



# Gli italiani e il cibo

*Come sono cambiati gli stili alimentari  
negli ultimi 20 anni*

Milano, 8 maggio 2017







# Principali evidenze

Il cibo ha sempre avuto un ruolo cruciale nella vita degli italiani:

- siamo il Paese della grande tradizione nella cucina
- al pasto è sempre stata associata la tavola apparecchiata, la famiglia riunita
- il cibo è CONVIVIALITA', al contrario di quanto accade nei paesi del nord Europa

Eppure nel corso degli ultimi 20 anni molte cose sono cambiate. La prima è che si mangia sempre di più fuoricasa. Oggi il **35% della spesa delle famiglie** per mangiare è indirizzato su bar, ristoranti, pizzerie, gelaterie, pasticcerie e via di seguito. Al contempo scende il peso dei consumi domestici anche se in Europa continuiamo ad essere un Paese a forte “vocazione” alimentare.

I cambiamenti non riguardano soltanto il valore e la quantità di cibo acquistato e consumato ma anche i comportamenti o meglio gli stili alimentari. Tra questi citiamo la perdita di importanza del pranzo come pasto principale della giornata ed la conseguente crescita della cena. Un fenomeno che purtroppo non interessa solo le fasce adulte della popolazione ma anche i bambini che assumono i modelli alimentari dei genitori. In questi ultimi 20 anni registriamo anche qualche fenomeno positivo come l'aumento della popolazione che inizia la giornata con una colazione ben più sostanziosa di quanto si facesse in passato. Non si beve solo qualcosa (un caffè o un cappuccino) ma si mangia anche qualcosa.

La stessa tipologia di prodotti consumati è significativamente cambiata. In tale ambito si registrano comportamenti “strabici” da un lato più attenti alla salute ed al benessere ma dall'altro esattamente opposti. La polarizzazione dei comportamenti è il tratto distintivo di questa epoca con una parte minoritaria di popolazione che vive il rapporto con il cibo all'insegna del salutismo ed un'altra parte maggioritaria che al contrario assume comportamenti sempre più lontani da quei modelli tradizionali implicitamente attenti al concetto di cibo come fonte di salute e benessere.





Da una parte cala la quota di popolazione che consuma quotidianamente carboidrati e proteine ed aumenta quella di chi consuma ortaggi e verdure e di coloro che prestano attenzione al consumo di sale.

Dall'altra cala la quota di popolazione che consuma abitualmente la frutta e quella di chi utilizza olio di oliva e grassi vegetali per la cottura e soprattutto per il condimento a crudo.

Questo strabismo lo rintracciamo da una parte nella riduzione della spesa per pane e cereali (-7,5% a prezzi costanti nel periodo 2000-2015) e della spesa per la carne, principalmente rossa, (-8,1%) e dall'altra nell'aumento del tasso di popolazione in sovrappeso o addirittura in condizioni di obesità. Si tratta, in questo secondo caso, di **5 milioni di persone** che mostrano un trend di crescita almeno nel lungo periodo.

L'importanza della ristorazione nei consumi alimentari delle persone sta facendo crescere una nuova sensibilità e responsabilità da parte delle imprese del settore, quantomeno in quelle basate su modelli di offerta più tradizionali. Partendo da questa consapevolezza si scopre che nella ristorazione i consumatori ricercano pietanze più leggere ma senza lo stress della lista delle calorie. Il connubio *salute&convivialità* è bene interpretato dalla ristorazione e questo fa sì che i consumatori non debbano passare il tempo a leggere "etichette" che indicano le caratteristiche nutrizionali di ciò che consumano al ristorante ma proprio nel modello di ristorazione che meglio risponde alle loro esigenze trovano la soluzione a quel connubio. E proprio la fiducia che ripongono nel ristorante selezionato fa sì che la stessa tracciabilità degli alimenti non sia un argomento a cui prestare grande attenzione. Anche nei consumi al ristorante si trovano le conferme del cambiamento dei modelli alimentari. La carne rossa viene segnalata in forte calo, così come l'uso del sale e dei grassi animali (burro). Cresce significativamente il consumo di verdura e viene confermata la scarsa attenzione alla frutta. Nel primo caso si può dire che ortaggi e verdure resistono solo perché i prodotti di IV e V gamma ne facilitano l'uso in casa o perché c'è qualcuno (al ristorante) che la prepara per te.





In controtendenza al ristorante il consumo di primi piatti, principalmente pasta, e dei dessert. In questi due aspetti si ritrova il valore della tavola come convivialità e dunque piacere. La pasta resta un pilastro del modello alimentare italiano mentre il dolce si conferma come il modo migliore per concludere un pasto con familiari ed amici.

Ma il cibo come salute e benessere non coincide solo con la leggerezza dei piatti. L'aumento delle intolleranze alimentari, delle allergie e persino delle malattie metaboliche fa sì che la ristorazione si attrezzi sempre di più per dare risposte ai consumatori con queste problematiche. Oltre i due terzi dei ristoranti intervistati dichiara di avere menu per chi ha specifiche esigenze di salute e/o intolleranze mentre sei ristoranti su dieci sono in grado di dare risposta a quei consumatori che hanno particolari esigenze dietetiche.

Ma *salute&convivialità* viene assicurata soprattutto prestando attenzione alla qualità dei prodotti e rispettando il ciclo delle stagioni.

L'uso di prodotti dop e Igp è una larga consuetudine della ristorazione, il **90%** circa degli intervistati punta sulle filiere corte ed è in forte espansione l'utilizzo di prodotti bio. L'**84%** dei ristoratori cambia il menu al massimo ogni 4 mesi.

Attenzione all'ambiente e riduzione degli sprechi è un altro driver della ristorazione. Questa attenzione si esplicita soprattutto nella gestione dell'attività (contenere lo spreco di acqua, utilizzo di lampade al led, elettrodomestici a basso consumo, ricariche per detersivi, ecc.) mentre nel rapporto con la clientela e con il mondo esterno c'è ancora molto da fare. Solo **un ristorante su quattro** utilizza acqua microfiltrata ed il **14%** appena degli intervistati non spreca il cibo donandolo quello non utilizzato ad associazioni caritatevoli o di volontariato.





