



Giornata Nazionale  
del Biologo Nutrizionista 2016

Relazione finale  
dell'elaborazione dei dati



*Responsabili del progetto*

Tiziana Stallone, Presidente Enpab

Santo Altomari, Presidente Commissione Nutrizione

Valentina Galiazzo, Delegata Commissione Nutrizione

*Elaborazione dati e stesura relazione*

Carlo Tiso

*Inserimento dati*

Paolo Ruggiero, Coordinatore

Priscilla Lozzi, Tesista Università di Tor Vergata Roma

Daniele Scenna, Tesista Università di Tor Vergata Roma

*Comunicazione e Ufficio Stampa*

Rosa Maria Serrao

*Immagine di copertina*

Gianluigi Marabotti

Prima edizione digitale 2017

ISBN: ????????????????????

Enpab – Ente Nazionale di Previdenza e Assistenza a favore dei Biologi

Via di Porta Lavernale 12, 00153 Roma

## PRESENTAZIONE

Il 21 e 22 maggio 2016 si è svolta in diciassette piazze italiane la terza edizione della *Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista*. Le finalità della manifestazione sono state le medesime delle passate edizioni

- Prestare sul territorio un servizio sociale di prevenzione primaria da cui sono state rilevate le abitudini alimentari.
- Raccogliere dati utili al fine di:
  - rilevare lo stato nutrizionale della popolazione per sensibilizzarla sull'importanza della prevenzione del sovrappeso e dell'obesità;
  - scoprire lo stile di vita;
  - individuare le principali abitudini o errori alimentari;
  - conoscere quali sono i mezzi di comunicazione con i quali la popolazione si informa sull'alimentazione.
- Valorizzare e far conoscere la figura del Biologo Nutrizionista e il suo compito cruciale nella prevenzione primaria di obesità, sovrappeso e patologie correlate.

Grazie alle informazioni ottenute nell'ambito del progetto curato dall'Enpab – Ente Nazionale di Previdenza e Assistenza a favore dei Biologi, è stato condotto questo studio.

La novità rispetto agli anni precedenti è quella di mettere a confronto i dati raccolti nelle edizioni del 2015 e 2016, al fine di verificare se il servizio svolto negli anni passati ha contribuito a creare progressivamente una nuova cultura nei confronti di un cambiamento delle abitudini alimentari e se ha aiutato a generare un eventuale mutamento dello stile di vita.

## SOMMARIO

Presentazione	3
Prefazione	5
Introduzione	7
Numero di presenze all'evento	9
Anamnesi dei soggetti intervistati e dati antropometrici	17
Tipologia di dieta osservata	36
Abitudini alimentari	43
Errori alimentari	51
Principali mezzi di informazione nutrizionali	66

## PREFAZIONE

L'Enpab negli ultimi anni ha sperimentato una serie d'iniziative di sostegno ai giovani professionisti che ne favorissero l'ingresso nel mondo del lavoro. Ha organizzato eventi per la visibilità del professionista e della professione realizzando iniziative di sostegno al lavoro e ai redditi.

Per aumentare l'efficacia e garantire l'obiettivo delle numerose iniziative, Enpab si è data delle *Linee guida per il welfare attivo e per il sostegno del professionista e promozione della professione e del lavoro*, che muovono i primi passi proprio dalle diverse attività di welfare attivo intraprese e prevedono l'organizzazione con ricadute dirette sui redditi e sul lavoro.

La vera autonomia di un Ente di previdenza, infatti, risiede nella capacità di personalizzare le iniziative secondo le esigenze della propria categoria professionale. Questa specifica strutturazione delle scelte rappresenta tra l'altro una risorsa per lo Stato e per il Paese, perché si fa carico di un'intera categoria professionale in maniera autonoma, sia con iniziative sia attivando risorse economiche di sostegno.

Il progetto Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista 2017 – Biologo Nutrizionista in piazza, come viene familiarmente identificata l'iniziativa – memore del successo degli anni precedenti, ha come obiettivo continuare a diffondere la cultura di una sana ed equilibrata alimentazione e di un corretto stile di vita. Molte persone, infatti, compiono errori alimentari sottili e spesso taciuti. Diventa di fondamentale importanza il lavoro del *Nutrizionista* affinché renda consapevole e cosciente la persona – attraverso un'attenta analisi delle abitudini alimentari e del suo stile di vita – degli errori alimentari e dei rischi potenziali a essi connessi.

Molto spesso, inoltre, non si valuta in maniera obiettiva la propria situazione di sovrappeso tralasciando aspetti fondamentali come l'apporto di sale, la corretta alternanza negli alimenti, un apporto adeguato di prodotti vegetali protettivi come frutta e verdura, l'indicazione della corretta preparazione degli alimenti per preservarne le proprietà nutrizionali, le linee guida alimentari dedicate a ogni fascia di età e specifica condizione (età evolutiva, gravidanza, allattamento, sport, menopausa, età senile...).

La prevenzione e l'educazione alimentare sono al momento gli unici strumenti per favorire il benessere di una popolazione, in cui l'obesità e le sue critiche conseguenze continuano a destare preoccupazione e a rappresentare una spesa sanitaria considerevole.

Tra queste pagine troverete le motivazioni che hanno portato la nostra cassa a patrocinare e sostenere la campagna sulla sana alimentazione attraverso la Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista, grazie alla quale il Biologo Nutrizionista è ora riconosciuto e conosciuto per il suo valore professionale. L'evento ha un importante ruolo formativo per i biologi che ne prendono

parte, nel confronto e nella condivisione delle proprie esperienze professionali. Aver aperto anche a un numero limitato di studenti magistrali è divenuto strumento di orientamento al lavoro. Grazie alla collaborazione tra Enpab e la facoltà di Biologia dell'Università degli Studi di Roma "Tor Vergata" abbiamo avuto le prime tesi di laurea sui dati raccolti durante l'edizione 2015 della Giornata, divenuta "osservatorio nazionale" per lo studio delle abitudini alimentari degli italiani, per il monitoraggio dello stile di vita e per considerazioni in merito al comportamento alimentare. Lo stesso Ministero della Salute ha chiesto ai biologi impegnati in questo evento di comprendere quali siano i principali mezzi mediatici con cui i cittadini s'informano sui temi correlati all'alimentazione.

Questo secondo rapporto custodisce tante informazioni di grande utilità e potrà trasformarsi in uno strumento utile per il nostro lavoro. Nel frattempo i nuovi dati della Giornata Nazionale 2017 verranno raccolti proprio in questi giorni, andando ad arricchire la nostra biblioteca personale sugli orientamenti alimentari degli italiani.

Vi auguro buona lettura.

*Tiziana Stallone*

## INTRODUZIONE

L'obiettivo di questa relazione è quello di fornire un'interpretazione dei dati ottenuti mediante l'elaborazione statistica dei risultati di **2663** schede raccolte.

Durante la manifestazione, per ogni partecipante è stato compilato un modulo di raccolta dati e una scheda informativa. Le domande poste nei questionari in esame sono state raggruppate in diverse aree tematiche.

- Anamnesi del soggetto intervistato
- Dati antropometrici
- Tipologia di dieta osservata
- Abitudini alimentari
- Errori alimentari
- Principali mezzi d'informazione nutrizionale

I campioni su cui sono state eseguite le elaborazioni statistiche sono stati selezionati secondo tre variabili.

- Sesso
- Zona geografica di residenza
- Età

Le percentuali di risposta sono state calcolate secondo varie tipologie di campione, ottenute mediante incroci fra i tre elementi discriminanti.

I campioni, a loro volta, sono stati suddivisi in tre tipologie:

- *Campioni semplici*, costituiti da uno solo delle tre variabili;
- *Campioni composti a due*, costituiti da tutte le possibili combinazioni di due fattori
- *Campioni composti a tre*, costituiti da tutte le possibili combinazioni di tre fattori

Le percentuali risultanti sono state elaborate sia a livello nazionale sia a livello di macro area, cioè suddividendo le regioni in tre aree: *Centro*, *Nord* e *Sud*. Successivamente è stata resa possibile l'elaborazione dei dati anche a livello di singola città, dove la manifestazione si è svolta.

Questa relazione fornisce un'interpretazione solo dei dati di *macro area*, in particolare di quelli che risultano più significativi e interessanti.

Verranno di seguito illustrate le tabelle con le percentuali per singole domande, calcolate sulle diverse tipologie di campione, in modo da evidenziare come i diversi incroci tra i fattori discriminanti possano influire sulle abitudini e sugli errori alimentari.

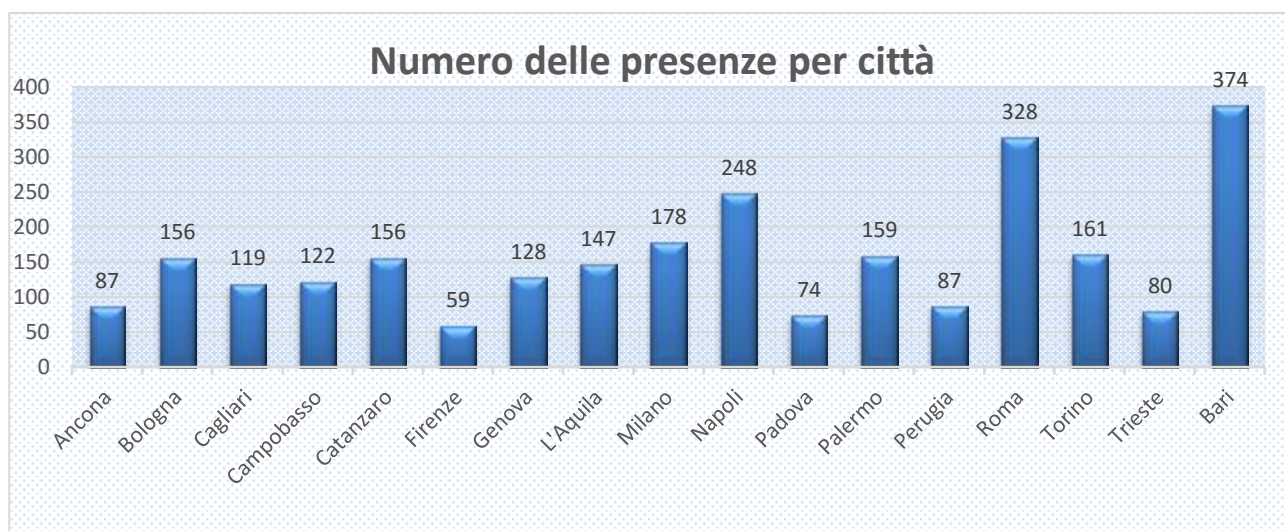


## NUMERO DI PRESENZE ALL'EVENTO

Dal totale delle schede compilate, il numero di presenze alla *Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista 2016* è di **2663** diviso in 17 città italiane. Dalle tabelle di seguito riportate saranno illustrate le percentuali di presenze in relazione ai tre fattori discriminanti.

Città	N. Partecipanti	Percentuale
Ancona	87	3%
Bologna	156	6%
Cagliari	119	4%
Campobasso	122	5%
Catanzaro	156	6%
Firenze	59	2%
Genova	128	5%
L'Aquila	147	6%
Milano	178	7%
Napoli	248	9%
Padova	74	3%
Palermo	159	6%
Perugia	87	3%
Roma	328	12%
Torino	161	6%
Trieste	80	3%
Bari	374	14%
<b>Totale</b>	<b>2663</b>	<b>100%</b>

*tab. 1*



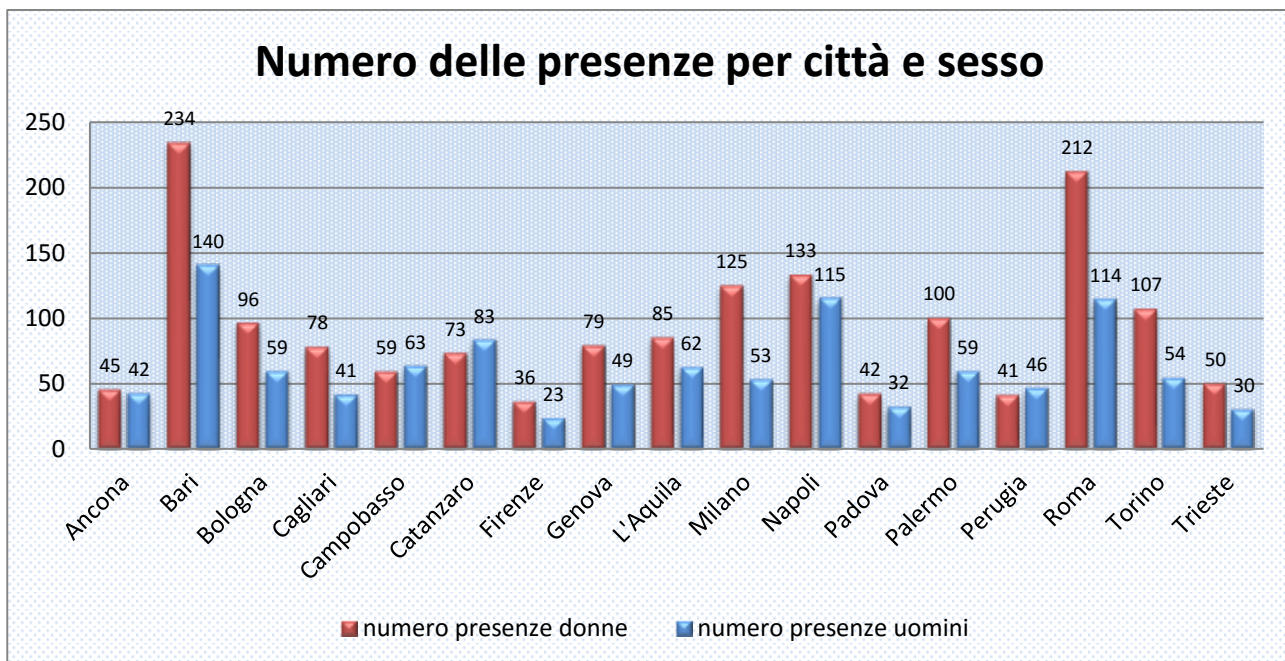
tab. 1.1

Sviluppando le medesime informazioni e aggiungendo la prima variabile, così come si evince dalla tabella 1.2, si viene a determinare che il numero di presenze femminili supera in quasi tutte le città quelle maschili di diversi punti percentuali.

Totali per città divisi per sesso (schede correttamente compilate)

Città	N. donne	% donne	N. uomini	% uomini
Ancona	45	3%	42	4%
Bari	234	14%	140	12%
Bologna	96	6%	59	6%
Cagliari	78	5%	41	4%
Campobasso	59	4%	63	6%
Catanzaro	73	5%	83	8%
Firenze	36	2%	23	2%
Genova	79	5%	49	5%
L'Aquila	85	5%	62	6%
Milano	125	8%	53	5%
Napoli	133	8%	115	10%
Padova	42	3%	32	3%
Palermo	100	6%	59	6%
Perugia	41	3%	46	4%
Roma	212	13%	114	11%
Torino	107	7%	54	5%
Trieste	50	3%	30	3%
<b>Totale</b>	<b>1595</b>		<b>1065</b>	

tab. 1.2



tab. 1.3

Le città nelle quali si è svolta la manifestazione sono state raggruppate in tre *macro aree*, così come specificato nella tabella 1.4.

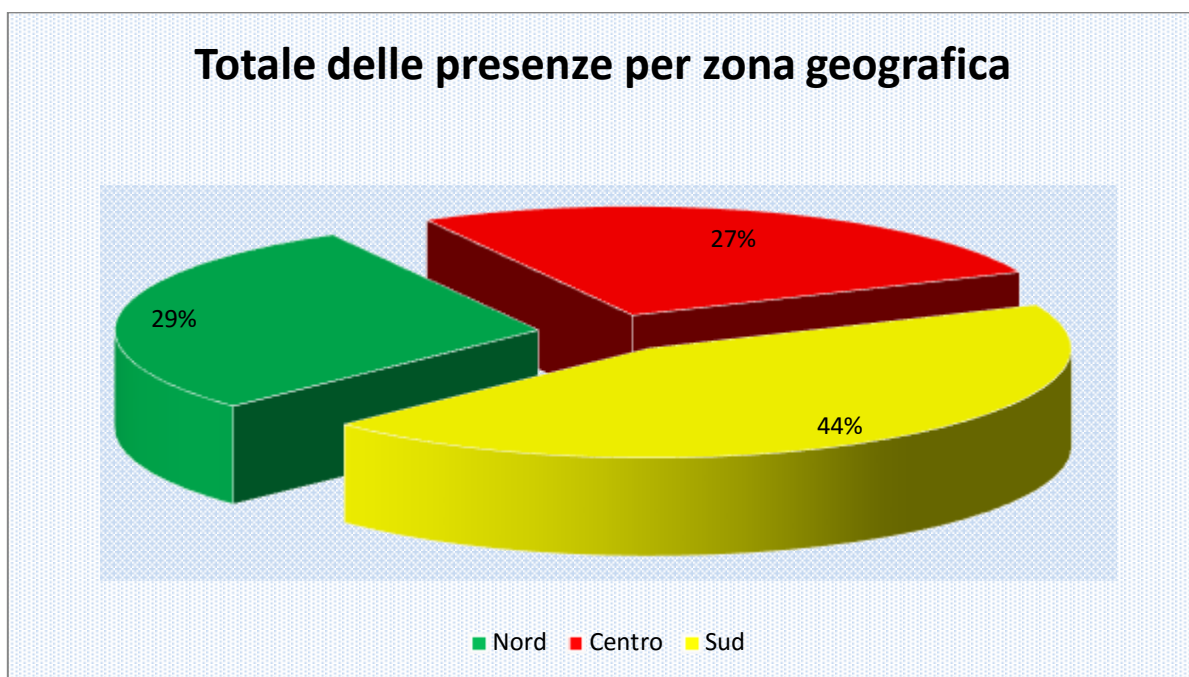
Città	Macro area
Bologna	Nord
Genova	
Milano	
Padova	
Torino	
Trieste	
Ancona	
Firenze	
L'Aquila	
Perugia	
Roma	
Bari	Sud
Cagliari	
Campobasso	
Catanzaro	
Napoli	
Palermo	

tab. 1.4

Analizzando gli stessi numeri, ma elaborandoli per le tre *macro aree*, si ottiene che il numero delle partecipazioni risulta così distribuito.

