutritive». Pagg. 25-35 in: Eichholzer M, Camenzind-Frey E, Matzke A, Amado R, Ballmer P et al. (eds.): Quinto rapporto sull'alimentazione in Svizzera. Berna: Ufficio federale della sanità pubblica, 2005.

Fonte: menuCH dell'USAV e dell'UFSP, Bochud et al. (2017).

* Indicazione: la grandezza delle singole porzioni varia a seconda degli alimenti. Ad es. per dolci e snack salati si tratta di ca. 20 g, per le bevande dolci 2,5 dl, mentre per una porzione di bevanda alcolica come il vino 1 dl. Una porzione di olio vegetale corrisponde a ca. 20-30 g, una porzione di grassi a ca. 10 g e una porzione di frutta oleaginosa e semi a ca. 20-30 g. Una porzione di latte è di ca. 2 dl, e nel caso di yogurt, formaggio fresco o altri latticini una porzione è di 150-200 g. Una porzione di formaggio corrisponde a 30 g di formaggio a pasta semidura o dura, oppure a 60 g di formaggio a pasta molle. Una porzione di carne (compreso il pollame e i prodotti a base di carne trasformati) è di 35 g, mentre nel caso di cereali, come il pane o gli impasti, è di 75-125 g. Una porzione di pane croccante (o «Knäckebrötchen») oppure di fiocchi, pasta, riso, mais o altri chicchi di cereali corrisponde a 45-75 g (peso a secco), mentre per le patate è di 180-300 g e per le leguminose di 60-100 g. Una porzione di bevanda non alcolica corrisponde a 2,5 dl.