I consumi alimentari



Gli stili alimentari



*Focus: gli stili alimentari al ristorante*



La ristorazione e l'ambiente

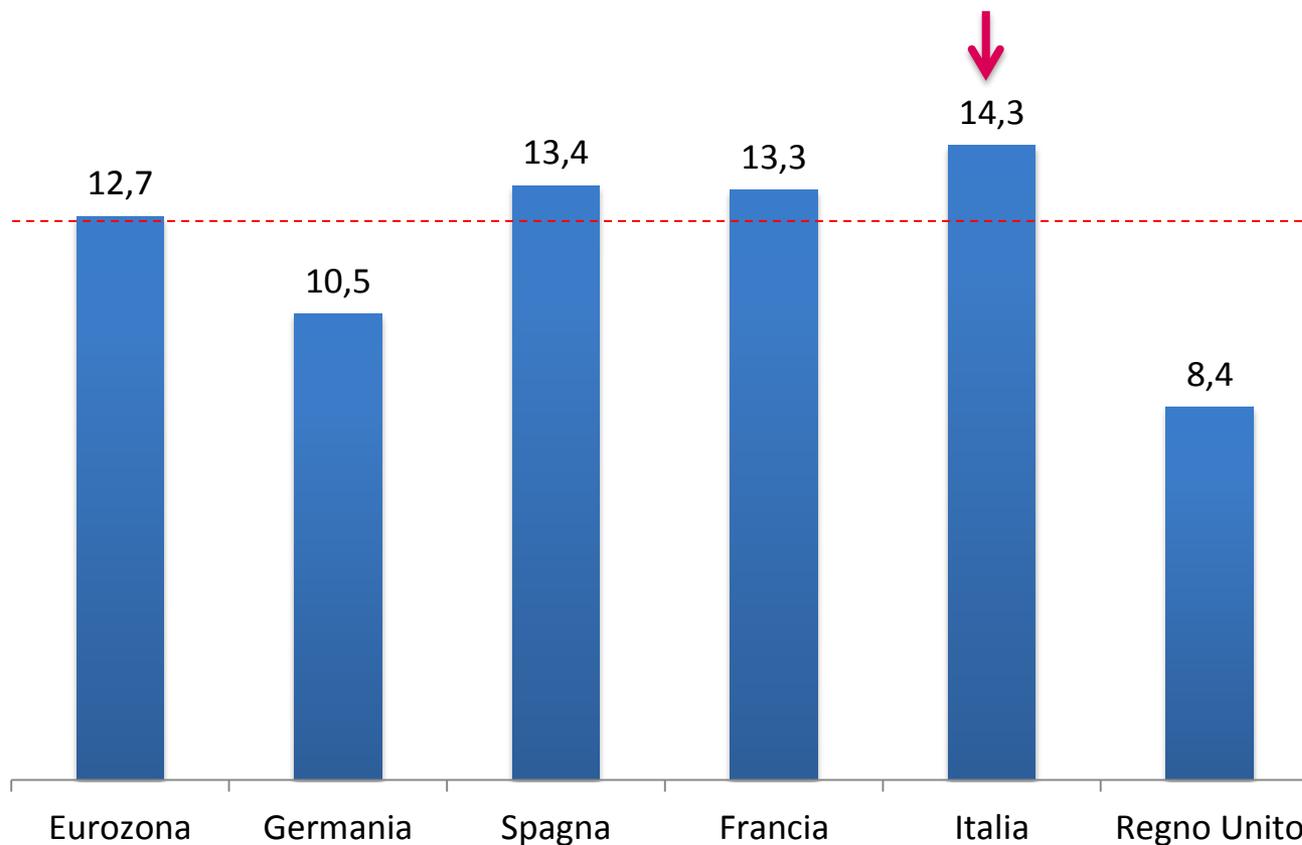


# I consumi alimentari



# In Italia resiste il modello mediterraneo

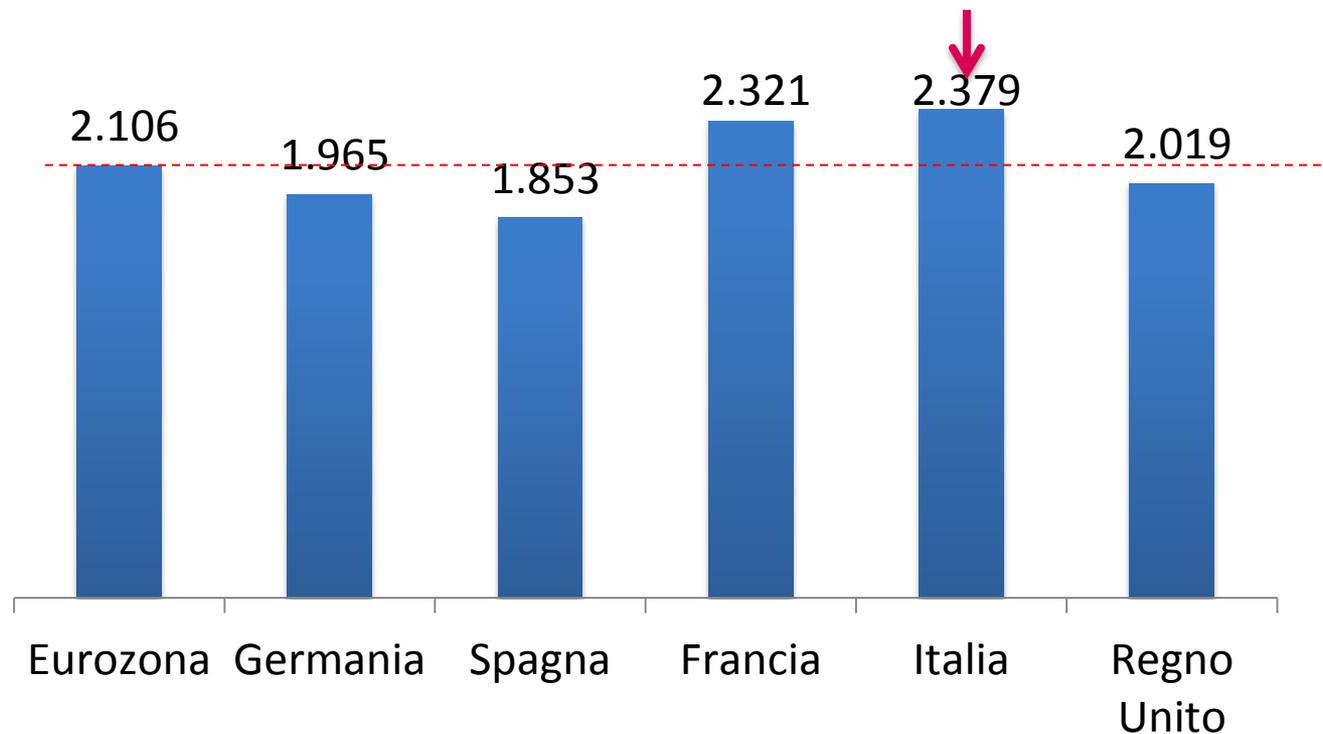
Peso percentuale dei consumi alimentari sul totale consumi - anno 2015



Fonte: elaborazione C.S. Fipe su dati Eurostat

# Gli italiani spendono di più per mangiare in casa

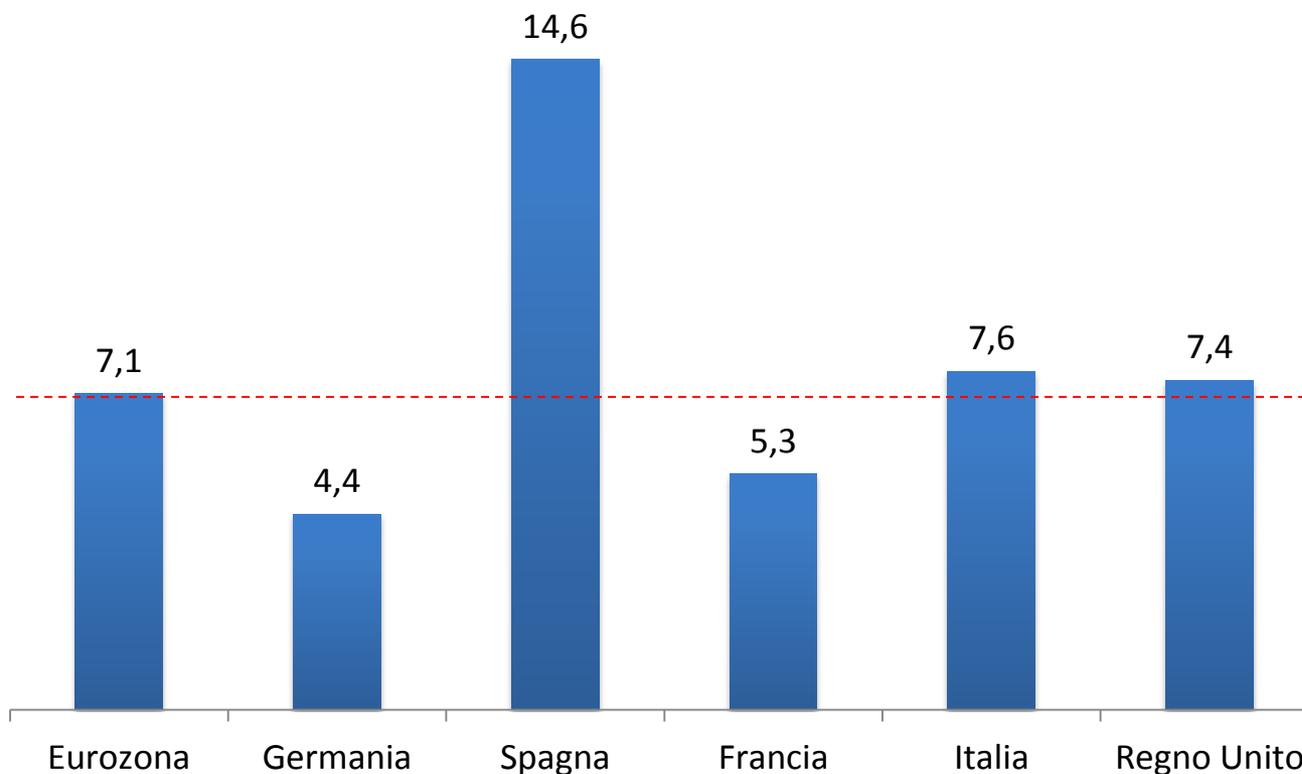
Spesa pro-capite per consumi alimentari in casa - valori correnti in euro - anno 2015



Fonte: elaborazione C.S. Fipe su dati Eurostat

# Ristorazione: Italia batte Francia, Germania e Regno Unito

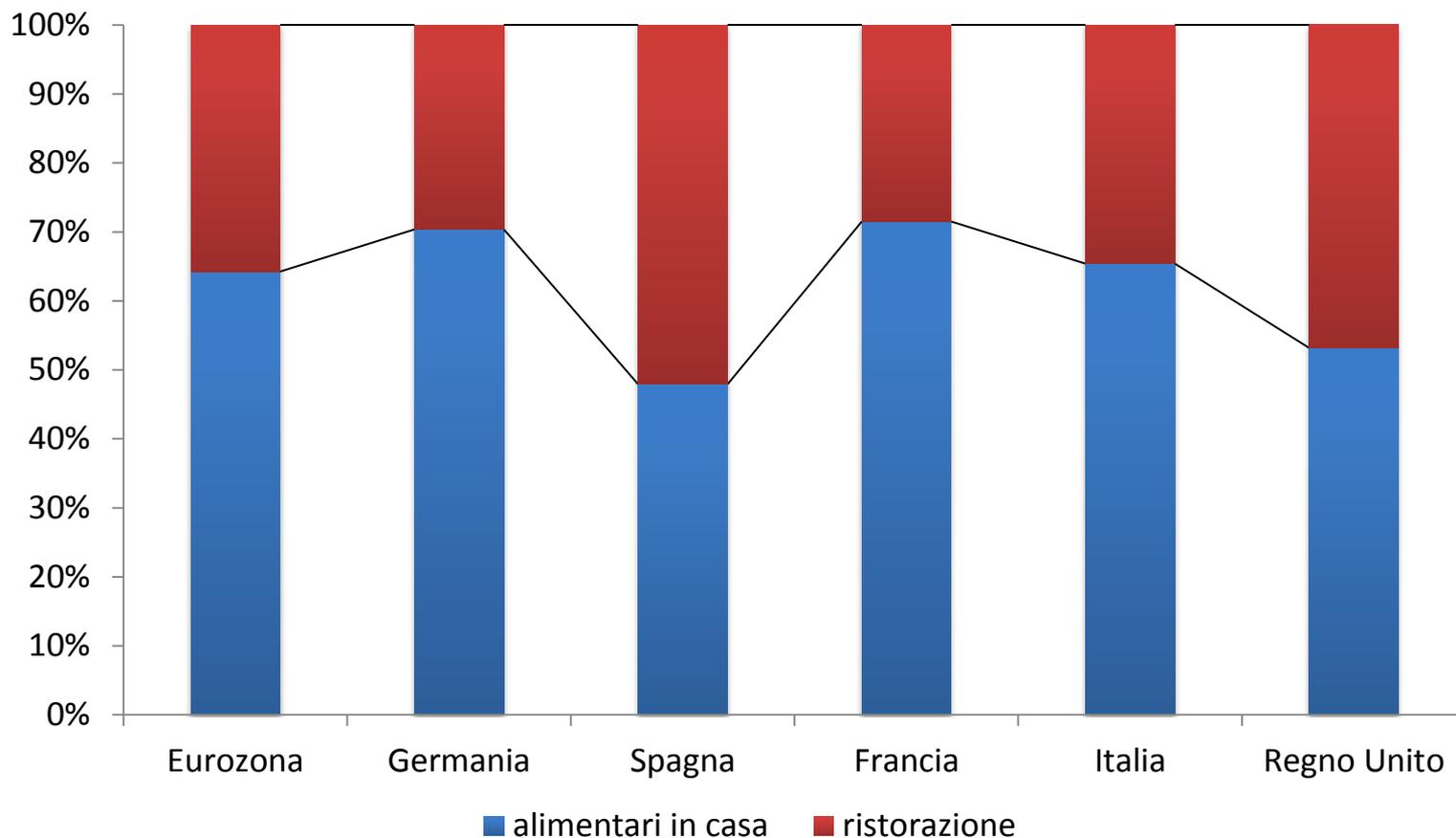
Peso percentuale della ristorazione sul totale consumi - anno 2015