Zona geografica	Totale	%
Nord	776	29%
Centro	708	27%
Sud	1179	44%
<b>Totale</b>	<b>2663</b>	<b>100%</b>

tab. 1.5



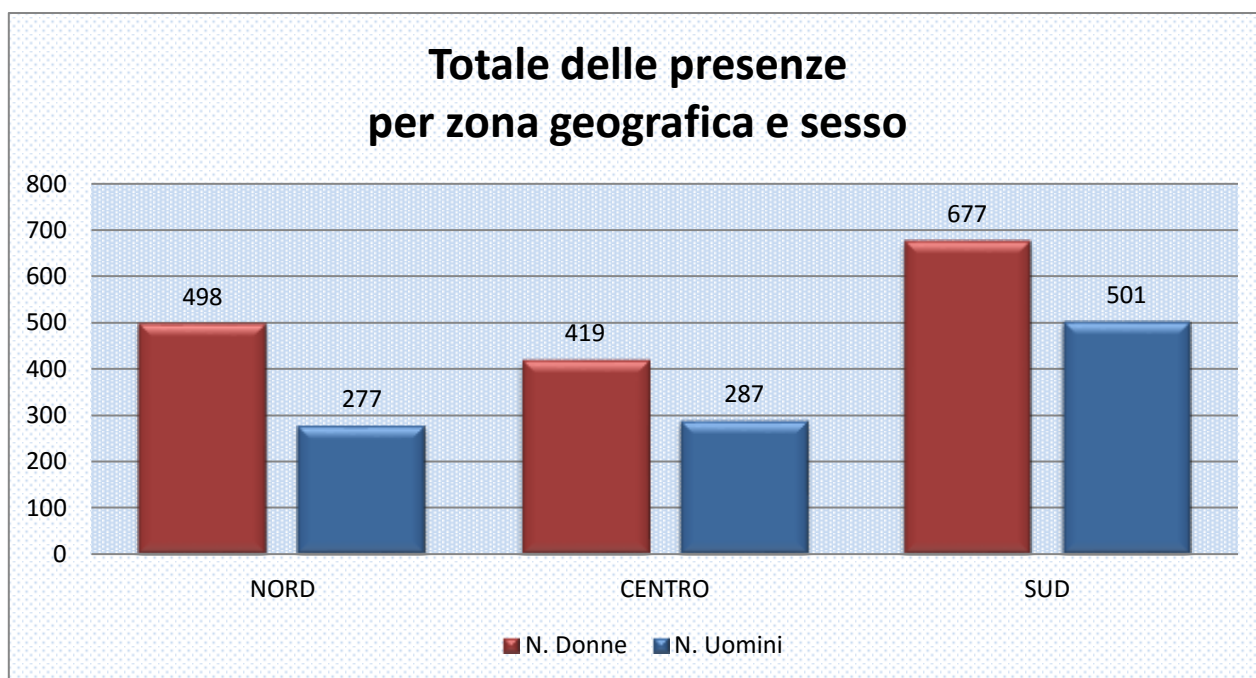
tab. 1.6

Aggiungendo la seconda variabile ( *sesso*), le schede utili, sulle quali è stata eseguita l'elaborazione dei dati, sono **2659** suddivise come riportato nella tabella 1.7.

Da ciò si ottiene che in tutte e tre le aree geografiche la percentuale maggiore di presenze è quella femminile di diversi punti percentuali.

Zona Geografica	N. Donne	%	N. Uomini	%	TOTALI
Nord	498	64%	277	36%	<b>775</b>
Centro	419	59%	287	41%	<b>706</b>
Sud	677	57%	501	43%	<b>1178</b>
<b>Totale</b>	<b>1594</b>		<b>1065</b>		<b>2659</b>

tab. 1.7



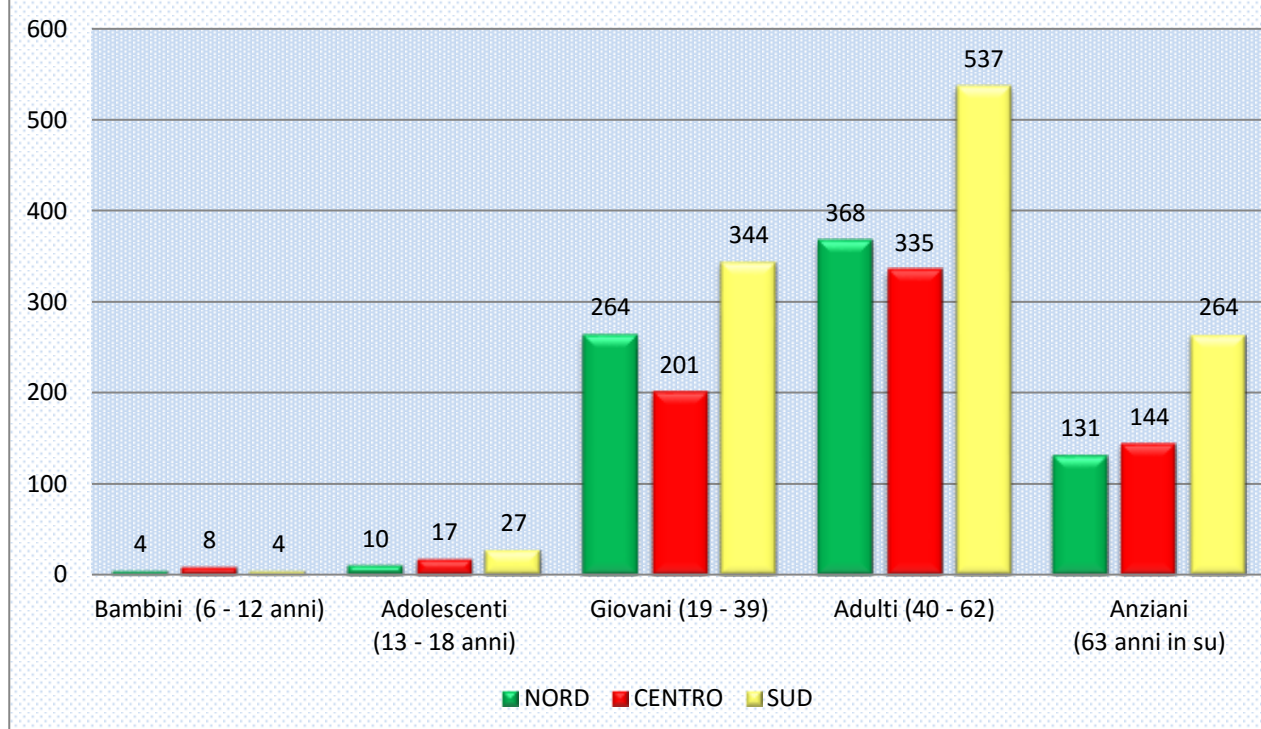
tab. 1.8

Elaborando le stesse informazioni sempre a due discriminanti, ma sostituendo la variabile *sex* con *età anagrafica*, le schede utili sono **2655** e si evidenzia che il picco di presenze è quello corrispondente alla fascia d'età degli *adulti*, ma con una consistente partecipazione tra i *giovani* e gli *anziani*.

Zona geografica	Bambini (6 - 12 anni)		Adolescenti (13 - 18 anni)		Giovani (19 - 39)		Adulti (40 - 62)		Anziani (63 anni in su)		Totale
	n.	%	n.	%	n.	%	n.	%	n.	%	
Nord	4	1%	10	1%	264	34%	368	47%	131	17%	<b>777</b>
Centro	8	1%	17	2%	201	29%	335	48%	144	20%	<b>705</b>
Sud	4	0%	27	2%	344	29%	537	46%	264	22%	<b>1176</b>
<b>Totale</b>	<b>16</b>		<b>54</b>		<b>809</b>		<b>1240</b>		<b>539</b>		<b>2658</b>

tab 1.9

## Totale delle presenze per zona geografica e fascia d'età



tab. 1.10

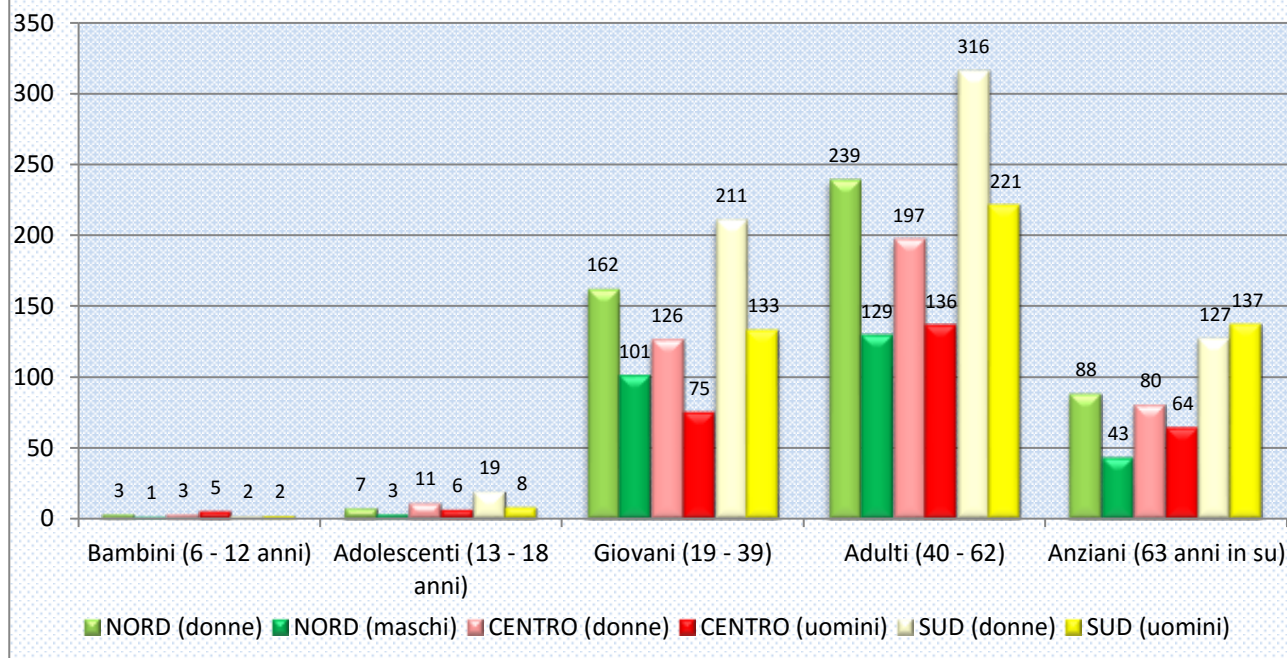
Su circa lo stesso numero di schede su cui è stata eseguita l'elaborazione precedente (2655) è stata effettuata l'analisi a tre fattori, con l'aggiunta cioè della variabile  *sesso* .

Da tale studio è confermato il picco di presenze per adulti, giovani e anziani e si ribadisce che per le medesime fasce d'età la partecipazione del campione di sesso femminile è generalmente più elevata rispetto a quello maschile, tranne che per gli anziani del Sud, dove si è rilevata una presenza più numerosa degli uomini. Per le fasce d'età corrispondenti a  *bambini*  e  *adolescenti* , la percentuale di presenze è pressoché equivalente.

Fascia d'età	Nord				Centro				Sud				Totale
	n. F	% F	n. M	% M	n. F	% F	n. M	% M	n. F	% F	n. M	% M	
Bambini (6 - 12 anni)	3	75%	1	25%	3	38%	5	63%	2	50%	2	50%	<b>16</b>
Adolescenti (13 - 18 anni)	7	70%	3	30%	11	65%	6	35%	19	70%	8	30%	<b>54</b>
Giovani (19 - 39)	162	62%	101	38%	126	63%	75	37%	211	61%	133	39%	<b>808</b>
Adulti (40 - 62)	239	65%	129	35%	197	59%	136	41%	316	59%	221	41%	<b>1238</b>
Anziani (63 anni in su)	88	67%	43	33%	80	56%	64	44%	127	48%	137	52%	<b>539</b>
<b>Totale</b>	<b>499</b>		<b>277</b>		<b>417</b>		<b>286</b>		<b>675</b>		<b>501</b>		<b>2655</b>

tab 1.11

## Totale delle presenze per zona, sesso ed età



tab. 1.12

I dati che vengono di seguito analizzati sono quelli raccolti durante la *Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista 2016*, messi a confronto con quelli raccolti nel 2015.

Vale la pena illustrare la struttura della tabella che seguirà, poiché la comparazione dei dati sarà proposta per tutte le aree tematiche oggetto del presente studio.

Si tratta di tabelle composte da un numero variabile di righe (a seconda dell'argomento proposto) per tre colonne. Nelle prime due colonne sono riportate le informazioni raccolte nel 2016 e quelle del 2015, mentre nella terza colonna sono stati elaborati i dati delle precedenti colonne, mettendoli a confronto tra di loro. Accanto a ogni risultato è presente un pallino colorato:

- il colore verde significa un progresso rispetto all'anno 2015;
- il colore rosso rappresenta un peggioramento;
- il colore giallo indica che il valore non ha subito variazioni per gli anni presi in esame.

Nella tabella 1.13 vengono confrontate le presenze per ogni città in cui si è svolto l'evento. Appare evidente che quasi nel 90% delle città vi è stato un consistente incremento di partecipanti.

Città	Partecipanti 2016	Partecipanti 2015	Differenza
Ancona	87	62	● 25
Bari	374	257	● 117
Bologna	156	57	● 99
Cagliari	119	109	● 10
Campobasso	122	135	● -13
Catanzaro	156	85	● 71
Firenze	59	71	● -12
Genova	128	96	● 32
L'Aquila	147	87	● 60
Milano	178	76	● 102
Napoli	248	180	● 68
Padova	74	49	● 25
Palermo	159	140	● 19
Perugia	87	74	● 13
Roma	328	194	● 134
Torino	161	148	● 13
Trento	0	17	● -17
Trieste	80	75	● 5
<b>Totale</b>	<b>2663</b>	<b>1912</b>	<b>751</b>

*tab. 1.13*



## ANAMNESI DEI SOGGETTI INTERVISTATI E DATI ANTROPOMETRICI

Queste due aree tematiche sono state raggruppate per praticità e per consentire l'incrocio delle informazioni ricavate dalle stesse. Lo sviluppo dei dati più significativi ottenuti dalle domande poste ai partecipanti, ha determinato lo studio sui seguenti argomenti d'interesse.

- Circonferenza vita
- Attività fisica
- Stato nutrizionale

**2.1** L'obesità addominale, definita appunto in base alla circonferenza dell'addome, è un fondamentale parametro "esterno" per valutare la presenza di grasso viscerale, responsabile di gravi alterazioni metaboliche. Dai dati raccolti, così come si evince dalle tabelle dimostrative, l'obesità addominale è in costante incremento in tutte e tre le aree geografiche prese in esame e soprattutto nelle fasce d'età *adulti* e *anziani*, mentre c'è un lieve miglioramento nelle fasce d'età più giovani (*adolescenti* e *giovani*).

Nel modulo raccolta dati, nell'area dedicata all'anamnesi antropometrica, una delle informazioni richieste riguarda appunto la misura della circonferenza vita.

A tale domanda è stata prevista una risposta multipla formata dalle due seguenti opzioni.

1. Circonferenza vita in cm. F < 80
2. Circonferenza vita in cm. M < 94

L'analisi dei dati è stata elaborata su un totale di **2504** schede utili con le variabili *zona geografica* e *sesso*, mentre con l'aggiunta della variabile *età* le schede utili prese in esame sono **2488**. Da tale studio, per evidenti motivi, sono stati esclusi i bambini.

