

Giornata Nazionale di Prevenzione dello spreco alimentare: chi segue le Linee Guida per una sana alimentazione butta via meno cibo e aiuta il pianeta, oltre a mangiare meglio

Studio CREA, inedito assoluto in letteratura scientifica, pubblicato sulla rivista internazionale "Frontiers in Nutrition"

Come mangia chi spreca di meno? C'è un nesso tra la cultura della sostenibilità alimentare e quella ambientale? In occasione della **Giornata Nazionale di Prevenzione dello spreco alimentare**, che si celebra il 5 febbraio, a queste domande ha provato a rispondere il **progetto FAO WASTE**, finanziato dal Ministero dell'Ambiente e della Sicurezza Energetica (MASE), ideato e coordinato dall'Osservatorio sulle eccedenze, recuperi e sprechi alimentari (**OERSA**) del **CREA Alimenti e Nutrizione**, con un'indagine-studio sul rapporto tra gli indicatori **AIDGI (Adherence to Italian Dietary Guidelines Index)**, un indice che misura quanto vengono seguite le raccomandazioni nutrizionali) e **HFWBs (Household Food Waste Behaviours)**, un indice che misura quanto i comportamenti dei consumatori sono attenti alla riduzione e prevenzione dello spreco alimentare).

Il contesto di partenza In un quadro globale in cui lo spreco alimentare è pari al 17% della produzione e riguarda soprattutto il livello familiare (61%), mentre le abitudini dietetiche del consumatore convergono ancora verso un consumo eccessivo di prodotti con elevato impatto ambientale, un approfondimento su questi temi può essere propedeutico al perseguimento degli obiettivi (SDGs) dell'**Agenda 2030 delle Nazioni Unite**. In particolare, prevenire e ridurre lo spreco alimentare domestico, insieme all'adozione di consumi sani, può contribuire al perseguimento dell'obiettivo (SGD) 12, che mira alla diffusione di una dieta sostenibile e responsabile.

Dai **risultati dello studio**, condotto **dalle ricercatrici del CREA, Laura Rossi e Federica Grant**, su un **campione di 2869 maggiorenni in leggera maggioranza femminile (52%)**, è emerso che circa il 30% degli italiani mostra una scarsa adesione alle raccomandazioni nutrizionali, il 21,5% medio-bassa, il 25,5% bassa e il 24% elevata. Tra i sottogruppi di popolazione, una bassa aderenza è stata riscontrata tra gli uomini (34,4%), i giovani (40%) e chi vive in famiglie numerose (42,3%), mentre un'alta aderenza tra le donne (29,6%), i più anziani (34,9%) e chi vive in famiglie con due componenti (29,3%). Una successiva analisi più approfondita ha stabilito che esiste un rapporto direttamente proporzionale tra un'elevata conformità alle raccomandazioni (alto AIDGI) e una positiva propensione dei consumatori ad attuare comportamenti che mirano ad una riduzione dello spreco alimentare (alto HFWB). In particolare, **circa il 35-40% del campione con maggiore adesione alle raccomandazioni sembra avere anche elevate abilità nel programmare la spesa e l'utilizzo del cibo, nel valutare bene le quantità da cucinare, nell'evitare acquisti di impulso e nel riciclare gli avanzi, prolungando la shelf-life di un prodotto mediante una cucina creativa**. Al contrario, chi ha dimostrato di seguire poco o nulla le raccomandazioni sembra non aver ricevuto alcun tipo di educazione a prevenire lo spreco alimentare.

"Dai dati risulta evidente – dichiara la coordinatrice del progetto Laura Rossi, dirigente di ricerca del CREA Alimenti e Nutrizione - che chi ha a cuore la sostenibilità alimentare e le raccomandazioni nutrizionali è attento anche a quella ambientale e sociale, ma, nel prossimo futuro, è necessario identificare i sottogruppi di popolazione con minore attenzione a questi temi e pensare a campagne di sensibilizzazione tarate ad hoc su di loro per accrescere il tasso di adesione a stili di vita più sani e aumentare la consapevolezza in termini generali di sostenibilità".

Link alla pubblicazione "Sustainable choices: The relationship between adherence to the dietary guidelines and food waste behaviors in Italian families" <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fnut.2022.1026829/full>

A cura di Giulio Viggiani cell 3384089972

UFFICIO STAMPA CREA
GIULIO VIGGIANI - Giornalista
338 4089972
Tel 06 47 836 219

Capo Ufficio Stampa
CRISTINA GIANNETTI 345 0451707
CREA – via della Navicella 2/4 – 00184 Roma
@ stampa@crea.gov.it f W www.crea.gov.it

Twitter CREA_Ricerca
Facebook: CREA – Ricerca
linkedin: CREA Ricerca
instagram: crearicerca

CREAtube: <https://www.crea.gov.it/crea-tv>
CREAfuturo: <https://creafuturo.crea.gov.it/>