Fonte: elaborazione C.S. Fipe su dati Eurostat

# Francesi e tedeschi mangiano in casa più degli italiani

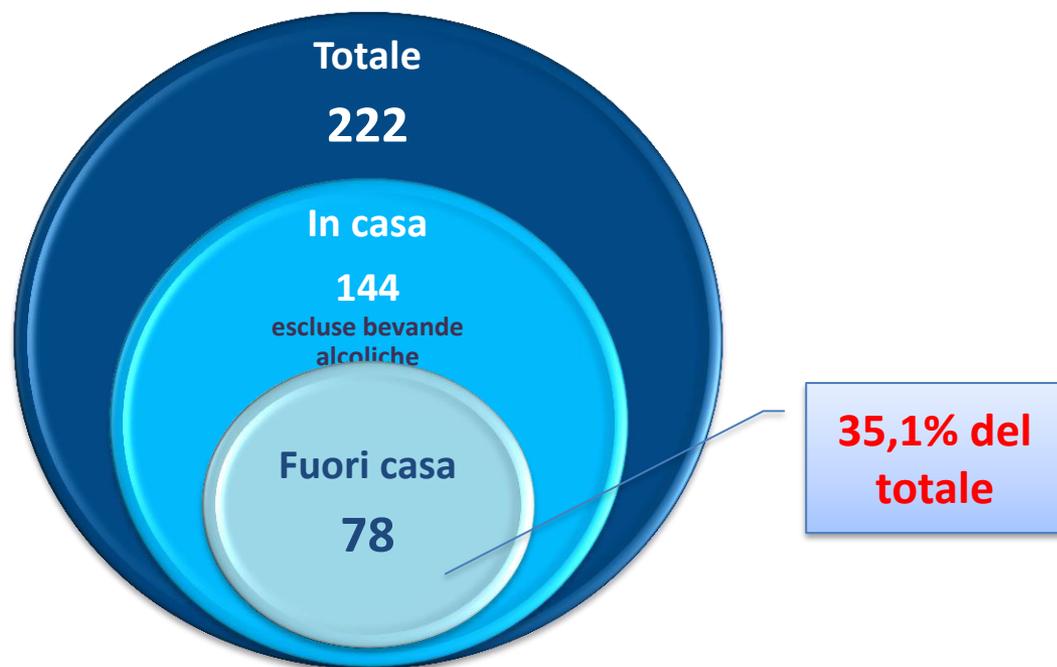
Distribuzione percentuale dei consumi alimentari in casa e fuoricasa - anno 2015



Fonte: elaborazione C.S. Fipe su dati Eurostat

# I consumi alimentari delle famiglie

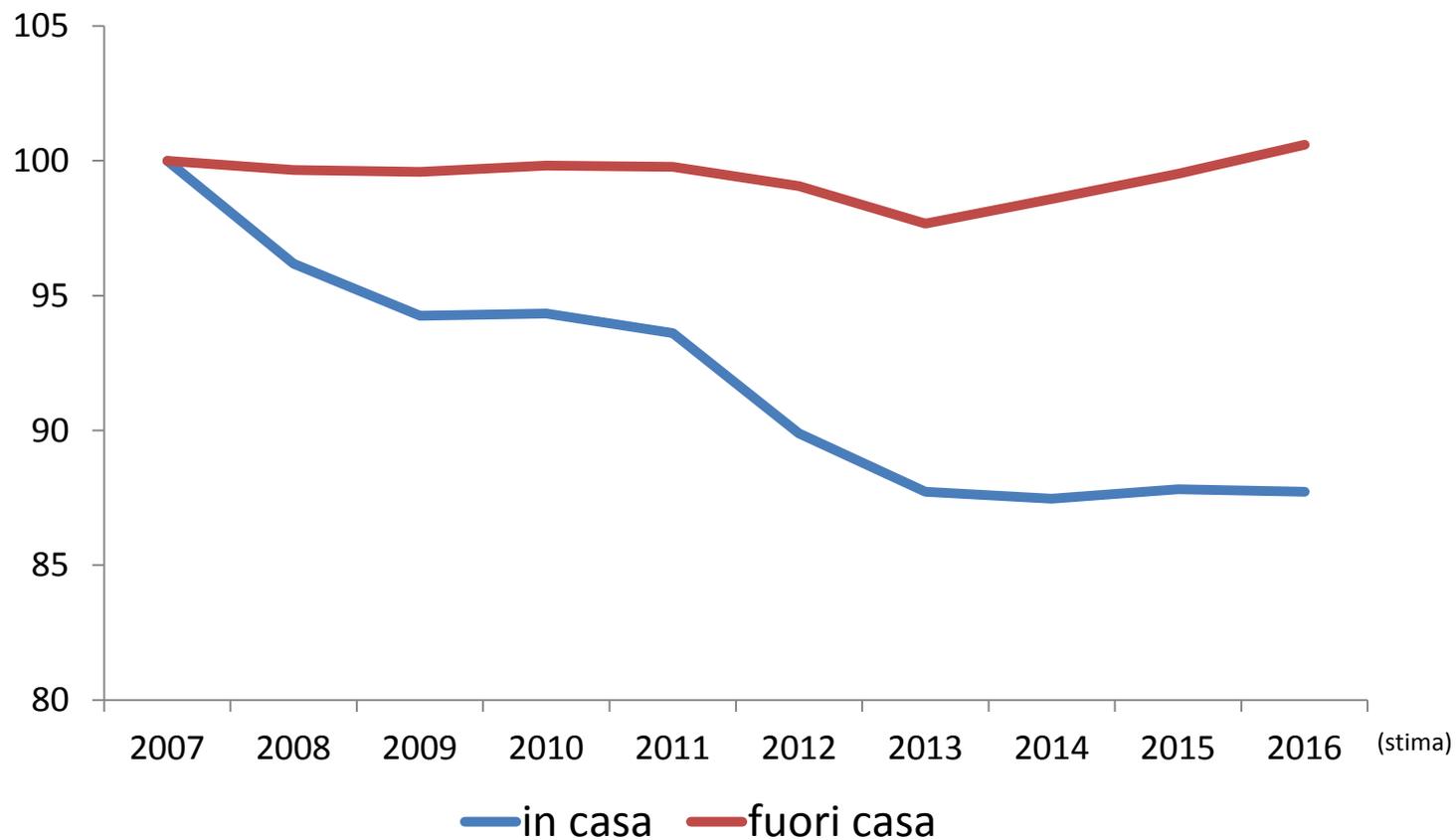
mld. di euro correnti – anno 2016



Fonte: stima C.S. Fipe su dati Istat

# Alimentari: in casa vs. fuori casa

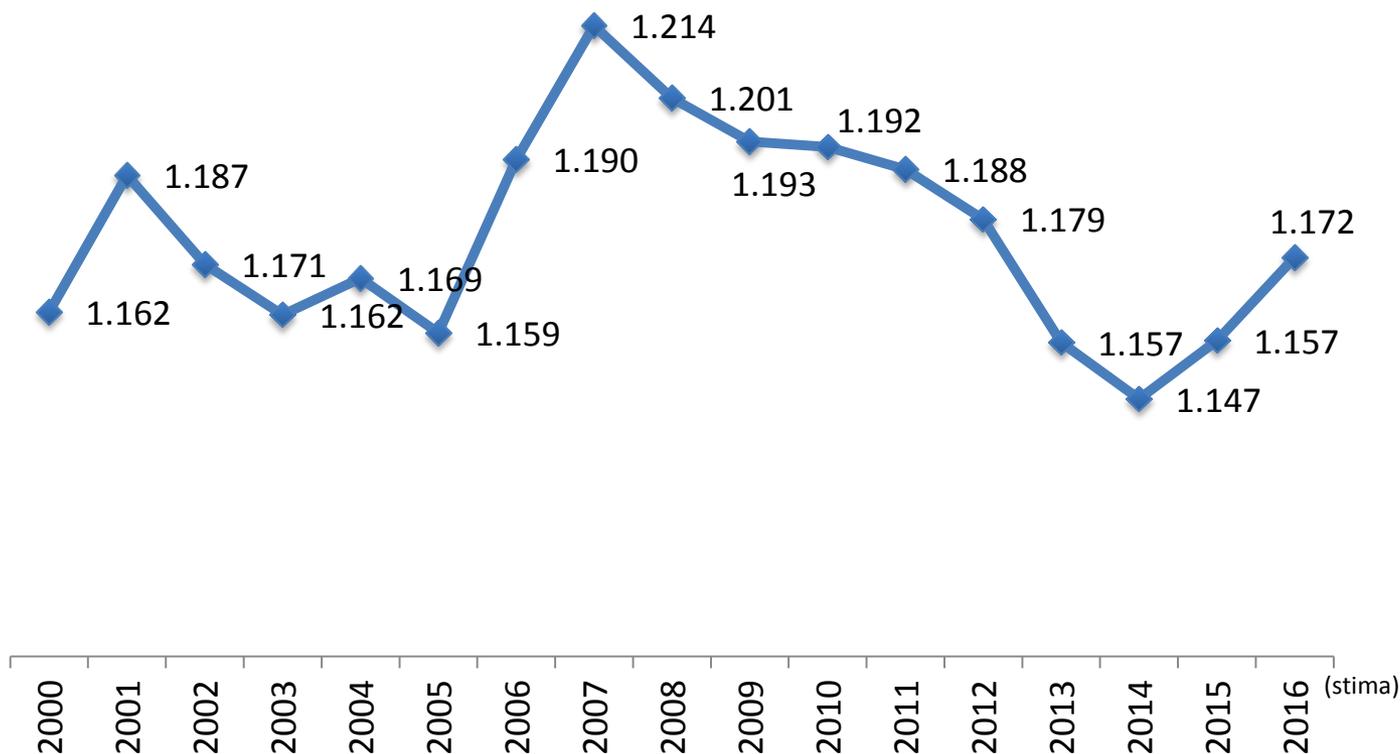
Spesa delle famiglie - valori concatenati - N.I. 2007=100