Sia per il campione di sesso femminile sia per quello maschile la circonferenza vita è stata valutata su due valori.

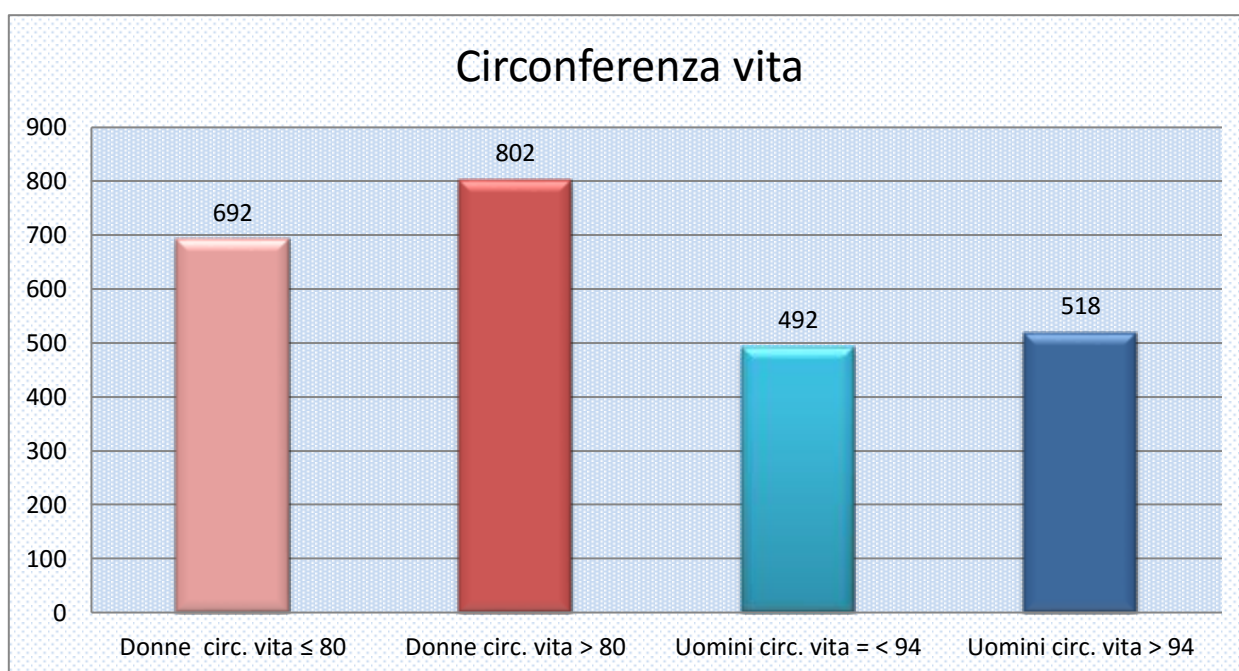
- nel caso di sesso femminile
  - ≤ 80 cm
  - > 81 cm
- nel caso di sesso maschile
  - ≤ 94 cm
  - > 95 cm

Preoccupano molto le percentuali relative all'obesità addominale, che raggiunge il 51% tra gli uomini e il 54% tra le donne, per una prevalenza nella popolazione generale del 52,5%. Questi dati collocano l'Italia in una sorta di "centro classifica" nell'ambito dei Paesi industrializzati in cui sono state condotte analisi epidemiologiche simili. Le tabelle che seguono illustrano tutti i dati e le percentuali degli elementi raccolti, calcolati su tutte le variabili oggetto della presente statistica.

Nella tab. 2.1 vengono esaminate le misure della circonferenza vita per i campioni divisi per sesso. Per entrambi, la circonferenza vita risulta essere alterata per una percentuale del 50% circa.

Donne ≤ 80		Donne > 80		Uomini ≤ 94		Uomini > 94	
n.	%	n.	%	n.	%	n.	%
692	46%	802	54%	492	49%	518	51%

tab. 2.1

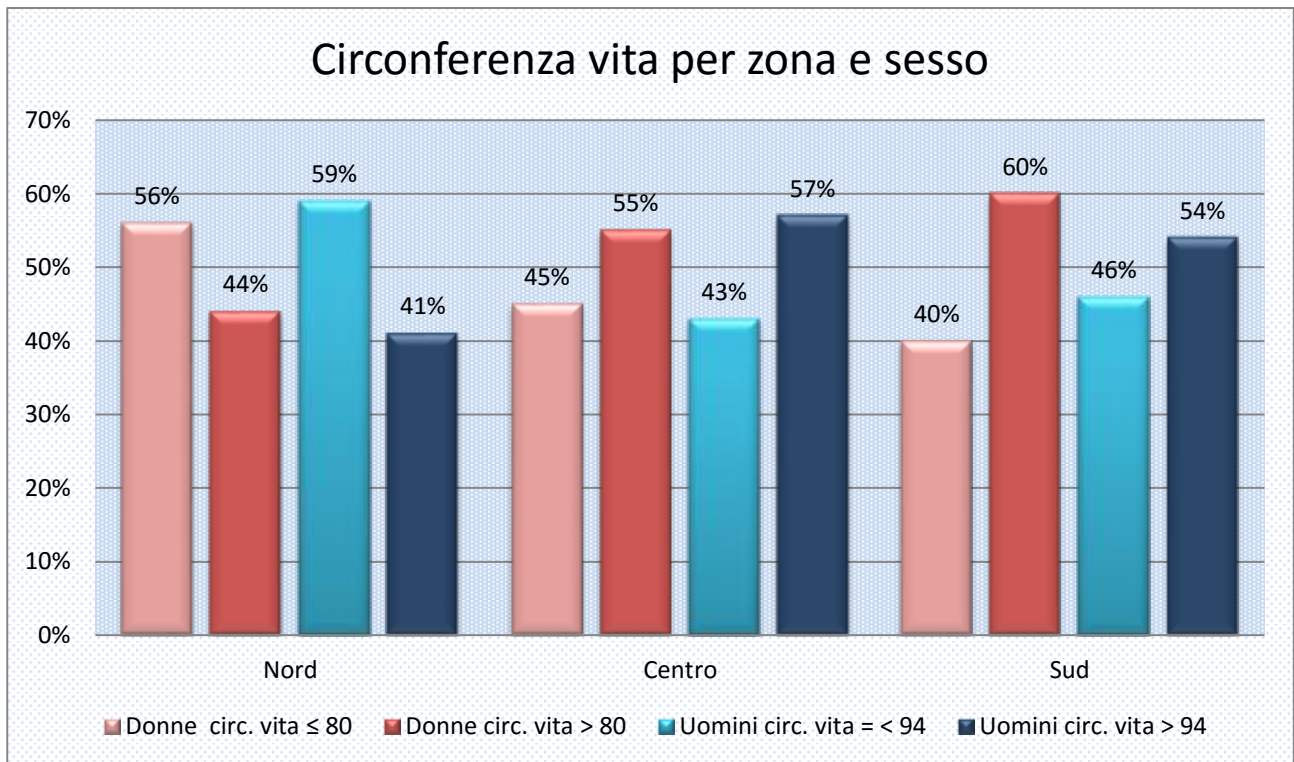


tab. 2.2

Le tabelle che seguono illustrano i dati e le percentuali della misura di circonferenza vita, calcolati sulle variabili *zona geografica* e *sesso*.

Zona geografica	Donne ≤ 80		Donne > 80		Uomini ≤ 94		Uomini > 94	
	n.	%	n.	%	n.	%	n.	%
Nord	275	56%	218	44%	158	59%	108	41%
Centro	171	45%	209	55%	118	43%	157	57%
Sud	246	40%	375	60%	216	46%	253	54%

tab. 2.3



tab. 2.4

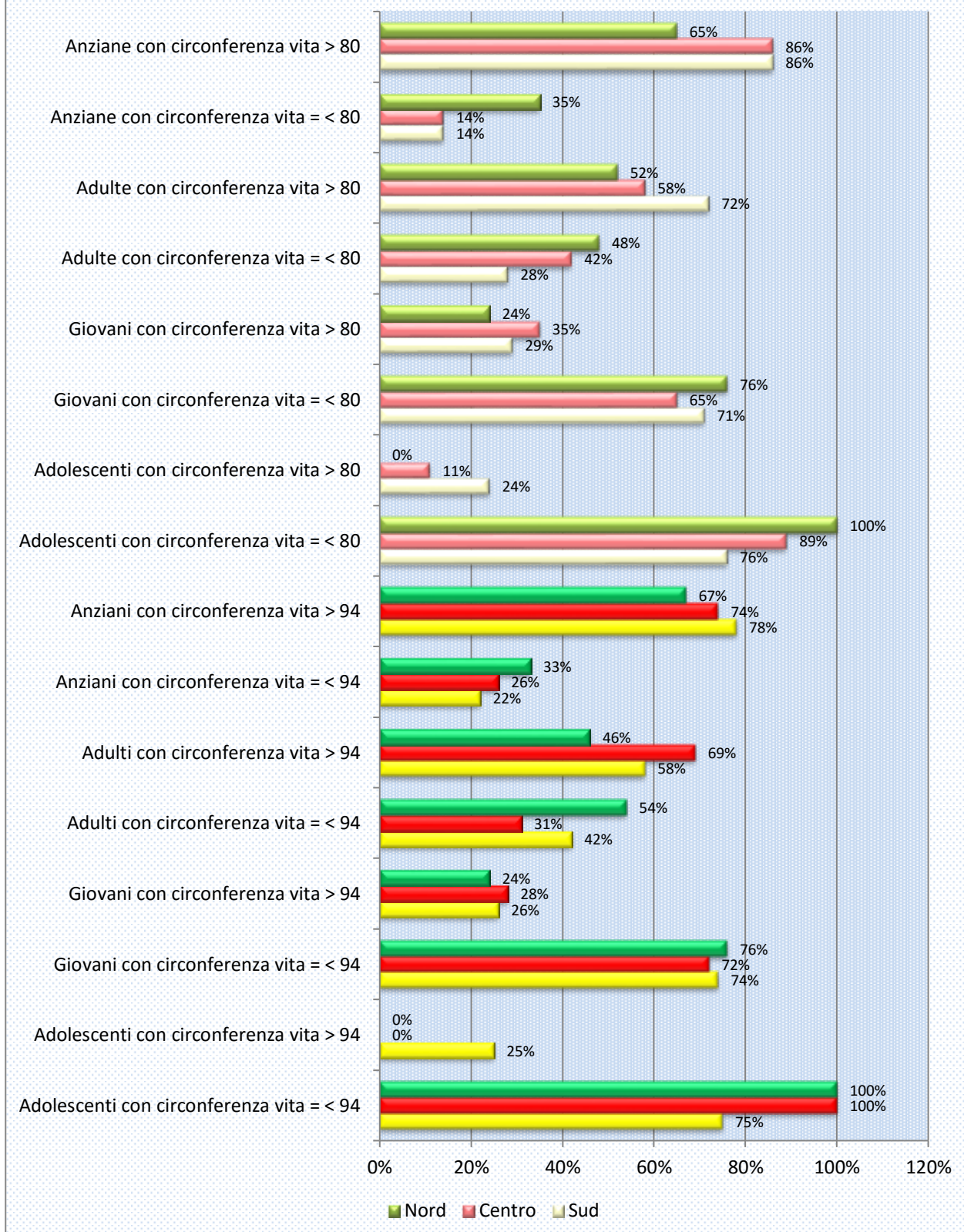
Da una prima elaborazione, anche quest'anno si evince chiaramente che gli uomini e le donne del *Centro* e del *Sud* hanno un girovita alterato, mentre il campione del *Nord*, per entrambi i sessi, sembra essere più virtuoso.

Nell'analisi a tre fattori discriminanti, la variabile *età* influenza in modo considerevole la percentuale di campioni che hanno un girovita superiore al consentito, indipendentemente dalla zona di appartenenza. Infatti si evince che per le fasce d'età *adulti* e *anziani*, in tutte e tre le zone geografiche, il girovita risulta essere superiore ai valori consentiti, a esclusione del campione di sesso maschile del *Nord*, della fascia d'età *adulti* che rientra nei parametri, confermando peraltro quanto già evidenziato per l'anno precedente.

Donne	Nord				Centro				Sud			
	Circonferenza vita in cm				Circonferenza vita in cm				Circonferenza vita in cm			
	≤ 80	> 80	Totale	% > 80	≤ 80	> 80	Totale	% > 80	≤ 80	> 80	Totale	% > 80
Adolescenti (13 - 18 anni)	6	0	6	0%	8	1	9	11%	13	4	17	24%
Giovani (19 - 39)	123	38	161	24%	74	40	114	35%	135	56	191	29%
Adulti (40 - 62)	113	121	234	52%	77	105	182	58%	81	210	291	72%
Anziani (63 anni in su)	31	57	88	65%	10	62	72	86%	17	103	120	86%
<b>TOTALI</b>			<b>489</b>				<b>377</b>				<b>619</b>	
Uomini	Nord				Centro				Sud			
	Circonferenza vita				Circonferenza vita				Circonferenza vita			
	≤ 94	> 94	Totale	% > 94	≤ 94	> 94	Totale	% > 94	≤ 94	> 94	Totale	% > 94
Adolescenti (13 - 18 anni)	3	0	3	0%	5	0	5	0%	6	2	8	25%
Giovani (19 - 39)	73	23	96	24%	53	21	74	28%	93	32	125	26%
Adulti (40 - 62)	67	57	124	46%	40	90	130	69%	87	121	208	58%
Anziani (63 anni in su)	14	28	42	67%	16	46	62	74%	28	98	126	78%
<b>Totale</b>			<b>265</b>				<b>271</b>				<b>467</b>	

tab. 2.5

## Circonferenza vitaper zona, sesso ed età



tab. 2.6

Fascia d'età	Sesso	Nord			Centro			Sud		
		%Circonferenza vita > 80cm / >94cm			%Circonferenza vita > 80cm / >94cm			%Circonferenza vita > 80cm / >94cm		
		2016	2015	differenza	2016	2015	differenza	2016	2015	differenza
Adolescenti (13 - 18 anni)	M	0%	17%	● -17%	11%	29%	● -18%	24%	27%	● -3%
	F	0%	0%	● 0%	0%	0%	● 0%	25%	0%	● 25%
Giovani (19 - 39)	M	24%	44%	● -20%	35%	24%	● 11%	29%	34%	● -5%
	F	24%	21%	● 3%	28%	22%	● 6%	26%	25%	● 1%
Adulti (40 - 62)	M	52%	42%	● 10%	58%	59%	● -1%	72%	54%	● 18%
	F	46%	38%	● 8%	69%	53%	● 16%	58%	54%	● 4%
Anziani (63 anni in su)	M	65%	35%	● 30%	86%	78%	● 8%	86%	35%	● 51%
	F	67%	64%	● 3%	74%	73%	● 1%	78%	73%	● 5%

tab. 2.7

Confrontando i dati relativi alla circonferenza per gli anni 2015 e 2016, appare evidente che a parte poche categorie (*adolescenti* di tutte e tre le zone geografiche e *giovani* di sesso maschile del *Nord* e del *Sud*) vi è stato un incremento del girovita.

**2.2** Spostiamo ora la nostra attenzione sul tempo dedicato all'attività fisica. L'analisi dei dati è stata elaborata su un totale di **2663** schede. Alla domanda *Attività fisica programmata settimanale*, le risposte concernenti quest'area tematica sono state:

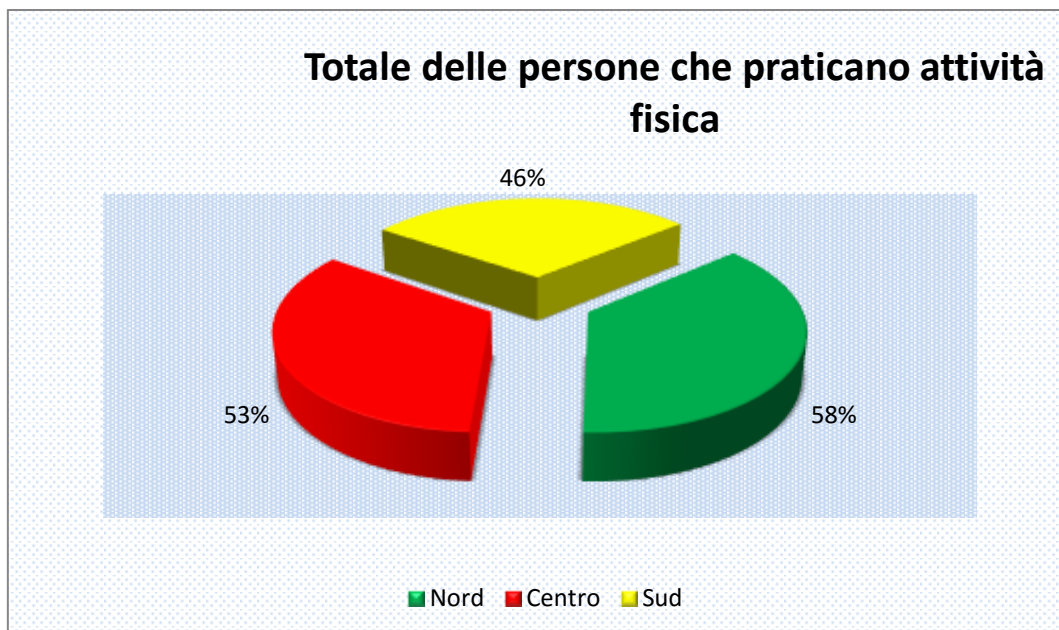
- *sì*;
- *no*;
- *per quanto tempo*.

