

VI Giornata della Nutrizione: il CREA presenta la sua Indagine sui consumi alimentari

Punto di riferimento nazionale, armonizzata con i dati EFSA

*“L’Indagine sui consumi alimentari del CREA consente, da 40 anni, di ottenere informazioni utili per supportare interventi nazionali di politica agro-alimentare e nutrizionale volti ad assicurare cibo sano, di alta qualità e a un prezzo accessibile per il consumatore finale, mantenendo al contempo un elevato livello di sostenibilità ambientale. Si tratta di dati unici a livello nazionale, che puntiamo a rilevare ad intervalli più brevi, rispetto alla cadenza attuale, per poter registrare più efficacemente i mutamenti nel comportamento alimentare di una società che evolve assai più rapidamente di qualche decennio fa”. Così il Prof. **Mario Pezzotti**, Commissario Straordinario del CREA in apertura della VI edizione della Giornata della Nutrizione, organizzata oggi dal centro di Alimenti e Nutrizione, *Nutrinformarsi: comprendere i consumi alimentari degli italiani*.*

Perché un’indagine sui consumi. Il CREA, con il suo centro di ricerca Alimenti e Nutrizione realizza da 40 anni, con cadenza decennale, indagini nazionali sui consumi alimentari che consentono di quantificare il consumo giornaliero di tutti gli alimenti e le bevande assunte dal singolo individuo. Si tratta di dati unici nel panorama italiano comprendono anche **analisi delle caratteristiche nutrizionali** (apporto di energia e macro e micronutrienti, l’identificazione delle principali fonti di nutrienti, assunzione di sostanze bioattive e funzionali) e del **rapporto tra alimentazione e salute, stile di vita**, (inclusi fattori socioeconomici e motivazioni delle scelte alimentari). Tali dati consentono la **stima degli impatti ambientali della dieta** (emissione dei gas ad effetto serra, consumo di suolo e acqua) e **del rischio di assunzione di sostanze indesiderate** (contaminanti, residui di pesticidi, additivi). I dati elaborati vengono utilizzati per la formulazione delle Linee Guida per una sana alimentazione italiana e dei Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed Energia per la Popolazione Italiana (LARN).

IV SCAI - Studio sui Consumi Alimentari in Italia 2017-2020. Utilizza le metodiche armonizzate raccomandate dall’Autorità Europea per la Sicurezza Alimentare (EFSA), per ottenere dati di consumo alimentare dettagliati e confrontabili a livello europeo - con l’unità campionaria rappresentata dal singolo individuo, stratificata per genere, età e aree geografiche. L’Indagine su base annuale (29% giorni festivi e 71% giorni feriali, distribuiti proporzionalmente per le 4 stagioni), ha previsto la registrazione dei consumi (alimenti e bevande, integratori alimentari/medicine fonti di nutrienti) e delle porzioni (tipo di pasto, orario e luogo del consumo) di due giornate non consecutive. Lo studio è stato condotto su un campione di 1969 individui di età compresa tra 0 e 74 anni, rappresentativo per genere e per ripartizione geografica.

I dati sono stati già pubblicati nel “[Comprehensive European Food Consumption Database](#)”, fonte europea dei dati di consumo, sviluppata dall’EFSA, e saranno inseriti anche nel Global Individual Food consumption data Tool (GIFT) della FAO e nel Global Dietary Data (GDD) dell’OMS.

*“È emerso – ha commentato **Emanuele Marconi**, Direttore del CREA Alimenti e Nutrizione - che alcuni alimenti continuano ad essere consumati troppo poco: frutta, verdura e legumi, veri e propri*

CONTATTO STAMPA
MICAELA CONTERIO 3358458589 Giornalista

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 CREAMICERCA
FACEBOOK: CREA – RICERCA
LINKEDIN: CREA RICERCA
INSTAGRAM: CREAMICERCA
CREAtube: <https://www.crea.gov.it/crea-tv>
CREAfuturo: <https://www.creafuturo.eu/it/>

‘sorvegliati speciali’ che i ricercatori devono monitorare nel tempo. In particolare, la quantità media di frutta consumata ogni giorno è 166 g/die, di verdura è 147 g/die e di legumi è 9 g/die, inferiore rispetto ai dati rilevati nell’indagine precedente INRAN SCAI 2005-2006. L’apporto energetico medio della popolazione dai 3 ai 74 anni è di 1933 kcal/die derivanti per il 15% da proteine (5% di origine vegetale e 10% di origine animale), per il 42% da carboidrati e per il 34% dai grassi. Ne consegue – conclude - che l’aderenza alle nostre Linee Guida resta ancora un obiettivo da raggiungere”.

È possibile consultare la sintesi dei risultati al sito: <https://www.crea.gov.it/web/alimenti-e-nutrizione/-/iv-scai-studio-sui-consumi-alimentari-in-italia>

A cura di Micaela Conterio 3358458589