Fonte: elaborazione C.S. Fipe su dati Istat

# Torna a crescere la spesa in bar e ristoranti

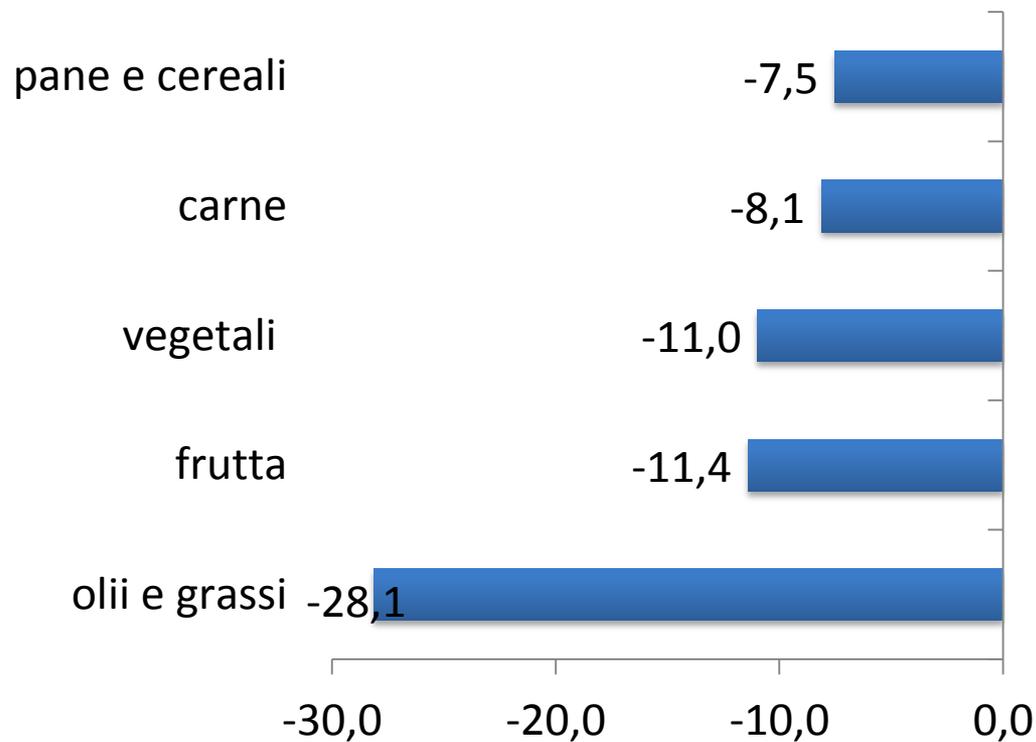
Spesa pro-capite per servizi di ristorazione - valori concatenati in euro



Fonte: elaborazione C.S. Fipe su dati Istat

# Salutismo a tavola? Si...e No

I consumi alimentari delle famiglie - var. % 2015/2000 - valori concatenati



Fonte: elaborazione C.S. Fipe su dati Istat



# Gli stili alimentari

# Gli stili alimentari sono cambiati

per 100 Persone di 3 anni e più

		1995	2015
<b>colazione adeguata*</b>		<b>71,6%</b>	<b>81,2%</b>
<b>pranzo pasto principale</b>		<b>76,6%</b>	<b>67,2%</b>
<b>pranzo a casa</b>		<b>82,8%</b>	<b>73,4%</b>
<b>pranzo in mensa**</b>		<b>7,5%</b>	<b>7,9%</b>
<b>pranzo al ristorante</b>		<b>2,7%</b>	<b>2,7%</b>
<b>pranzo al bar</b>		<b>1,9%</b>	<b>2,3%</b>
<b>pranzo sul posto di lavoro**</b>		<b>5,8%</b>	<b>7,1 %</b>
<b>cena pasto principale</b>		<b>18,5%</b>	<b>23,2%</b>

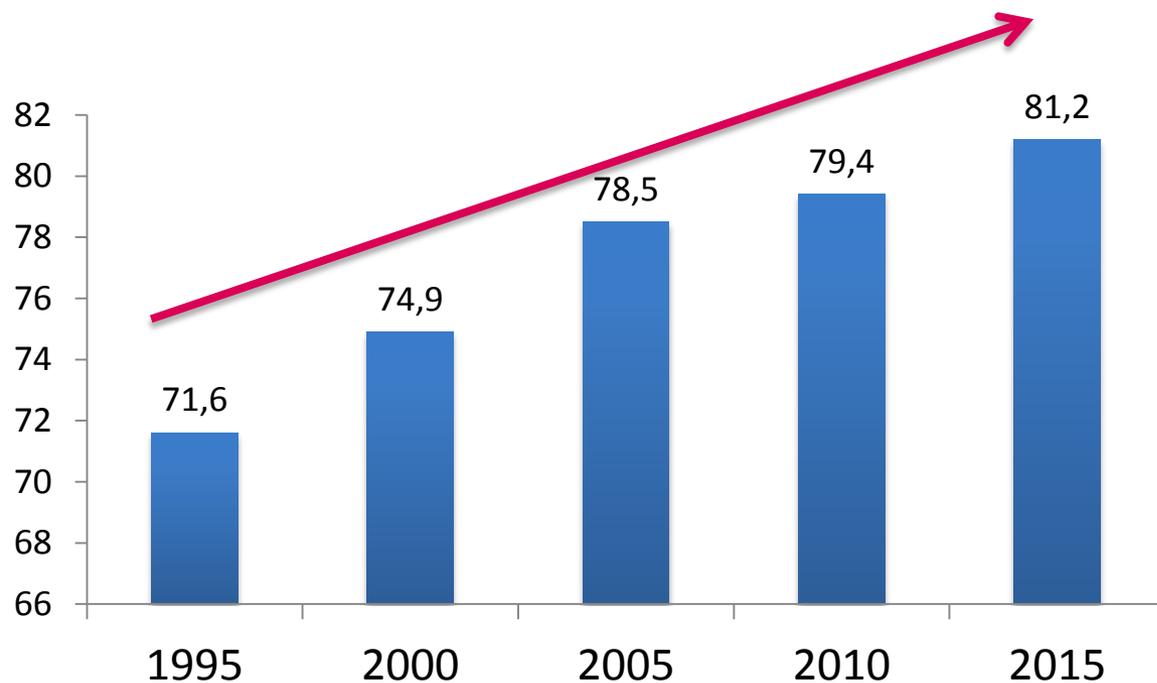
(\*) Per adeguata, si intende una colazione in cui non si assumono soltanto tè o caffè, ma si beve latte e/o si mangia qualcosa