Si ritiene di poter analizzare i dati relativi alle sole risposte 1 e 2 poiché la terza, per via dell'esiguo numero di campioni che hanno lasciato riscontro, non ha consentito lo sviluppo di un valore tale da permettere uno studio reale.

Dall'esame dei campioni composti da una sola discriminante, le schede utili sulle quali è stata effettuata l'analisi sono **2663**. Dalle stesse si evince che la percentuale più alta di persone che dedicano più tempo all'attività fisica corrisponde al campione della zona geografica del *Nord*.

Zona geografica	Totale intervistati	Fanno attività fisica	%
Nord	777	452	58%
Centro	708	378	53%
Sud	1178	541	46%
<b>Totale</b>	<b>2663</b>	<b>1371</b>	

tab. 2.8

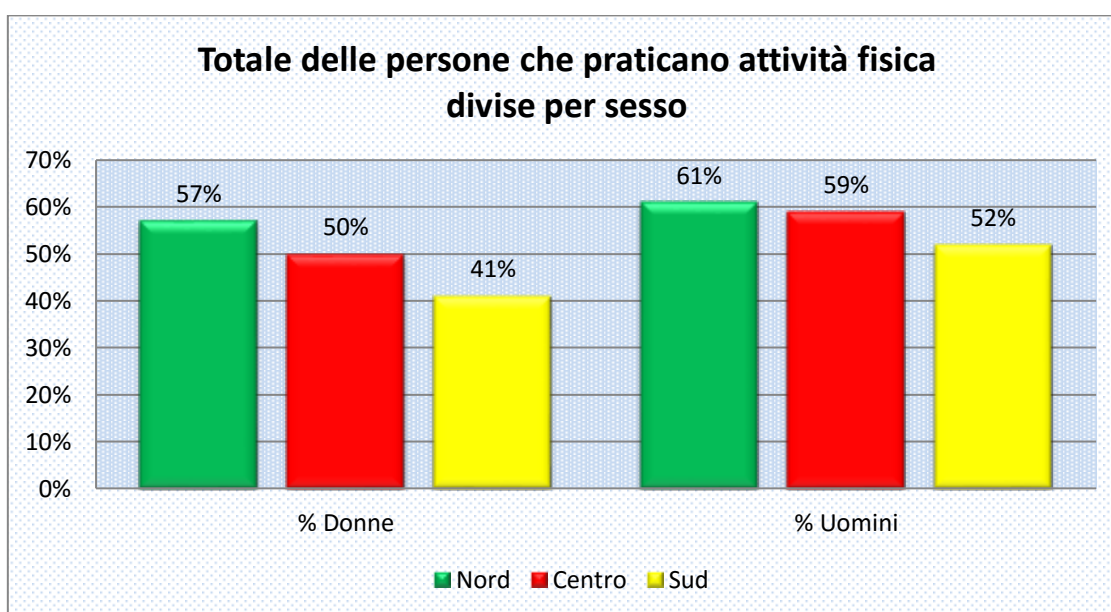


tab. 2.9

Nell'analisi a due discriminanti, aggiungendo quindi la variabile *sex*, è confermato il dato precedente per la medesima zona geografica e si evidenzia, così come per l'anno passato, che il campione di sesso maschile dedica più tempo all'attività fisica, indipendentemente dalla zona di appartenenza.

Zona geografica	Donne			Uomini		
	N. intervistati	Fanno attività fisica	%	N. intervistati	Fanno attività fisica	%
Nord	499	282	57%	277	169	61%
Centro	419	210	50%	287	168	59%
Sud	677	279	41%	501	262	52%
<b>Totale</b>	<b>1595</b>	<b>771</b>		<b>1065</b>	<b>599</b>	

tab. 2.10



tab. 2.11

Il terzo fattore discriminante è costituito dalla fascia d'età. Aggiungendo questo elemento, il dato subisce delle variazioni sostanziali in quanto non vi è più nessuna categoria che prevale rispetto alle altre ma, come si può notare dalla tabella 2.11, ogni campione, indipendentemente dal sesso, dalla zona geografica o dall'età, ha la sua peculiarità.

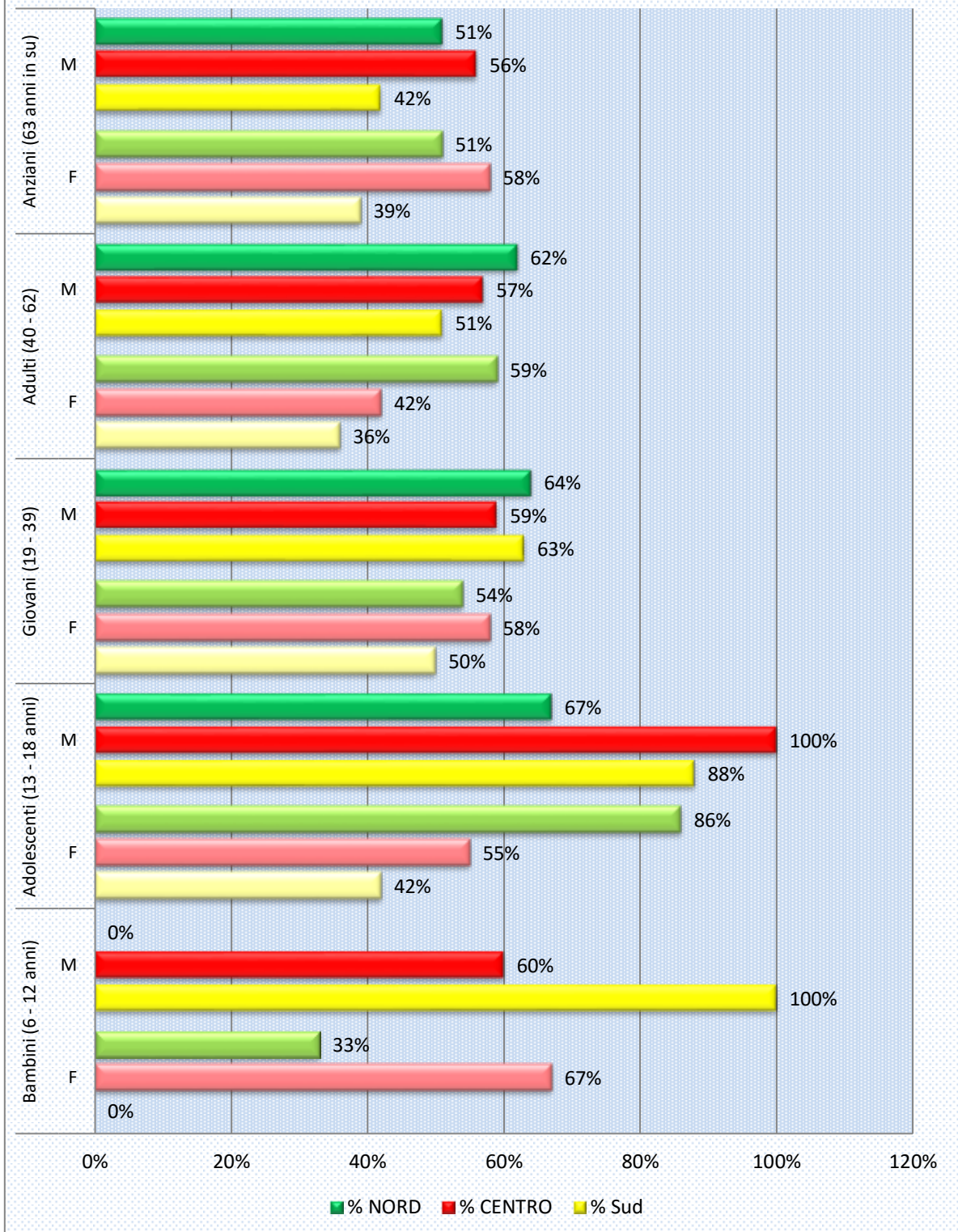
L'unico elemento valido da prendere in considerazione è che nelle fasce d'età più giovani si trovano i picchi più alti dei valori di coloro che praticano attività rispetto a tutte le altre.

Fascia d'età	sesso	Nord			Centro			Sud		
		Totale intervistati	Si attività fisica	%	Totale intervistati	Si attività fisica	%	Totale intervistati	Si attività fisica	%
Bambini (6 - 12 anni)	F	3	1	33%	3	2	67%	2	0	0%
	M	1	0	0%	5	3	60%	2	2	100%
Adolescenti (13 - 18 anni)	F	7	6	86%	11	6	55%	19	8	42%
	M	3	2	67%	6	6	100%	8	7	88%
Giovani (19 - 39)	F	162	88	54%	126	73	58%	211	106	50%
	M	101	65	64%	75	44	59%	133	84	63%
Adulti (40 - 62)	F	239	142	59%	197	83	42%	316	115	36%
	M	129	80	62%	136	78	57%	221	112	51%
Anziani (63 anni in su)	F	88	45	51%	80	46	58%	127	50	39%
	M	43	22	51%	64	36	56%	137	57	42%
<b>Totale</b>		<b>776</b>	<b>451</b>		<b>703</b>	<b>377</b>		<b>1176</b>	<b>541</b>	

tab. 2.12



## Totale delle persone che praticano attività fisica divise per età e sesso



tab. 2.13

Fascia d'età	sesso	% dati Nord			% dati Centro			% dati Sud		
		2016	2015	differenza	2016	2015	differenza	2016	2015	differenza
Bambini (6 - 12 anni)	F	33%	50%	🔴 -17%	67%	80%	🔴 -13%	0%	73%	🔴 -73%
	M	0%	75%	🔴 -75%	60%	100%	🔴 -40%	100%	0%	🟢 100%
Adolescenti (13 - 18 anni)	F	86%	67%	🟢 19%	55%	71%	🔴 -16%	42%	62%	🔴 -20%
	M	67%	67%	🟡 0%	100%	0%	🟢 100%	88%	67%	🟢 21%
Giovani (19 - 39)	F	54%	50%	🟢 4%	58%	55%	🟢 3%	50%	55%	🔴 -5%
	M	64%	69%	🔴 -5%	59%	57%	🟢 2%	63%	54%	🟢 9%
Adulti (40 - 62)	F	59%	45%	🟢 14%	42%	44%	🔴 -2%	36%	39%	🔴 -3%
	M	62%	49%	🟢 13%	57%	53%	🟢 4%	51%	41%	🟢 10%
Anziani (63 anni in su)	F	51%	49%	🟢 2%	58%	37%	🟢 21%	39%	46%	🔴 -7%
	M	51%	40%	🟢 11%	56%	39%	🟢 17%	42%	33%	🟢 9%

tab. 2.14

Anche se nell'anno 2016 c'è stato un picco di partecipazioni delle fasce d'età più giovani, (bambini in modo particolare) esaminando i dati tra l'anno in corso e quello precedente risulta palese che rispetto al 2015 le stesse fasce d'età hanno avuto un decremento nelle presenze dell'attività fisica; migliorano invece nelle fasce d'età adulte soprattutto nel *Nord* e nel *Centro*.

**2.3** Il terzo elemento di quest'area tematica riguarda la percezione e l'effettivo valore del peso corporeo degli intervistati.

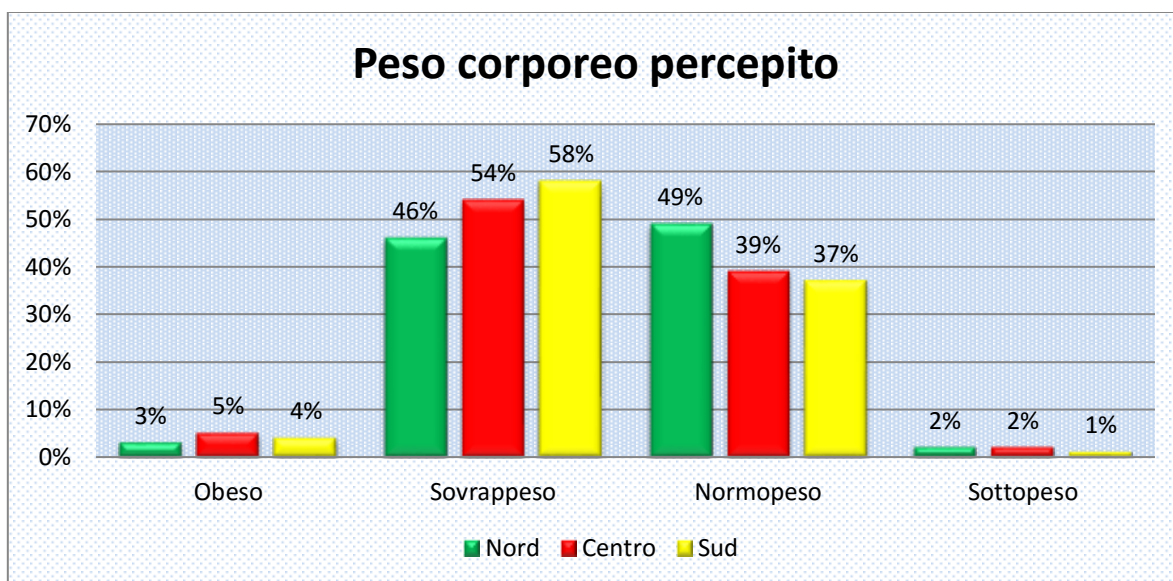
Il peso corporeo è un argomento di grande interesse nella società moderna; un conto è quello che dice la bilancia, un conto è l'immagine che ciascuno ha di sé.

Per questa area tematica le schede oggetto dell'elaborazione sono **2150**.

Nella tabella sottostante viene dimostrata la percezione del peso corporeo per le tre aree geografiche oggetto dello studio. È nettamente visibile che in tutte e tre le zone geografiche la percentuale più alta è riferita alla percezione del sovrappeso e del normopeso.