(\*\*) anno 2000

Fonte: elaboraz. C.S. Fipe su dati Istat

# La Colazione\*

per 100 persone di 3 anni e più

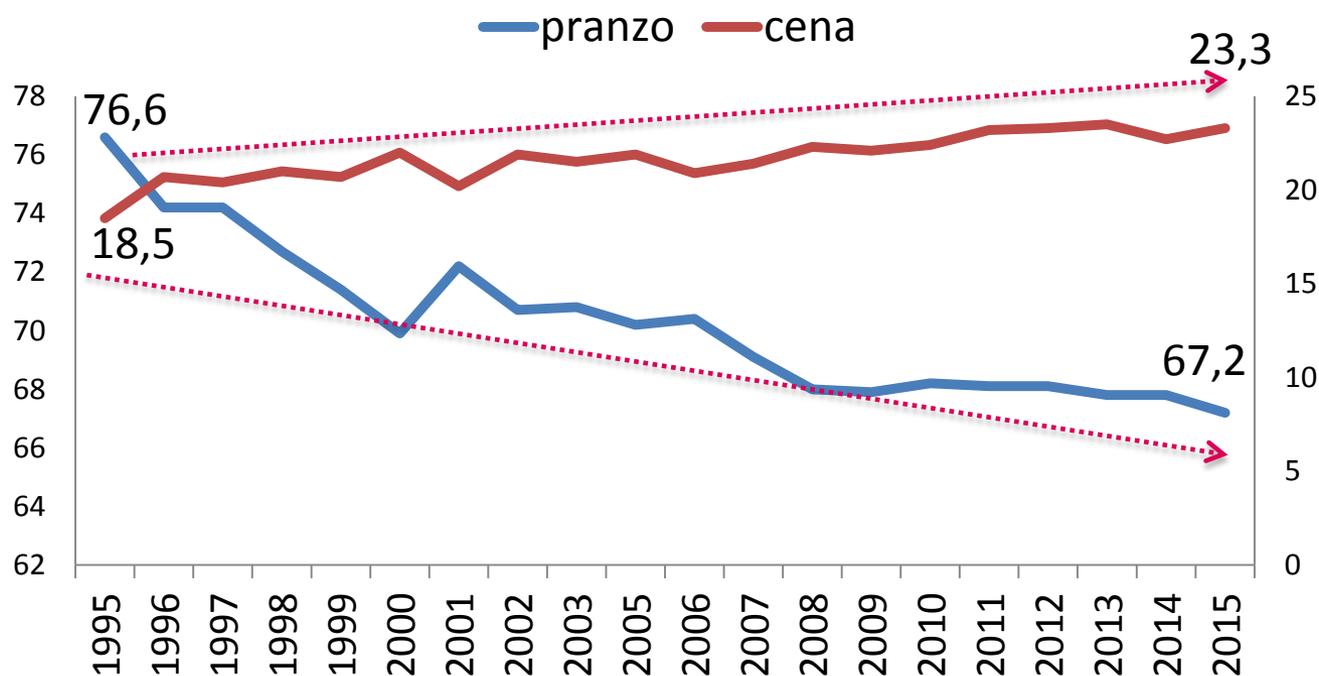


(\* ) Si fa riferimento ad una colazione in cui non si assumono soltanto tè o caffè, ma si beve latte e/o si mangia qualcosa.

Fonte: elaboraz. C.S. Fipe su dati Istat

# Scende il peso del pranzo, aumenta quello della cena

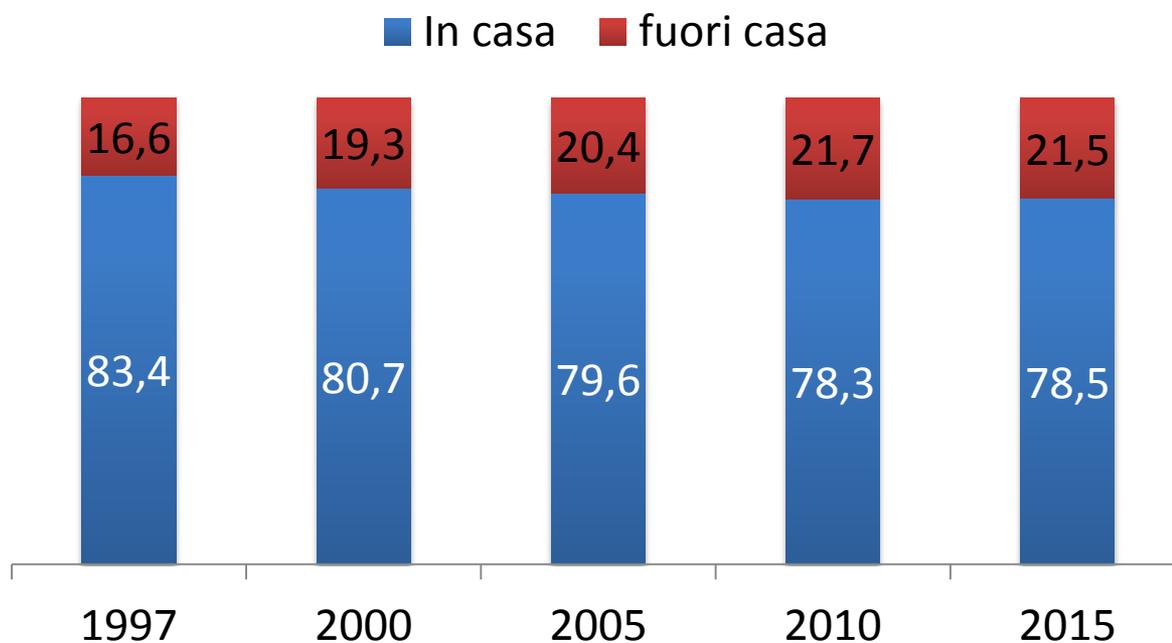
Il pasto principale della giornata - per 100 persone di 3 anni e più



Fonte: elaborazione C.S. Fipe su dati Istat

# Si pranza sempre più fuori casa

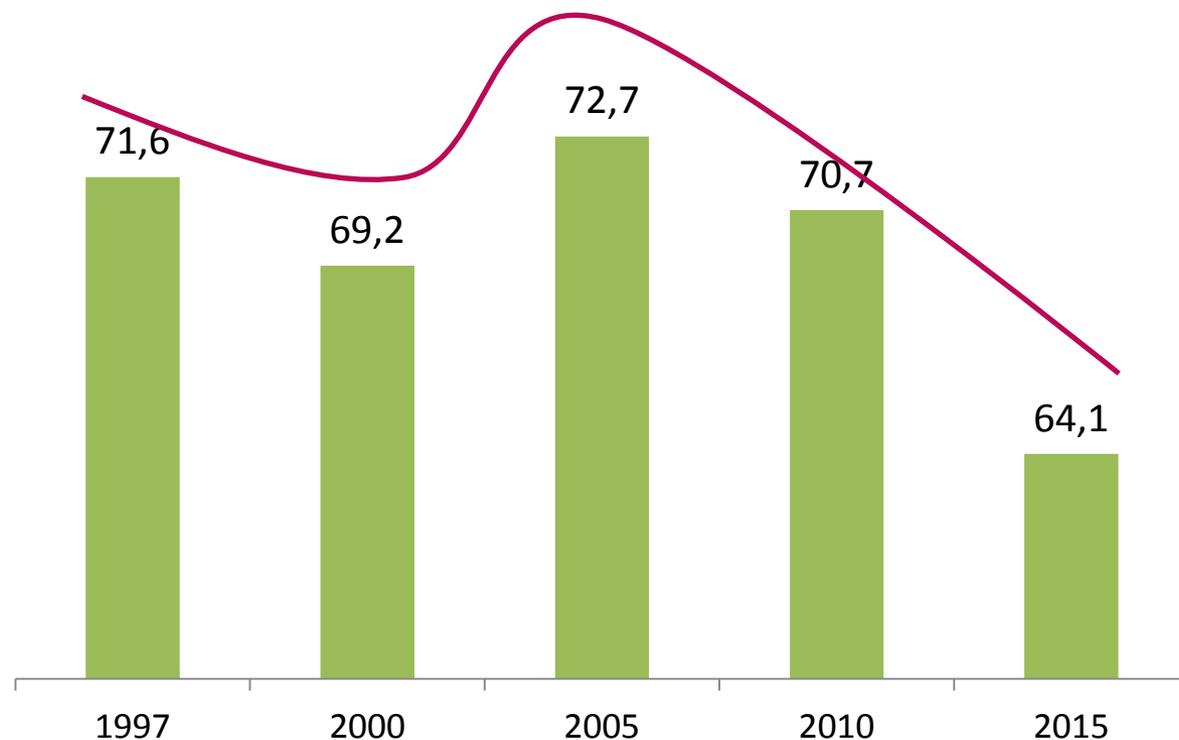
Il Pranzo (valori %)



Fonte: elaborazione C.S. Fipe su dati Istat

# La carne rossa ha meno consumatori

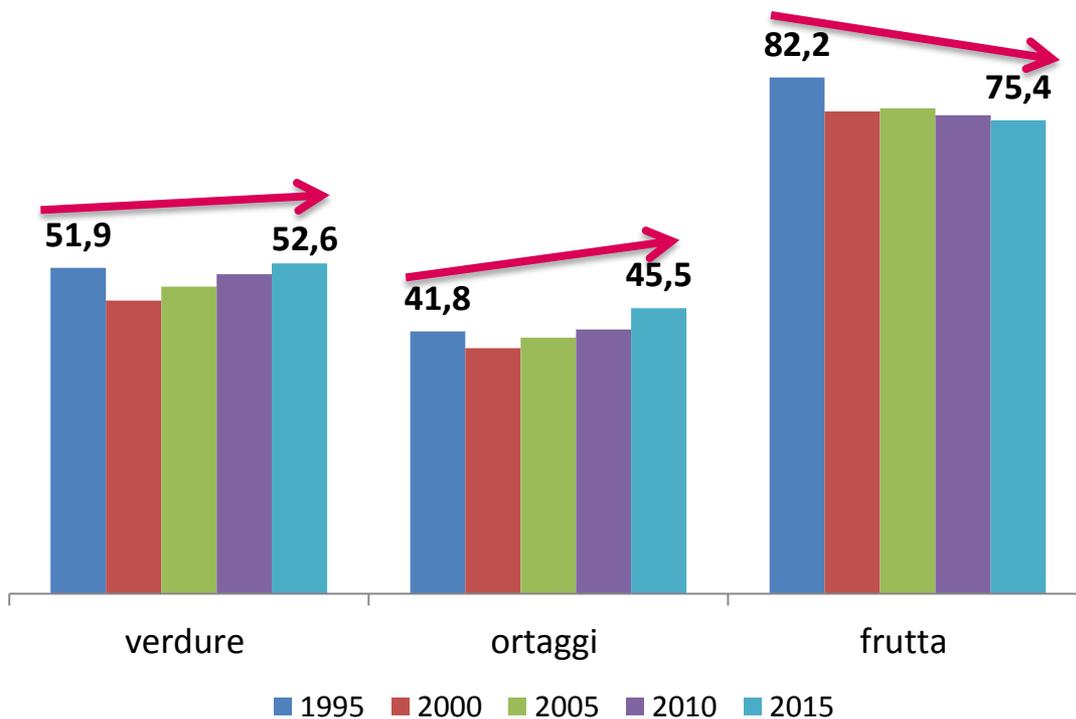
Consuma carne rossa almeno qualche volta alla settimana - per 100 persone di 3 anni e più



Fonte: elaborazione C.S. Fipe su dati Istat

# Verdura e ortaggi resistono, la frutta perde appeal

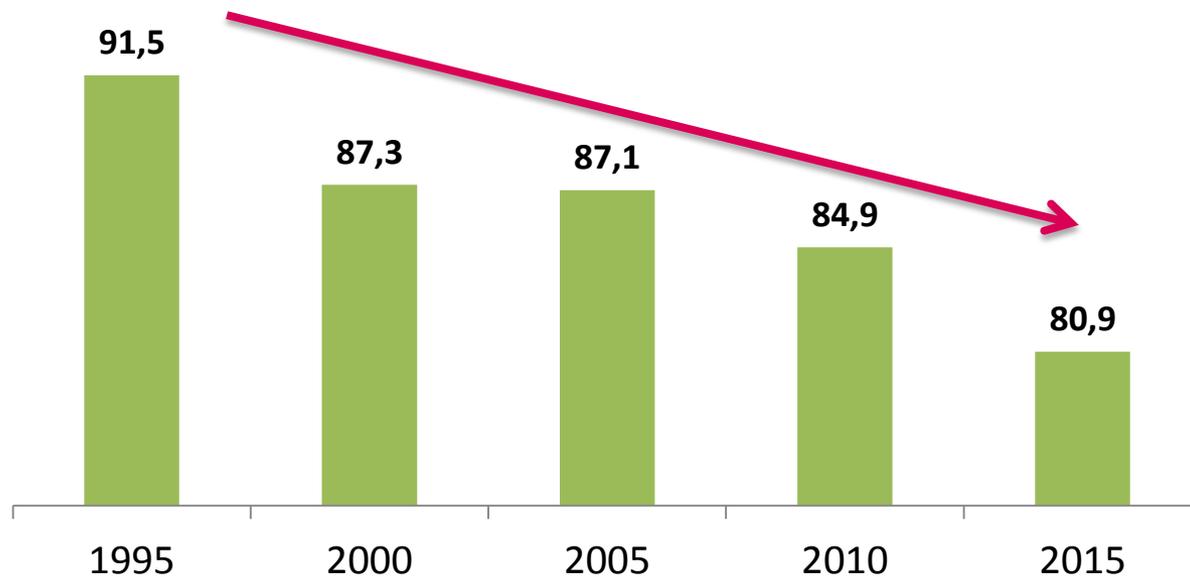
Consumo frutta e verdura almeno una volta al giorno - per 100 persone di 3 anni e più



Fonte: elaborazione C.S. Fipe su dati Istat

# Carboidrati sempre meno attraenti

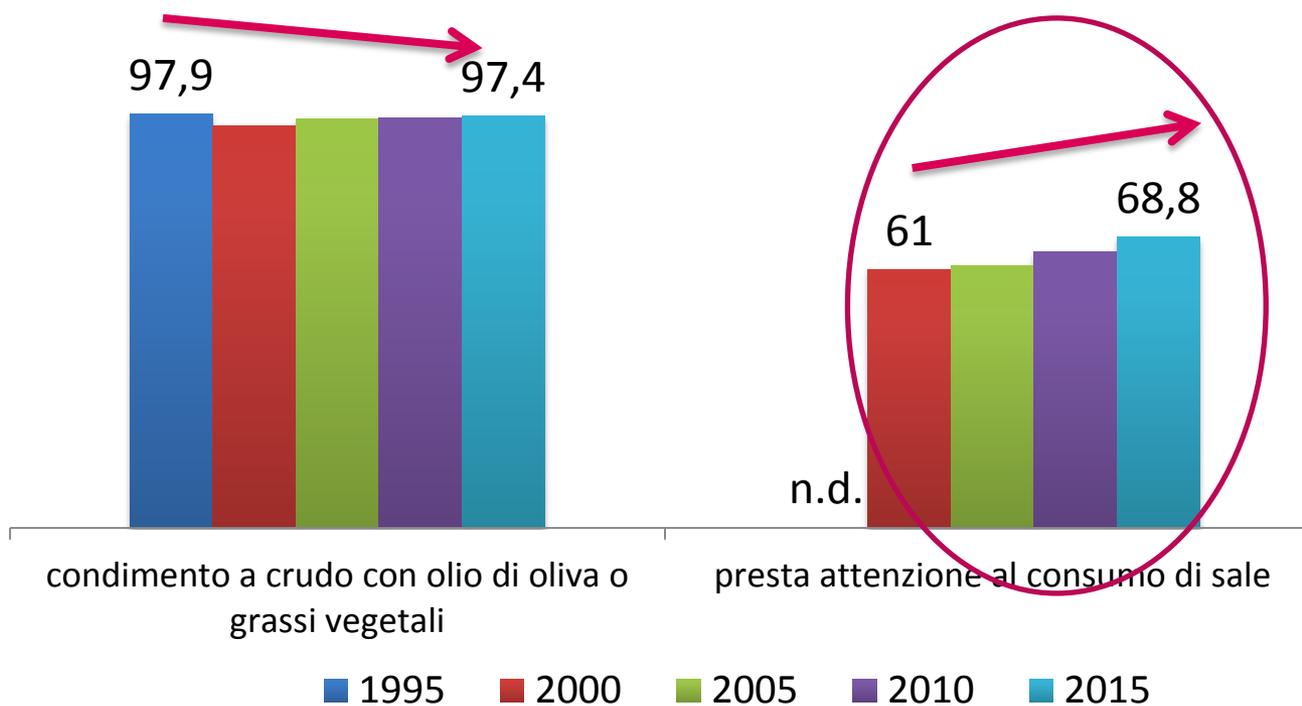
Consuma pane e pasta almeno una volta al giorno - per 100 persone di 3 anni e più



Fonte: elaborazione C.S. Fipe su dati Istat

# L'olio extra vergine di oliva piace a tutti, il sale meno

L'uso dei condimenti - per 100 persone di 3 anni e più



Fonte: elaborazione C.S. Fipe su dati Istat

# Gli stili alimentari sono cambiati

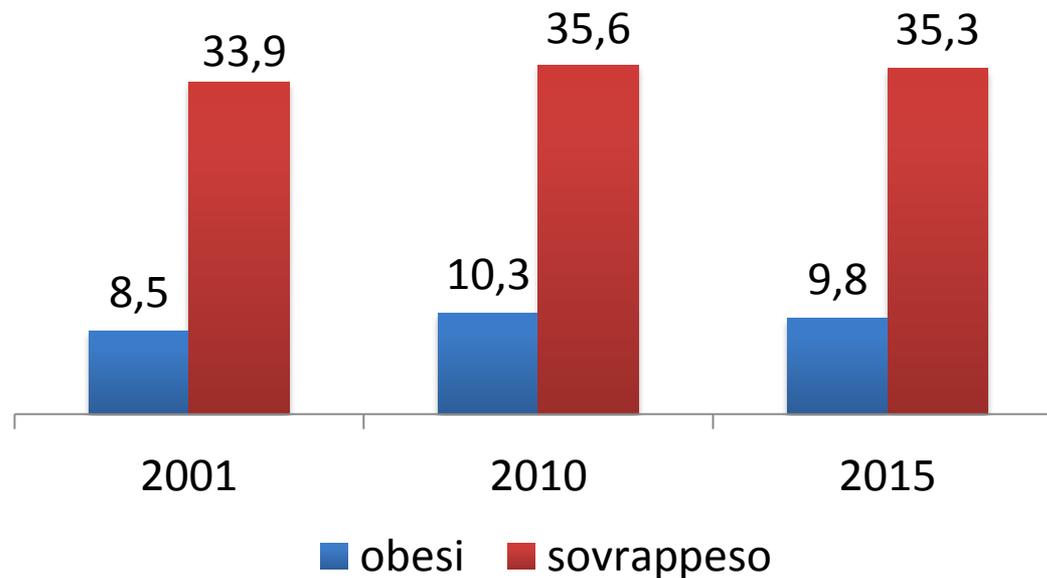
per 100 Persone di 3 anni e più

			1995	2015
<b>Almeno qualche volta alla settimana</b>	Carni bianche	↑	80,0%	81,9%
	Carni rosse	↓↓	71,6%	64,1%
	Uova	↑↑	55,6%	59,4%
	Pesce	↑↑	52,9%	59,6%
	Verdure	↑	51,9%	52,6%
<b>Almeno una volta al giorno</b>	Ortaggi	↑↑	41,8%	45,5%
	Frutta	↓↓	82,2%	75,4 %
	Pane, pasta	↓↓	91,5%	80,9%
	Latte	↓↓	63,6%	54,9%
	Formaggio	↓↓	34,3%	21,0%