Peso corporeo percepito	Nord		Centro		Sud	
	Dimensione del campione	%	Dimensione del campione	%	Dimensione del campione	%
Obeso	19	3%	28	5%	39	4%
Sovrappeso	303	46%	314	54%	521	58%
Normopeso	329	49%	223	39%	336	37%
Sottopeso	16	2%	10	2%	12	1%
<b>Totale</b>	<b>667</b>		<b>575</b>		<b>908</b>	

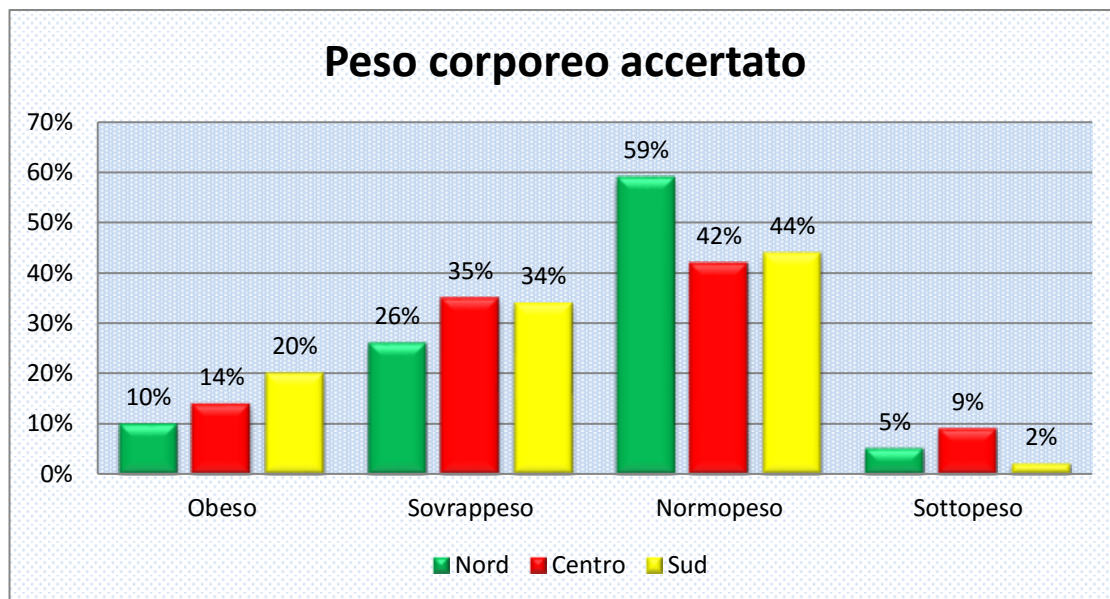
tab. 2.15



tab. 2.16

Peso corporeo accertato	Nord		Centro		Sud	
	Dimensione del campione	%	Dimensione del campione	%	Dimensione del campione	%
Obeso	76	10%	96	14%	230	20%
Sovrappeso	202	26%	238	35%	387	34%
Normopeso	450	59%	280	42%	498	44%
Sottopeso	41	5%	59	9%	27	2%
<b>Totale</b>	<b>769</b>		<b>673</b>		<b>1142</b>	

tab. 2.17



tab. 2.18

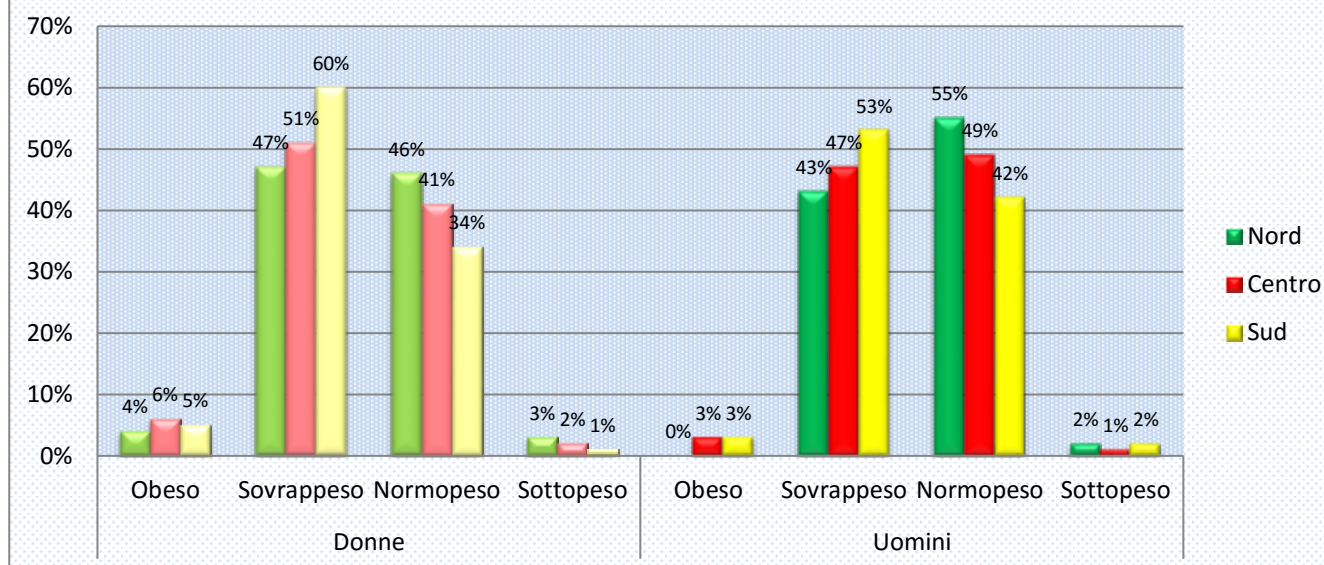
Da una prima analisi si evidenzia un modesto discostamento dei dati tra il peso percepito e il peso reale. Pur rimanendo il normopeso e il sovrappeso il *range* dove si colloca la maggior parte del campione esaminato, sia per il peso percepito sia per quello reale, vi è nell'effettivo peso corporeo una percentuale più alta rispetto al peso percepito nella fascia di peso obeso e in piccola parte nel sottopeso. Questo produce un risultato a dir poco discordante perché spesso chi ha qualche chilo di troppo rischia di non vederlo e di crederci normopeso o addirittura sottopeso, mentre chi rientra nella fascia del *sottopeso*, avendo una percezione di bellezza ispirata a modelli di estrema magrezza, vede il proprio corpo sempre “troppo pesante”.

Aggiungendo la seconda variabile ( *sesso*), la considerazione fatta in precedenza viene ulteriormente rafforzata, soprattutto per il campione di sesso femminile.

Peso corporeo percepito		Nord		Centro		Sud	
		Dimensione del campione	%	Dimensione del campione	%	Dimensione del campione	%
Donne	Obeso	18	4%	20	6%	26	5%
	Sovrappeso	204	47%	176	51%	316	60%
	Normopeso	199	46%	141	41%	176	34%
	Sottopeso	11	3%	6	2%	6	1%
	<b>Totale</b>	<b>432</b>		<b>343</b>		<b>524</b>	
Uomini	Obeso	1	0%	8	3%	13	3%
	Sovrappeso	99	43%	138	47%	205	53%
	Normopeso	129	55%	141	49%	160	42%
	Sottopeso	5	2%	4	1%	6	2%
	<b>Totale</b>	<b>234</b>		<b>291</b>		<b>384</b>	

tab. 2.19

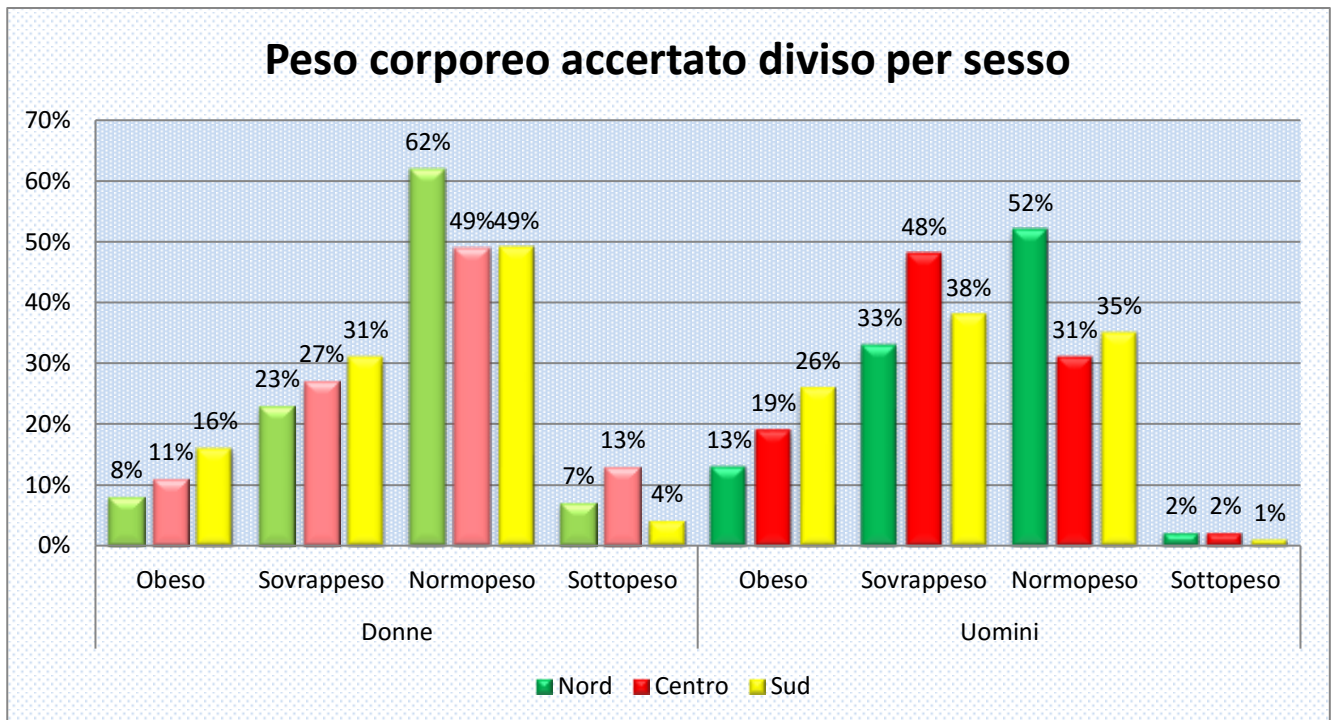
## Peso corporeo percepito diviso per sesso



tab. 2.20

Peso corporeo accertato		Nord		Centro		Sud	
		Dimensione del campione	%	Dimensione del campione	%	Dimensione del campione	%
Donne	Obeso	41	8%	42	11%	105	16%
	Sovrappeso	112	23%	104	27%	199	31%
	Normopeso	305	62%	193	49%	325	49%
	Sottopeso	36	7%	52	13%	23	4%
	<b>Totale</b>	<b>494</b>		<b>391</b>		<b>652</b>	
Uomini	Obeso	35	13%	54	19%	125	26%
	Sovrappeso	90	33%	134	48%	188	38%
	Normopeso	144	52%	86	31%	173	35%
	Sottopeso	5	2%	6	2%	4	1%
	<b>Totale</b>	<b>274</b>		<b>280</b>		<b>490</b>	

tab. 2.21



tab. 2.22

L'elaborazione dei dati ci porta a verificare ulteriormente che i risultati sono tra loro discordanti. Per il **campione di sesso femminile** le obese accertate sono il doppio rispetto a quelle che si percepiscono tali, invece le donne realmente in sovrappeso sono la metà rispetto a quelle che si percepiscono in tale stato. Di ulteriore interesse risulta anche il campione *sottopeso*, perché le donne che rientrano in questa fascia di peso, in realtà, sono più del doppio rispetto alla percezione del loro peso.

Per il **campione di sesso maschile** invece l'unico dato che risulta essere di effettivo interesse è quello riferito all'obesità. Vi è una considerevole discordanza tra il peso percepito (con una percentuale quasi irrilevante) e quello reale dove, per tutte e tre le aree geografiche, la percentuale di uomini che rientra in tale fascia di peso è di gran lunga maggiore di diversi punti percentuali.

Aggiungendo la terza variabile (età anagrafica), i campioni presi in considerazione hanno una fisionomia più precisa di quanto già descritto. Nello specifico viene confermato che il **campione di sesso femminile** che rientra nella fascia di peso delle *obese*, ha una bassissima percezione del proprio stato; infatti il peso accertato delle stesse, per tutte le fasce d'età e per le tre aree geografiche interessate, è di diversi punti percentuali superiore al percepito. Di particolare interesse è il campione che rientra nella fascia di peso riguardante il *sovrappeso* e il *sottopeso*. L'elaborazione di questi dati dà come risultato che le due misure sono inversamente proporzionali. Nel grafico che rappresenta il peso corporeo percepito, la percentuale del sovrappeso è maggiore rispetto al sottopeso; andando invece a esaminare l'effettivo peso corporeo si evidenzia un'inversione di marcia perché la percentuale di donne che percepiva di essere in sovrappeso diminuisce consistentemente a favore di quelle che sono in sottopeso. Dettagliando ulteriormente

questi dati, si evince che le informazioni descritte riguardano in modo particolare le fasce d'età più giovani.

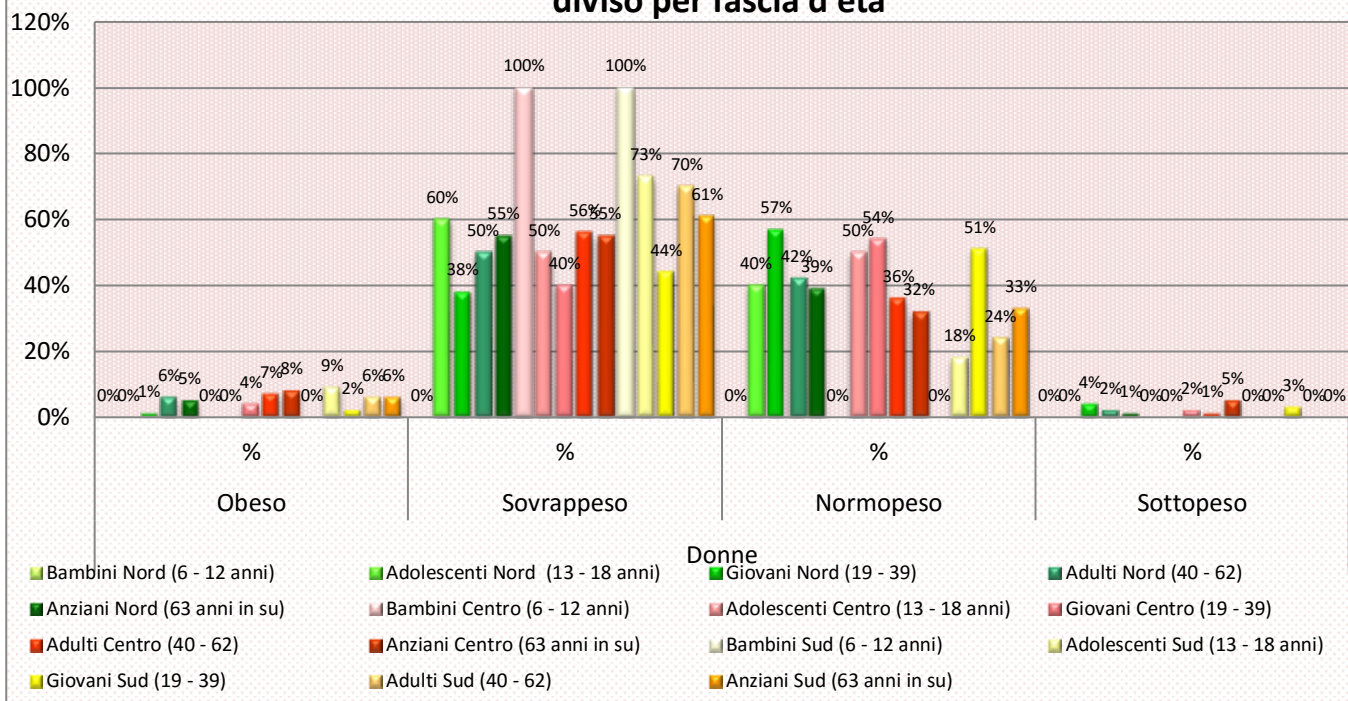
Il campione di sesso maschile evidenzia invece una sottostima della percezione del peso rispetto al dato accertato, nella fascia riguardante l'obesità. Questo avviene per tutte le fasce d'età e per tutte e tre le aree geografiche, con un particolare incremento nella zona del *Centro* e del *Sud*.

### Peso corporeo percepito

Nord	Donne									Uomini								
	Obeso		Sovrappeso		Normopeso		Sottopeso		Totale	Obeso		Sovrappeso		Normopeso		Sottopeso		Totale
	N	%	N	%	N	%	N	%		N	%	N	%	N	%	N	%	
Bambini (6 - 12 anni)	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0
Adolescenti (13 - 18 anni)	0	0%	3	60%	2	40%	0	0%	5	0	0%	0	0%	2	100%	0	0%	2
Giovani (19 - 39 anni)	2	1%	53	38%	79	57%	5	4%	139	0	0%	26	30%	56	65%	4	5%	86
Adulti (40 - 62 anni)	12	6%	107	50%	89	42%	5	2%	213	1	1%	51	46%	60	54%	0	0%	112
Anziani (da 63 anni in su)	4	5%	41	55%	29	39%	1	1%	75	0	0%	22	65%	11	32%	1	3%	34
Centro	Donne									Uomini								
	Obeso		Sovrappeso		Normopeso		Sottopeso		Totale	Obeso		Sovrappeso		Normopeso		Sottopeso		Totale
	N	%	N	%	N	%	N	%		N	%	N	%	N	%	N	%	
Bambini (6 - 12 anni)	0	0%	2	100%	0	0%	0	0%	2	0	0%	1	33%	2	67%	0	0%	3
Adolescenti (13 - 18 anni)	0	0%	3	50%	3	50%	0	0%	6	0	0%	0	0%	6	100%	0	0%	6
Giovani (19 - 39 anni)	4	4%	41	40%	56	54%	2	2%	103	2	4%	22	43%	25	49%	2	4%	51
Adulti (40 - 62 anni)	11	7%	93	56%	60	36%	1	1%	165	5	4%	76	67%	33	29%	0	0%	114
Anziani (da 63 anni in su)	5	8%	36	55%	22	33%	3	5%	66	1	2%	38	68%	15	27%	2	4%	56
Sud	Donne									Uomini								
	Obeso		Sovrappeso		Normopeso		Sottopeso		Totale	Obeso		Sovrappeso		Normopeso		Sottopeso		Totale
	N	%	N	%	N	%	N	%		N	%	N	%	N	%	N	%	
Bambini (6 - 12 anni)	0	0%	2	100%	0	0%	0	0%	2	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0
Adolescenti (13 - 18 anni)	1	9%	8	73%	2	18%	0	0%	11	0	0%	3	50%	3	50%	0	0%	6
Giovani (19 - 39 anni)	3	2%	68	44%	79	51%	5	3%	155	3	3%	37	37%	60	59%	1	1%	101
Adulti (40 - 62 anni)	16	6%	173	69%	60	24%	1	0%	250	7	4%	102	57%	66	37%	4	2%	179
Anziani (da 63 anni in su)	6	6%	65	61%	35	33%	0	0%	106	3	3%	63	64%	31	32%	1	1%	98