Fonte: elaborazione C.S. Fipe su dati Istat

# L'obesità è in aumento

per 100 persone di 18 anni e più



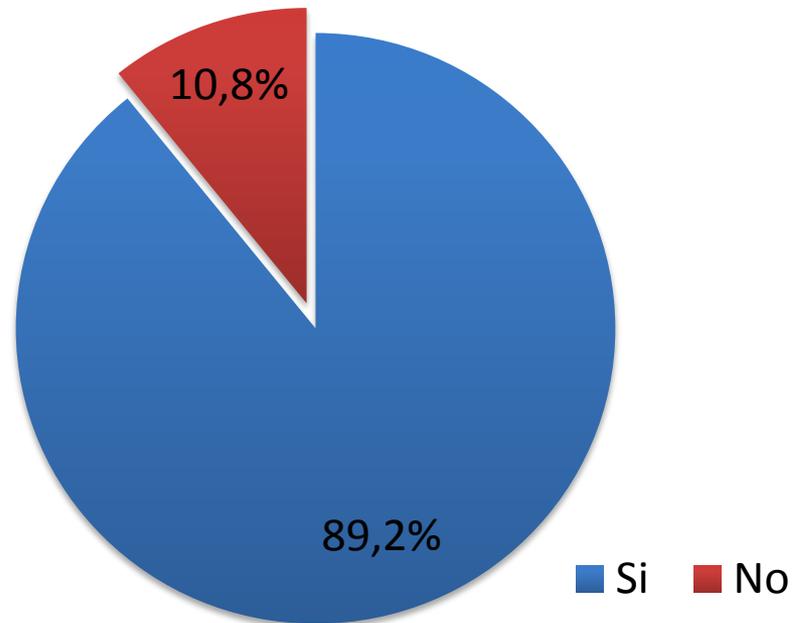
Fonte: elaborazione C.S. Fipe su dati Istat



## ***Focus: gli stili alimentari al ristorante***

# I piatti leggeri piacciono di più

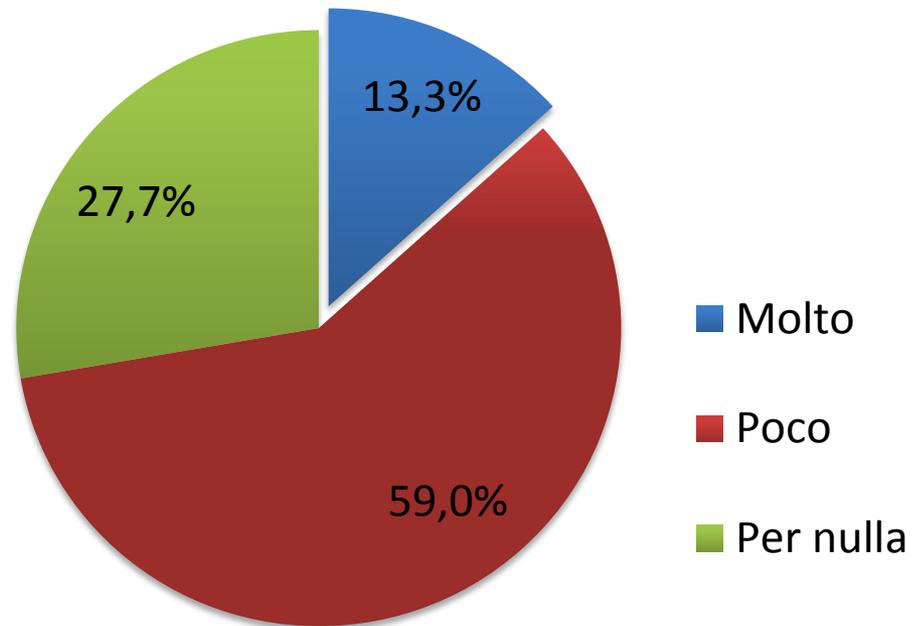
Dom. - C'è una maggiore attenzione da parte dei clienti verso pietanze più leggere?



Fonte: indagine Fipe, 2017

## ...ma senza lo stress delle calorie

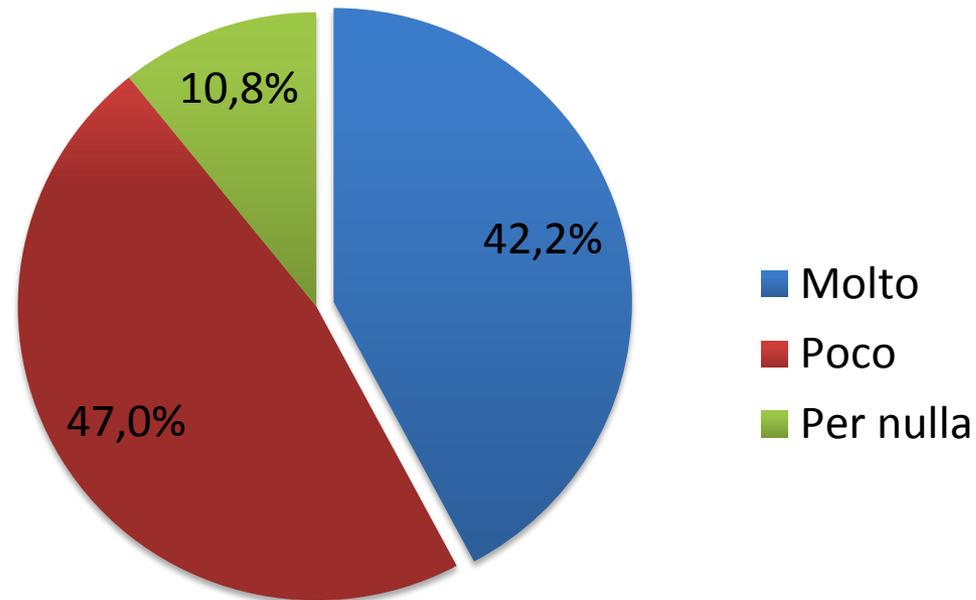
Dom. - I clienti sono interessati al contenuto delle calorie nelle pietanze



Fonte: indagine Fipe, 2017

# Al ristorante vince la fiducia

Dom. - I clienti sono interessati alla tracciabilità degli alimenti?



Fonte: indagine Fipe, 2017

# Pasta e dolci *resistono* solo fuori casa

Il consumo al ristorante di alcuni alimenti\*

	%
<b>Verdura</b>	<b>+55,4</b>
<b>Pesce</b>	<b>+34,9</b>
<b>Olio EVO</b>	<b>+34,9</b>
<b>Pasta</b>	<b>+13,3</b>
<b>Dolci</b>	<b>+13,3</b>
<b>Frutta</b>	<b>-2,4</b>
<b>Vino</b>	<b>-10,8</b>
<b>Formaggi</b>	<b>-12,0</b>
<b>Salumi</b>	<b>-26,5</b>
<b>Carne</b>	<b>-31,3</b>
<b>Sale</b>	<b>-41,0</b>
<b>Burro</b>	<b>-45,8</b>

(\* ) il saldo è dato dalla differenza tra coloro che rilevano una crescita e coloro che rilevano un calo  
Fonte: indagine Fipe, 2017

# Il salutismo nuova frontiera della ristorazione

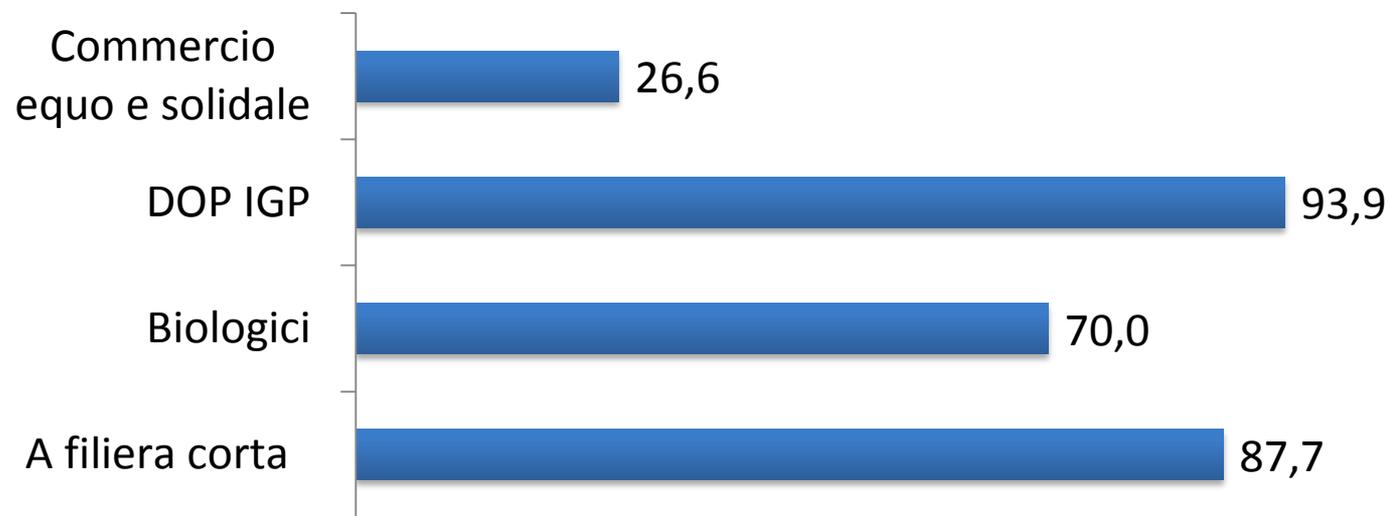
Dom. – Nel suo ristorante propone menu particolari?



Fonte: indagine Fipe, 2017

# La ristorazione punta sul bio

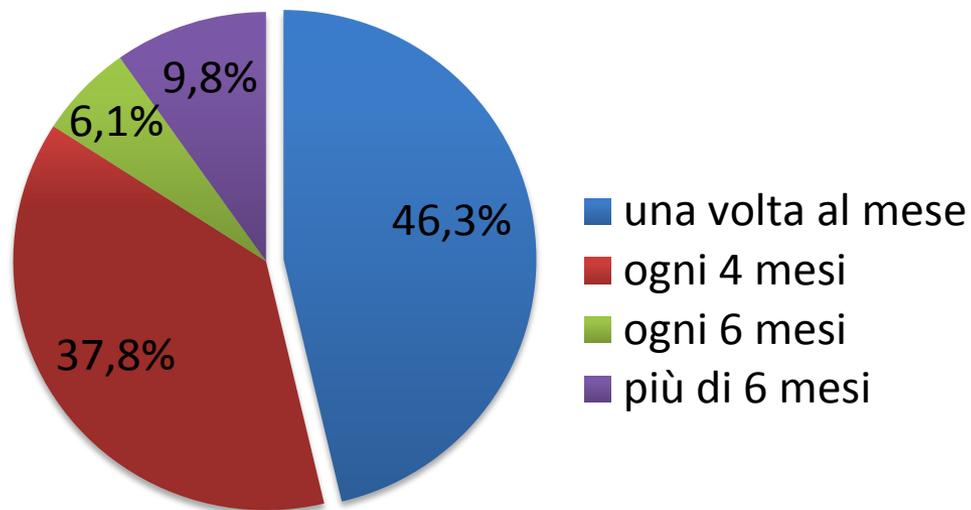
Dom. - Acquista prodotti:



Fonte: indagine Fipe, 2017

# Menu all'insegna della stagionalità

Dom. - Ogni quanti mesi cambia le portate inserite nel menu?



Fonte: indagine Fipe, 2017

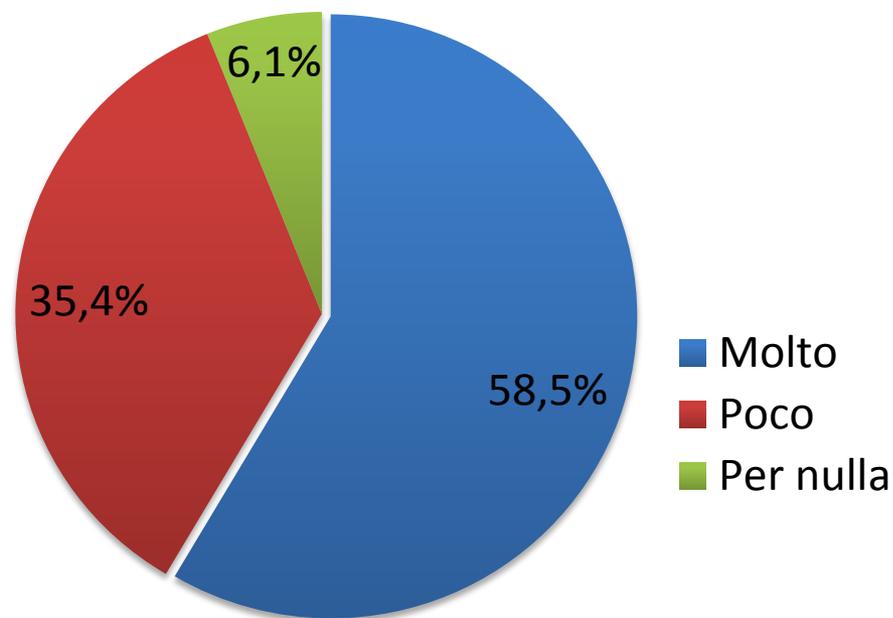


# La ristorazione e l'ambiente



# L'attenzione all'ambiente migliora l'immagine

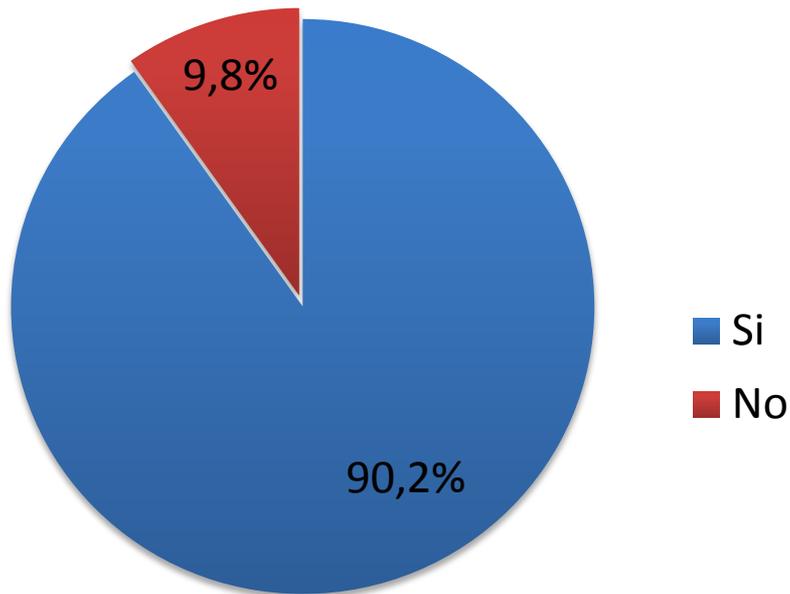
Dom. - Ritiene che una maggiore attenzione all'ambiente possa migliorare o abbia migliorato l'immagine della sua attività verso l'esterno?



Fonte: indagine Fipe, 2017

# La riduzione degli sprechi è un'opportunità

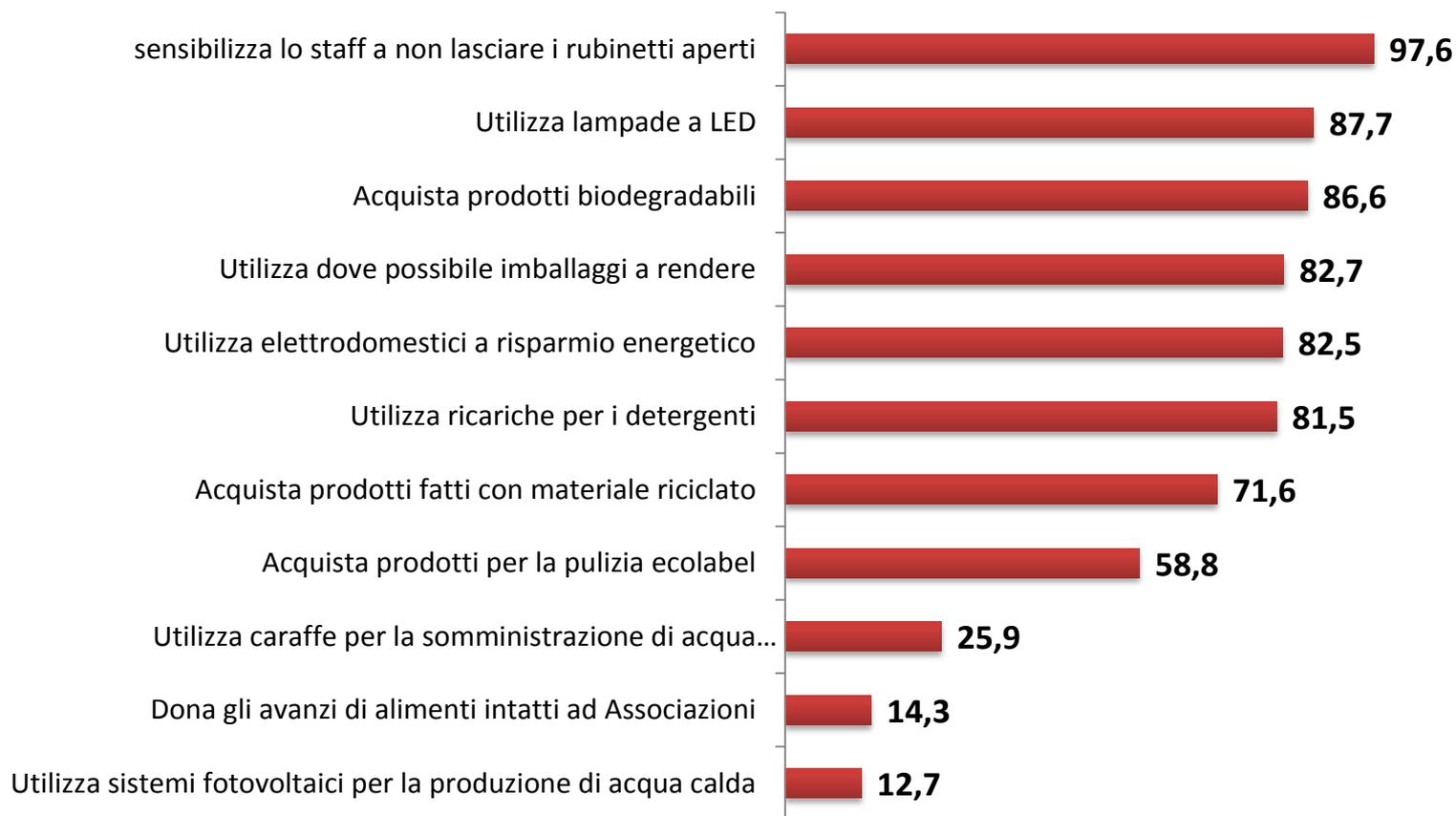
Dom. - Ritieni che la riduzione di consumi e sprechi sia una opportunità per il tuo ristorante?



Fonte: indagine C.S. Fipe, 2017

# Come ridurre consumi e sprechi

Dom. - Quali azioni effettua per ridurre consumi e sprechi?



Il totale è maggiore di 100 perché possibili più risposte  
Fonte: indagine Fipe, 2017

# Nota Tecnica

La prima parte analizza i dati sulla spesa delle famiglie provenienti dalla contabilità nazionale dei diversi Paesi. La struttura dei consumi per Paese è calcolata a prezzi correnti perché si tratta di un confronto interno a ciascun Paese. Le serie storiche sono espresse invece a prezzi costanti per eliminare gli effetti della dinamica inflazionistica.

La seconda parte riporta i dati sugli stili alimentari degli italiani rilevati dall'indagine multiscopo «Aspetti della vita quotidiana» dell'Istat.

La terza ed ultima parte è il risultato di un'indagine on line effettuata su un campione di ristoranti nel mese di aprile.