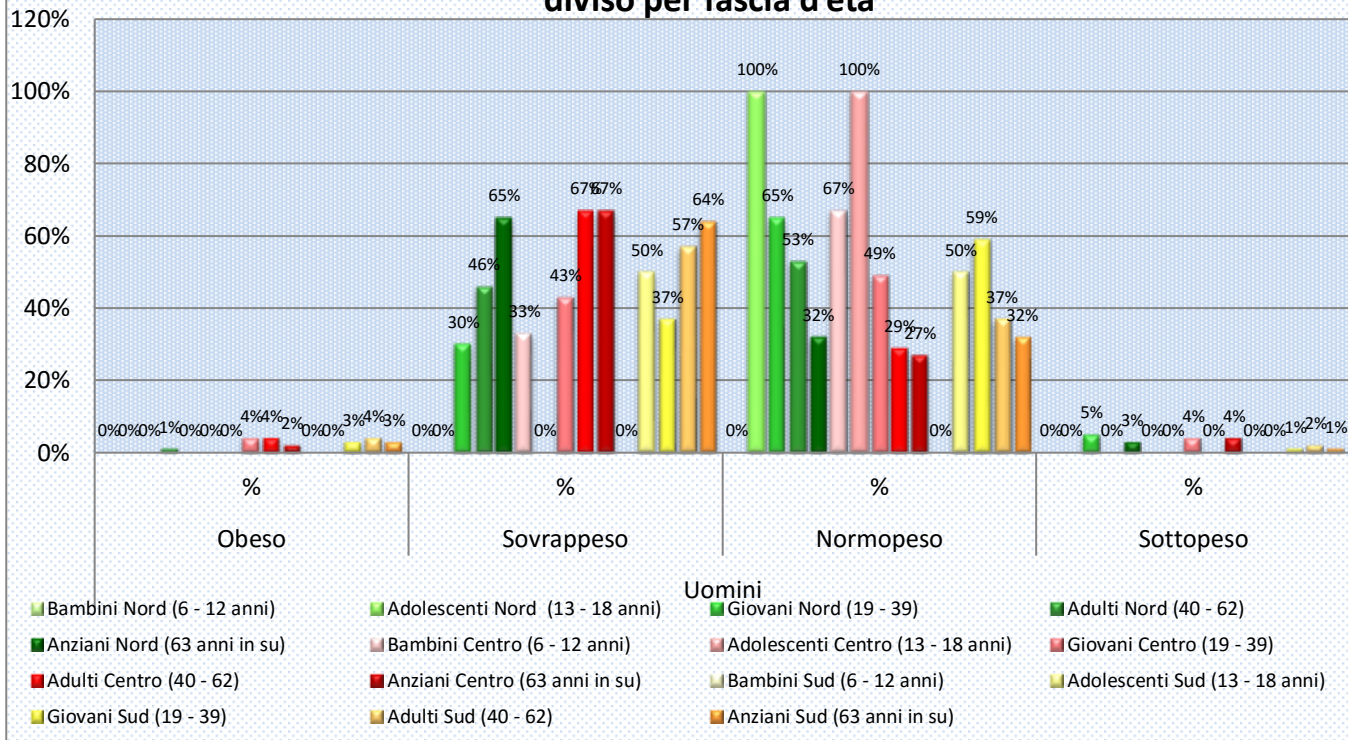
tab. 2.23

### Peso corporeo percepito dal campione di sesso femminile diviso per fascia d'età



tab. 2.24

### Peso corporeo percepito dal campione di sesso maschile diviso per fascia d'età



tab. 2.25

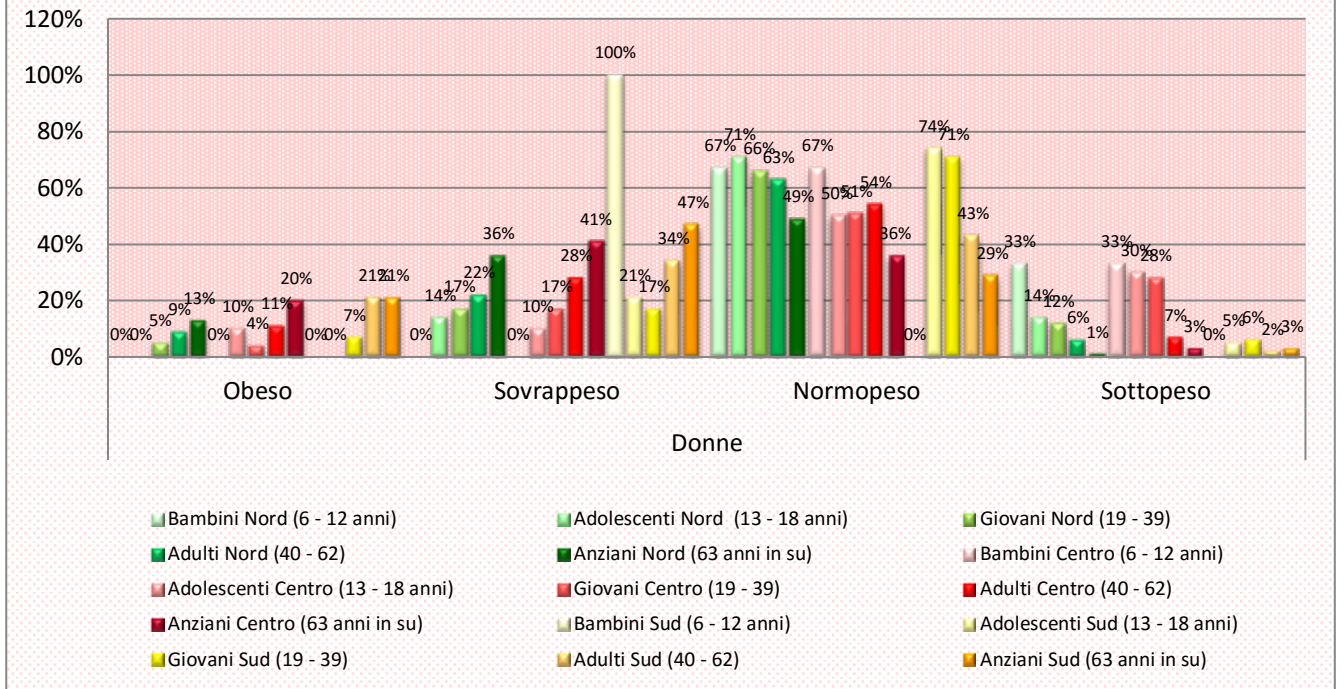


## Peso corporeo accertato

Nord	Donne									Uomini								
	Obeso		Sovrappeso		Normopeso		Sottopeso		Totale	Obeso		Sovrappeso		Normopeso		Sottopeso		Totale
	N	%	N	%	N	%	N	%		N	%	N	%	N	%	N	%	
Bambini (6 - 12 anni)	0	0%	0	0%	2	67%	1	33%	3	0	0%	0	0%	0	0%	1	100%	1
Adolescenti (13 - 18 anni)	0	0%	1	14%	5	71%	1	14%	7	0	0%	0	0%	2	67%	1	33%	3
Giovani (19 - 39 anni)	8	5%	27	17%	107	66%	19	12%	161	8	8%	26	26%	63	63%	3	3%	100
Adulti (40 - 62 anni)	22	9%	53	22%	149	63%	14	6%	238	21	17%	43	34%	63	50%	0	0%	127
Anziani (da 63 anni in su)	11	13%	31	36%	42	49%	1	1%	85	6	14%	21	49%	16	37%	0	0%	43
Centro	Donne									Uomini								
	Obeso		Sovrappeso		Normopeso		Sottopeso		Totale	Obeso		Sovrappeso		Normopeso		Sottopeso		Totale
	N	%	N	%	N	%	N	%		N	%	N	%	N	%	N	%	
Bambini (6 - 12 anni)	0	0%	0	0%	2	67%	1	33%	3	0	0%	1	33%	2	67%	0	0%	3
Adolescenti (13 - 18 anni)	1	10%	1	10%	5	50%	3	30%	10	0	0%	2	40%	2	40%	1	20%	5
Giovani (19 - 39 anni)	5	4%	20	17%	60	51%	33	28%	118	8	11%	28	37%	37	49%	2	3%	75
Adulti (40 - 62 anni)	20	11%	52	28%	99	54%	13	7%	184	29	22%	71	53%	32	24%	1	1%	133
Anziani (da 63 anni in su)	15	20%	31	41%	27	36%	2	3%	75	17	27%	31	49%	13	21%	2	3%	63
Sud	Donne									Uomini								
	Obeso		Sovrappeso		Normopeso		Sottopeso		Totale	Obeso		Sovrappeso		Normopeso		Sottopeso		Totale
	N	%	N	%	N	%	N	%		N	%	N	%	N	%	N	%	
Bambini (6 - 12 anni)	0	0%	1	100%	0	0%	0	0%	1	0	0%	0	0%	2	100%	0	0%	2
Adolescenti (13 - 18 anni)	0	0%	4	21%	14	74%	1	5%	19	2	25%	2	25%	4	50%	0	0%	8
Giovani (19 - 39 anni)	13	7%	33	17%	142	71%	11	6%	199	13	10%	43	33%	73	56%	1	1%	130
Adulti (40 - 62 anni)	66	21%	104	34%	132	43%	7	2%	309	62	29%	95	44%	58	27%	2	1%	217
Anziani (da 63 anni in su)	26	21%	57	47%	35	29%	4	3%	122	48	36%	48	36%	36	27%	1	1%	133

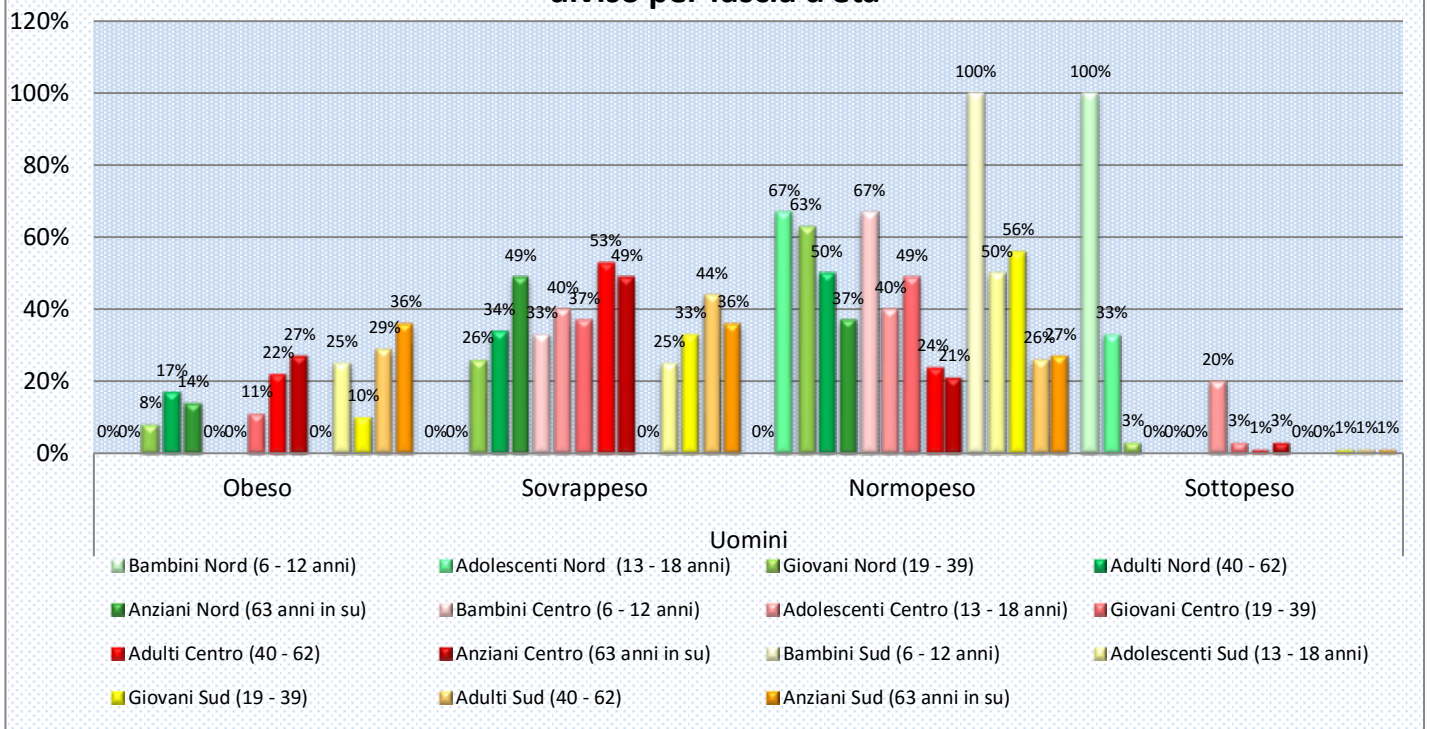
tab. 2.26

### Peso corporeo accertato dal campine di sesso femminile diviso per fascia d'età



tab. 2.27

### Peso corporeo accertato dal campine di sesso maschile diviso per fascia d'età



tab. 2.28

Fascia di età	sesso	% dati Nord			% dati Centro			% dati Sud		
		2016	2015	differenza	2016	2015	differenza	2016	2015	differenza
Bambini (6 - 12 anni) obesi	F	0%	0%	● 0%	0%	0%	● 0%	0%	0%	● 0%
	M	0%	0%	● 0%	0%	0%	● 0%	0%	0%	● 0%
Bambini (6 - 12 anni) sovrappeso	F	0%	0%	● 0%	0%	0%	● 0%	100%	0%	● 100%
	M	0%	0%	● 0%	33%	0%	● 33%	0%	40%	● -40%
Bambini (6 - 12 anni) normopeso	F	67%	25%	● 42%	67%	40%	● 27%	0%	45%	● -45%
	M	0%	25%	● -25%	67%	20%	● 47%	100%	0%	● 100%
Bambini (6 - 12 anni) sottopeso	F	33%	75%	● -42%	33%	60%	● -27%	0%	55%	● -55%
	M	100%	75%	● 25%	0%	80%	● -80%	0%	60%	● -60%
Adolescenti (13 - 18 anni) obesi	F	0%	0%	● 0%	10%	0%	● 10%	0%	0%	● 0%
	M	0%	0%	● 0%	0%	0%	● 0%	25%	0%	● 25%
Adolescenti (13 - 18 anni) sovrappeso	F	14%	20%	● -6%	10%	17%	● -7%	21%	25%	● -4%
	M	0%	67%	● -67%	40%	0%	● 40%	25%	29%	● -4%
Adolescenti (13 - 18 anni) normopeso	F	71%	20%	● 51%	50%	67%	● -17%	74%	58%	● 16%
	M	67%	33%	● 34%	40%	100%	● -60%	50%	43%	● 7%
Adolescenti (13 - 18 anni) sottopeso	F	14%	60%	● -46%	30%	17%	● 13%	5%	17%	● -12%
	M	33%	0%	● 33%	20%	0%	● 20%	0%	29%	● -29%
Giovani (19 - 39) obesi	F	5%	2%	● 3%	4%	6%	● -2%	7%	8%	● -1%
	M	8%	10%	● -2%	11%	12%	● -1%	10%	9%	● 1%
Giovani (19 - 39) sovrappeso	F	17%	9%	● 8%	17%	14%	● 3%	17%	18%	● -1%
	M	26%	34%	● -8%	37%	41%	● -4%	33%	39%	● -6%
Giovani (19 - 39) normopeso	F	66%	57%	● 9%	51%	58%	● -7%	71%	58%	● 13%
	M	63%	49%	● 14%	49%	41%	● 8%	56%	49%	● 7%
Giovani (19 - 39) sottopeso	F	12%	33%	● -21%	28%	23%	● 5%	6%	15%	● -9%
	M	3%	7%	● -4%	3%	6%	● -3%	1%	3%	● -2%
Adulti (40 - 62) obesi	F	9%	11%	● -2%	11%	22%	● -11%	21%	15%	● 6%
	M	17%	19%	● -2%	22%	17%	● 5%	29%	20%	● 9%
Adulti (40 - 62) sovrappeso	F	22%	25%	● -3%	28%	31%	● -3%	34%	30%	● 4%
	M	34%	29%	● 5%	53%	51%	● 2%	44%	48%	● -4%
Adulti (40 - 62) normopeso	F	63%	53%	● 10%	54%	41%	● 13%	43%	46%	● -3%
	M	50%	53%	● -3%	24%	30%	● -6%	26%	27%	● -1%
Adulti (40 - 62) sottopeso	F	6%	11%	● -5%	7%	6%	● 1%	2%	8%	● -6%
	M	0%	0%	● 0%	1%	1%	● 0%	1%	5%	● -4%
Anziani (63 anni in su) obesi	F	13%	14%	● -1%	20%	19%	● 1%	21%	24%	● -3%
	M	14%	26%	● -12%	27%	34%	● -7%	36%	34%	● 2%
Anziani (63 anni in su) sovrappeso	F	36%	30%	● 6%	41%	42%	● -1%	47%	44%	● 3%
	M	49%	46%	● 3%	49%	41%	● 8%	36%	43%	● -7%
Anziani (63 anni in su) normopeso	F	49%	42%	● 7%	36%	34%	● 2%	29%	30%	● -1%
	M	37%	29%	● 8%	21%	24%	● -3%	27%	22%	● 5%
Anziani (63 anni in su) sottopeso	F	1%	14%	● -13%	3%	5%	● -2%	3%	1%	● 2%
	M	0%	0%	● 0%	3%	0%	● 3%	1%	1%	● 0%

tab. 2.29

Nella comparazione dei dati vi è generalmente un miglioramento in tutte le fasce di peso e, nello specifico, il *Nord* e il *Sud* hanno una maggiore risultanza positiva rispetto al *Centro* soprattutto nelle fasce d'età più giovani.

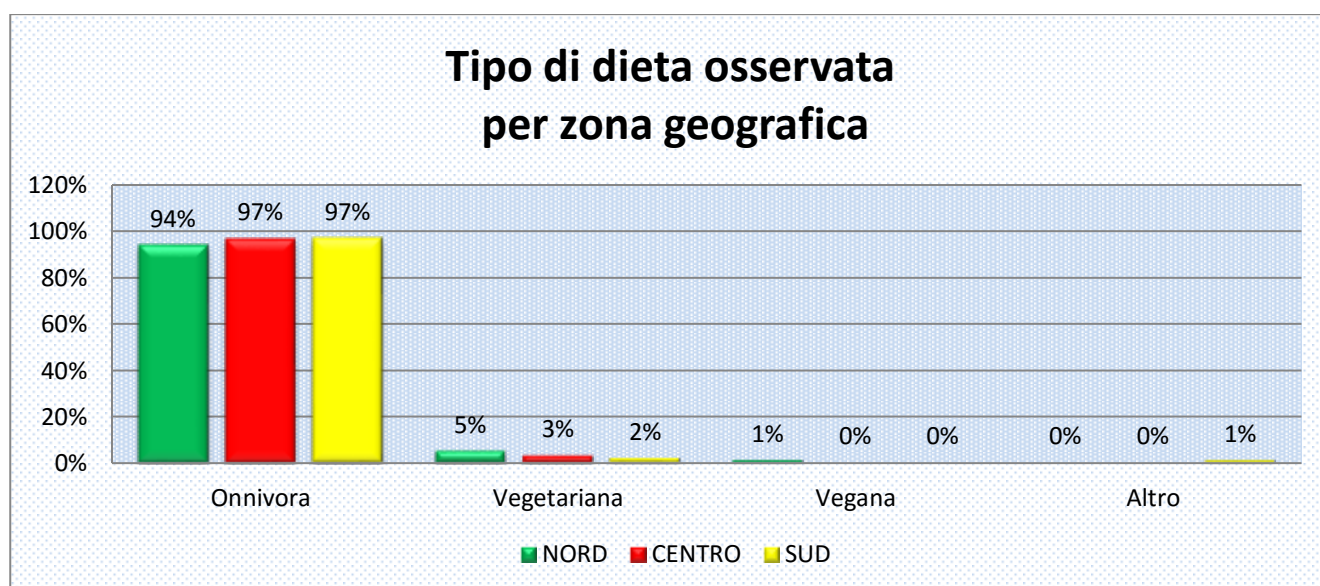
## TIPOLOGIA DI DIETA OSSERVATA

Il campione su cui si è svolta l'elaborazione dei dati è di **2597** unità. La domanda relativa a quest'area tematica è: *Tipo di dieta osservata*. Tale domanda in realtà è articolata nella forma di una lista di tipologie di diete, come illustrato nella seguente tabella.

La prima elaborazione è stata effettuata sulla varietà di dieta osservata per zona geografica. Risulta palese che per tutto il territorio nazionale la dieta onnivora è quella più praticata.

Tipo di dieta osservata	Nord		Centro		Sud	
	Dimensione del campione	%	Dimensione del campione	%	Dimensione del campione	%
Onnivora	708	94%	667	97%	1116	97%
Vegetariana	41	5%	21	3%	25	2%
Vegana	5	1%	1	0%	2	0%
Altro	3	0%	0	0%	8	1%
<b>Totale</b>	<b>757</b>		<b>689</b>		<b>1151</b>	

tab. 3.1

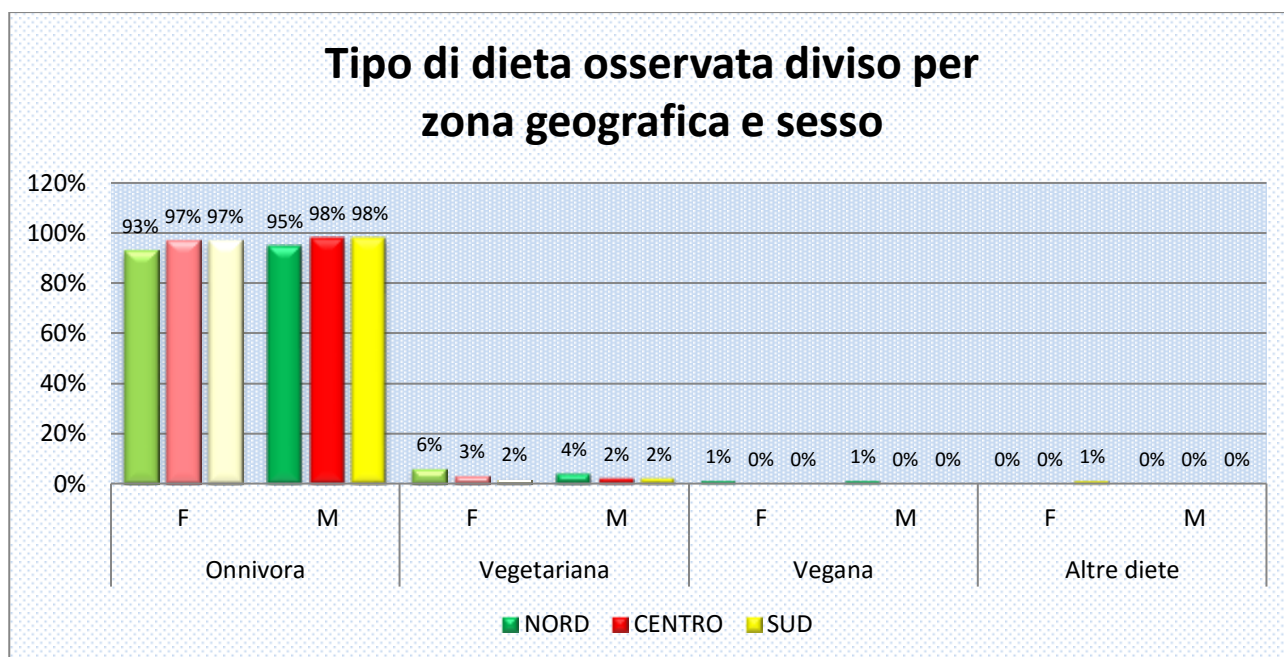


tab. 3.2

Esaminando i dati dei campioni composti da due discriminanti (*zona geografica e sesso*), rimane confermato quello già evidenziato nelle precedenti tabelle. Lo stesso risultato permane aggiungendo la terza scriminante (*età*).

Tipologia di dieta	sesso	Nord		Centro		Sud	
		intervistati	%	intervistati	%	intervistati	%
Onnivora	F	453	93%	392	97%	639	97%
	M	255	95%	273	98%	477	98%
Vegetariana	F	28	6%	14	3%	15	2%
	M	12	4%	7	2%	10	2%
Vegana	F	3	1%	0	0%	2	0%
	M	2	1%	1	0%	0	0%
Altre diete	F	2	0%	0	0%	6	1%
	M	1	0%	0	0%	2	0%

tab. 3.3

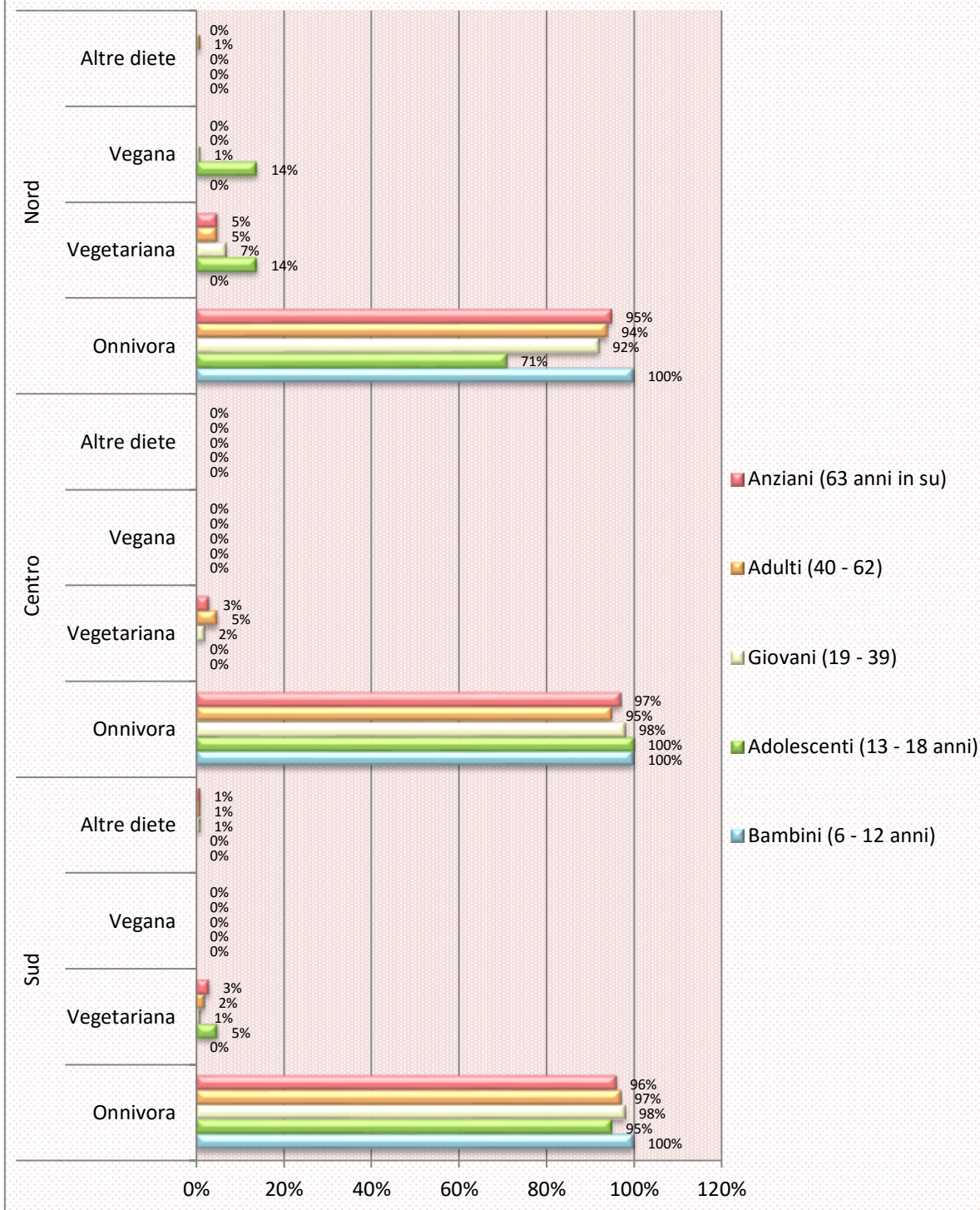


tab. 3.4

Nord	Campione di sesso femminile								
	Onnivora		Vegetariana		Vegana		Altre diete		Totale
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Bambini (6 - 12 anni)	3	100%	0	0%	0	0%	0	0%	3
Adolescenti (13 - 18 anni)	5	71%	1	14%	1	14%	0	0%	7
Giovani (19 - 39 anni)	150	92%	11	7%	1	1%	0	0%	162
Adulti (40 - 62 anni)	218	94%	12	5%	1	0%	2	1%	233
Anziani (da 63 anni in su)	77	95%	4	5%	0	0%	0	0%	81
Centro	Campione di sesso femminile								
	Onnivora		Vegetariana		Vegana		Altre diete		Totale
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Bambini (6 - 12 anni)	3	100%	0	0%	0	0%	0	0%	3
Adolescenti (13 - 18 anni)	11	100%	0	0%	0	0%	0	0%	11
Giovani (19 - 39 anni)	120	98%	2	2%	0	0%	0	0%	122
Adulti (40 - 62 anni)	180	95%	10	5%	0	0%	0	0%	190
Anziani (da 63 anni in su)	77	97%	2	3%	0	0%	0	0%	79
Sud	Campione di sesso femminile								
	Onnivora		Vegetariana		Vegana		Altre diete		Totale
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Bambini (6 - 12 anni)	2	100%	0	0%	0	0%	0	0%	2
Adolescenti (13 - 18 anni)	18	95%	1	5%	0	0%	0	0%	19
Giovani (19 - 39 anni)	202	98%	3	1%	1	0%	2	1%	208
Adulti (40 - 62 anni)	299	97%	7	2%	1	0%	3	1%	310
Anziani (da 63 anni in su)	116	96%	4	3%	0	0%	1	1%	121

tab. 3.5

## Tipo di dieta osservata dal campione di sesso femminile diviso per età



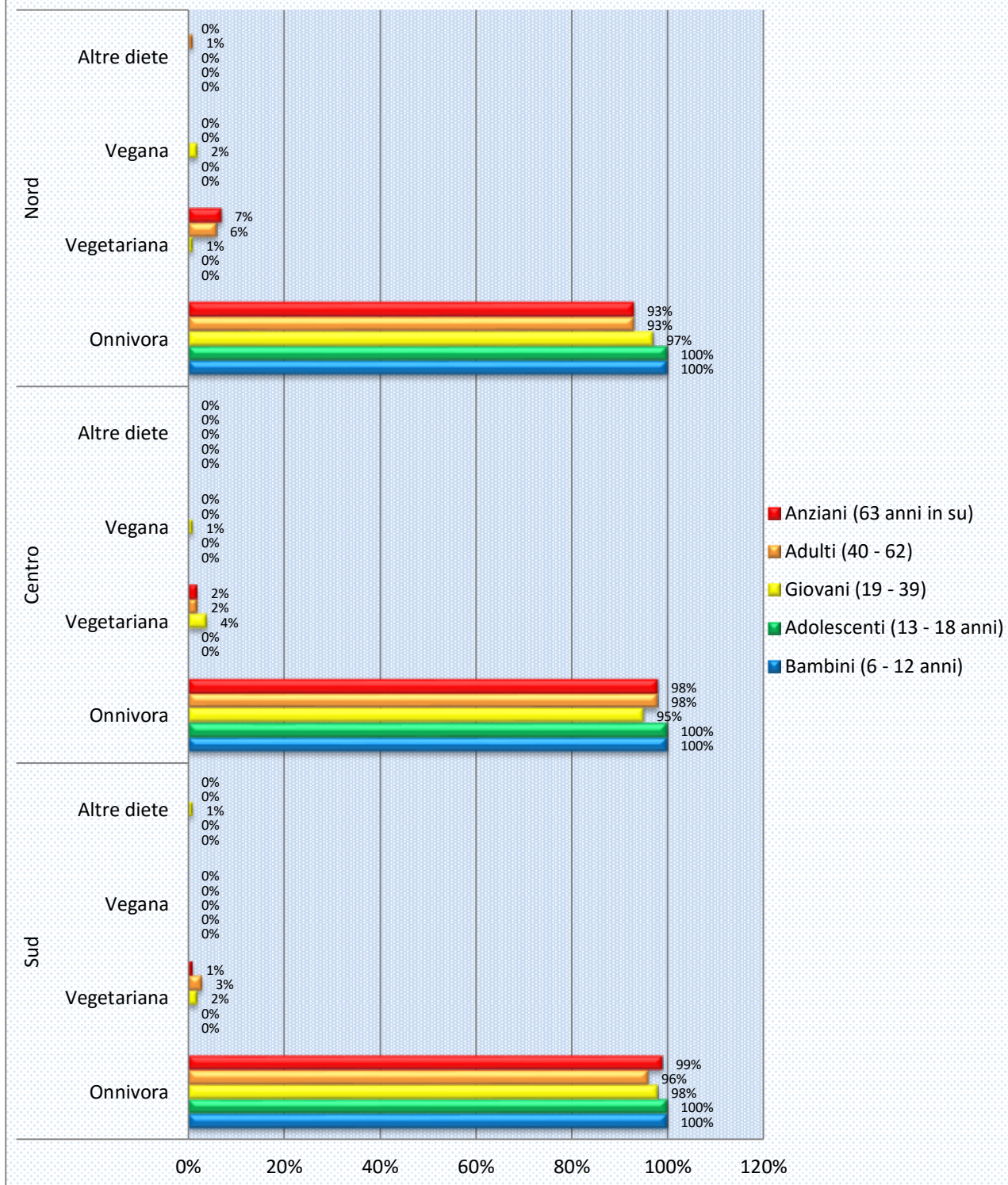
tab. 3.6

Nord	Campione di sesso maschile								
	Onnivora		Vegetariana		Vegana		Altre diete		Totale
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Bambini (6 - 12 anni)	1	100%	0	0%	0	0%	0	0%	1
Adolescenti (13 - 18 anni)	3	100%	0	0%	0	0%	0	0%	3
Giovani (19 - 39 anni)	92	97%	1	1%	2	2%	0	0%	95
Adulti (40 - 62 anni)	120	93%	8	6%	0	0%	1	1%	129
Anziani (da 63 anni in su)	39	93%	3	7%	0	0%	0	0%	42
Centro	Campione di sesso maschile								
	Onnivora		Vegetariana		Vegana		Altre diete		Totale
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Bambini (6 - 12 anni)	5	100%	0	0%	0	0%	0	0%	5
Adolescenti (13 - 18 anni)	5	100%	0	0%	0	0%	0	0%	5
Giovani (19 - 39 anni)	70	95%	3	4%	1	1%	0	0%	74
Adulti (40 - 62 anni)	131	98%	3	2%	0	0%	0	0%	134
Anziani (da 63 anni in su)	62	98%	1	2%	0	0%	0	0%	63
Sud	Campione di sesso maschile								
	Onnivora		Vegetariana		Vegana		Altre diete		Totale
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Bambini (6 - 12 anni)	2	100%	0	0%	0	0%	0	0%	2
Adolescenti (13 - 18 anni)	8	100%	0	0%	0	0%	0	0%	8
Giovani (19 - 39)	128	98%	2	2%	0	0%	1	1%	131
Adulti (40 - 62)	207	96%	7	3%	0	0%	1	0%	215
Anziani (63 anni in su)	132	99%	1	1%	0	0%	0	0%	133

*tab. 3.7*



## Tipo di dieta osservata dal campione di sesso maschile diviso per età



tab. 3.8

Tipo di dieta osservata	sesso	% dati Nord			% dati Centro			% dati Sud		
		2016	2015	differenza	2016	2015	differenza	2016	2015	differenza
Onnivora	F	93%	93%	● 0%	97%	95%	● 2%	97%	97%	● 0%
	M	95%	99%	● -4%	98%	94%	● 4%	98%	95%	● 3%
Vegetariana	F	6%	6%	● 0%	3%	3%	● 0%	2%	2%	● 0%
	M	4%	1%	● 3%	2%	3%	● -1%	2%	2%	● 0%
Vegana	F	1%	1%	● 0%	0%	1%	● -1%	0%	0%	● 0%
	M	1%	0%	● 1%	0%	2%	● -2%	0%	1%	● -1%
Altre diete	F	0%	0%	● 0%	0%	1%	● -1%	1%	1%	● 0%
	M	0%	0%	● 0%	0%	1%	● -1%	0%	2%	● -2%

tab. 3.9

Dall'esame dei dati appare lampante che la dieta onnivora è quella più osservata in tutto il territorio nazionale e per tutte le fasce d'età. Oltre questo comprovato risultato, si può notare che mentre nel *Nord* e nel *Sud* la comparazione delle risultanze dei dati conferma gli stessi valori sia per l'anno 2015 sia per il 2016, nel *Centro* c'è un decremento della dieta vegetariana e vegana a favore dell'onnivora.

## ABITUDINI ALIMENTARI

L'area tematica riguardante le abitudini alimentari elabora una serie di domande che vengono proposte ai diversi campioni per verificare le consuetudini alimentari.

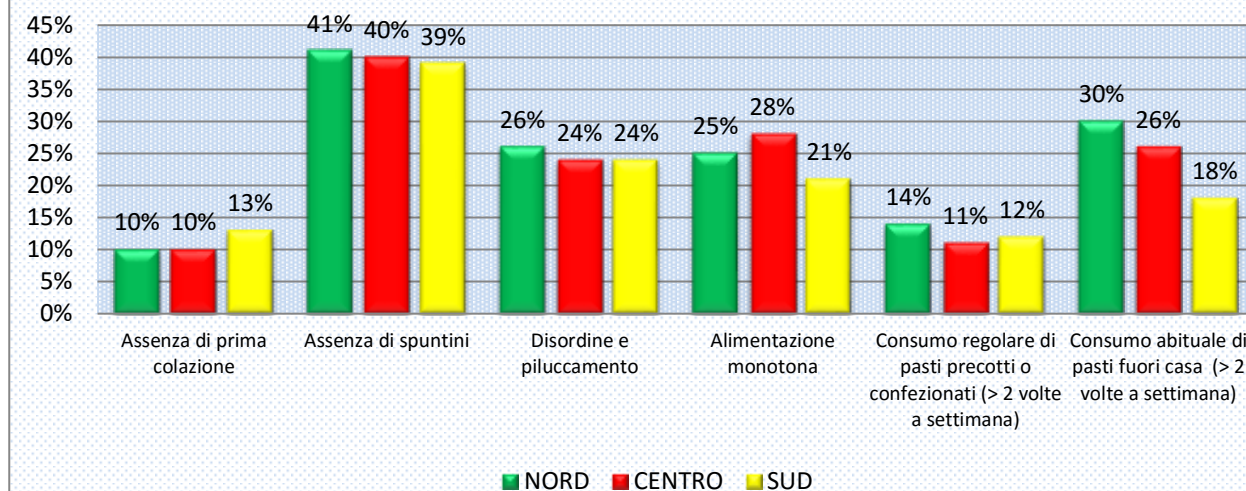
Le domande proposte mirano essenzialmente ad analizzare la correttezza o meno dei comportamenti sul consumo alimentare.

Da una prima analisi, con la sola variabile *zona geografica*, risulta evidente che tra le abitudini alimentari la meno osservata in tutto il territorio nazionale è la consumazione degli spuntini nell'arco della giornata, senza trascurare come condotta scorretta il *disordine e piluccamento* e un'*alimentazione monotona*. Da notare anche un'alta percentuale, soprattutto per il campione del Nord, nel *consumo abituale di pasti fuori casa*.

	Nord			Centro			Sud		
	Totale campione nord	Dimensione Campione	%	Totale campione	Dimensione Campione centro	%	Totale campione sud	Dimensione Campione	%
Assenza di prima colazione	776	74	10%	703	68	10%	1176	149	13%
Assenza di spuntini		321	41%		280	40%		456	39%
Disordine e piluccamento		201	26%		166	24%		282	24%
Alimentazione monotona		192	25%		195	28%		243	21%
Consumo regolare di pasti precotti o confezionati ( $\geq 2$ volte a settimana)		107	14%		75	11%		137	12%
Consumo abituale di pasti fuori casa ( $\geq 2$ volte a settimana)		236	30%		184	26%		212	18%

tab. 4.1

## Abitudini alimentari



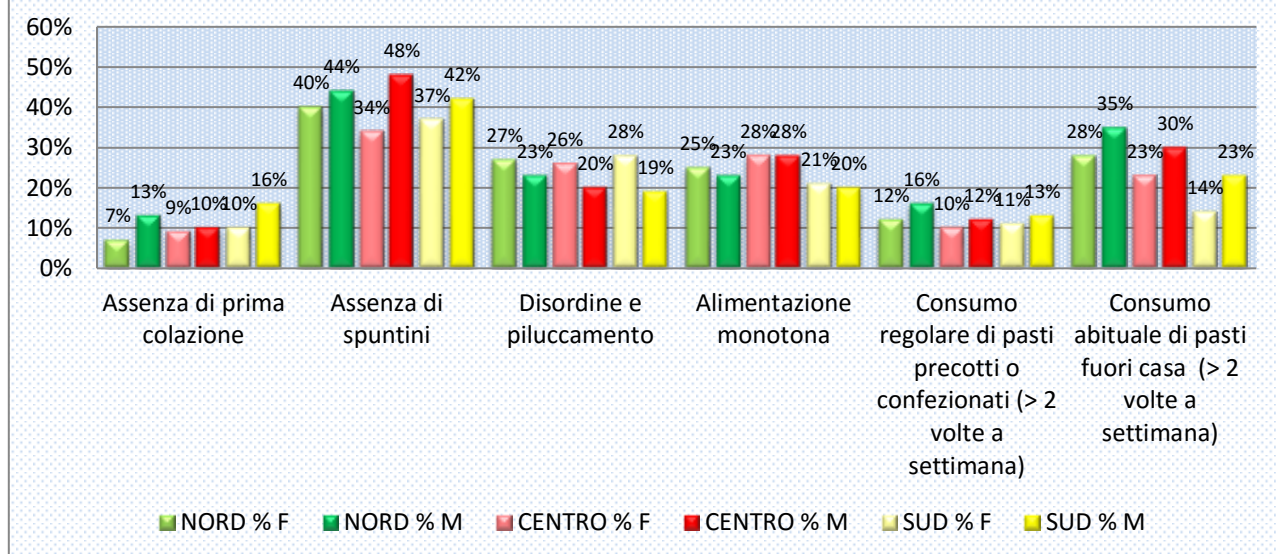
tab. 4.2

Aggiungendo la seconda variabile ( *sesso*), viene confermato quanto già evidenziato, ma si delinea in modo più preciso il comportamento sulle varie abitudini esaminate.

	Nord						Centro						Sud					
	Totale F	Totale M	F	% F	M	% M	Totale F	Totale M	F	% F	M	% M	Totale F	Totale M	F	% F	M	% M
Assenza di prima colazione	499	277	37	7%	37	13%	417	286	38	9%	30	10%	675	501	70	10%	79	16%
Assenza di spuntini			200	40%	121	44%			142	34%	136	48%			248	37%	208	42%
Disordine e piluccamento			136	27%	65	23%			110	26%	56	20%			186	28%	96	19%
Alimentazione monotona			126	25%	65	23%			115	28%	79	28%			143	21%	100	20%
Consumo regolare di pasti precotti o confezionati ( $\geq 2$ volte a settimana)			61	12%	45	16%			40	10%	35	12%			73	11%	64	13%
Consumo abituale di pasti fuori casa ( $\geq 2$ volte a settimana)			139	28%	96	35%			97	23%	86	30%			96	14%	116	23%

tab. 4.3

## Abitudini alimentari divise per sesso



tab. 4.4

Con l'aggiunta della terza variabile (*fascia d'età*), l'analisi dei dati risulta più precisa e dagli stessi si estrae un'elaborazione più dettagliata.

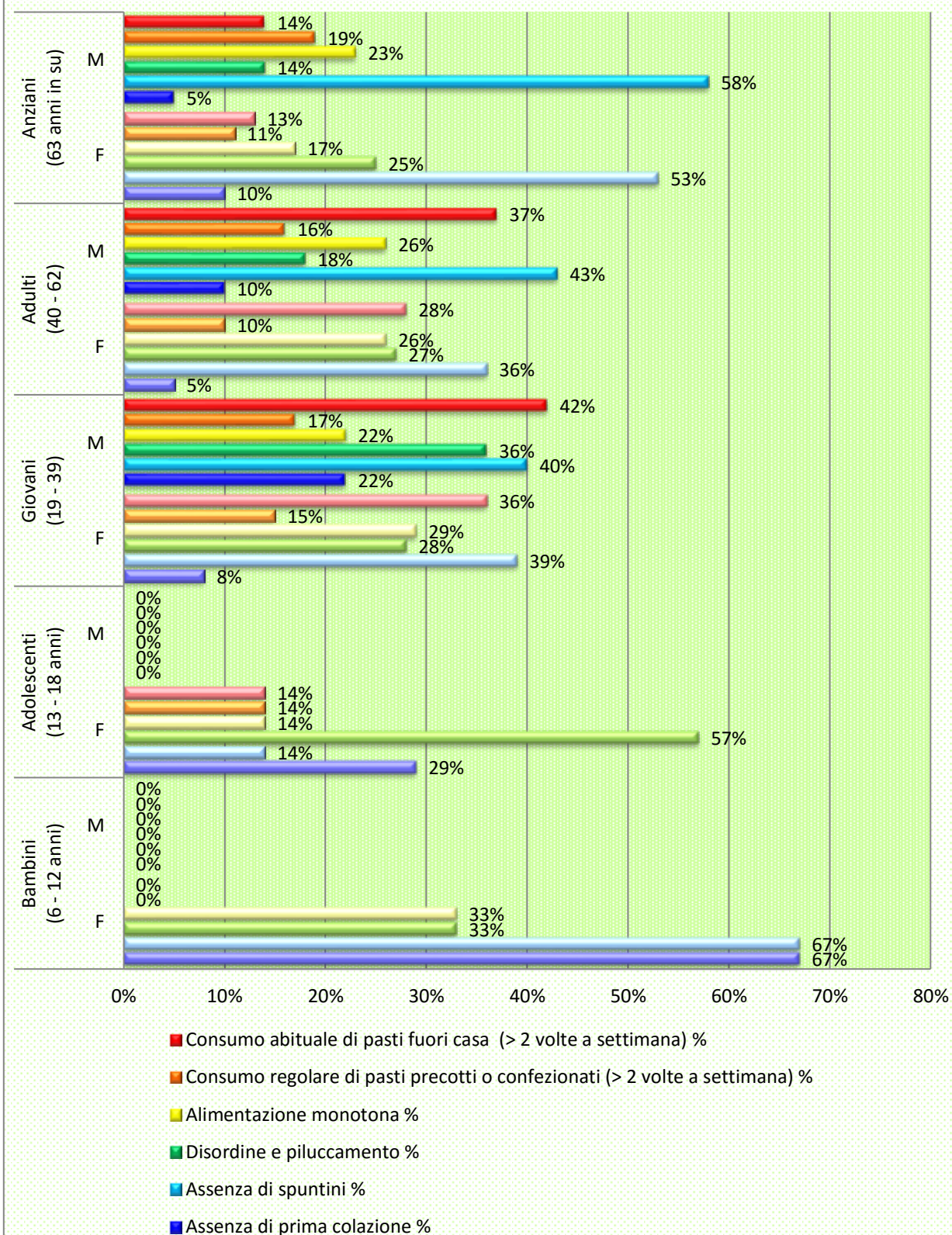
L'elenco delle abitudini alimentari proposte costituisce la risposta a questa domanda. L'analisi sulle percentuali di risposta per ogni tipo di richiesta e per le varie composizioni del campione ha fornito i seguenti risultati.

- *Assenza di prima colazione*: si evidenzia che nelle zone geografiche del Nord e del Sud il campione di sesso maschile ha la percentuale più alta, soprattutto nella fascia d'età *bambini*.
- *Assenza di spuntini*: sia per il campione di sesso femminile sia per quello maschile risulta avere mediamente la percentuale più alta in tutte e tre le zone esaminate, in modo particolare per le fasce d'età *bambini* e *anziani*.
- *Disordine e piluccamento*: le fasce d'età comprese tra *bambini* e *adolescenti* sono quelle con la percentuale più alta in tutte le zone analizzate.
- *Alimentazione monotona*: nella zona geografica del Nord la percentuale più alta viene riscontrata nel campione d'età *bambini* e *giovani*, nel Centro *bambini* e *adolescenti*, mentre nel Sud *bambini*.
- *Consumo regolare di pasti precotti o confezionati*: questo aspetto produce una risposta eterogenea, si evince infatti che la percentuale più alta viene riscontrata nel campione d'età *giovani* nel Nord, *bambini* e *adolescenti* nel Centro e *bambini* nel Sud.
- *Consumo abituale di pasti fuori casa*: anche per questo elemento si nota per il campione esaminato la completa assenza di consumo di pasti fuori casa. La percentuale sale in modo omogeneo per tutte e tre le zone nel campione d'età *giovani*, *adulti* per il Nord e il Centro, mentre per il Sud i dati sono frastagliati nelle varie fasce d'età.

Nord	sesso	TOT campione	Assenza di prima colazione		Assenza di spuntini		Disordine e piluccamento		Alimentazione monotona		Consumo regolare di pasti precotti o confezionati (> 2 volte a settimana)		Consumo abituale di pasti fuori casa (> 2 volte a settimana)	
			N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Bambini (6 - 12 anni)	F	3	2	67%	2	67%	1	33%	1	33%	0	0%	0	0%
	M	1	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Adolescenti (13 - 18 anni)	F	7	2	29%	1	14%	4	57%	1	14%	1	14%	1	14%
	M	3	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Giovani (19 - 39)	F	162	13	8%	63	39%	45	28%	47	29%	25	15%	59	36%
	M	101	22	22%	40	40%	36	36%	22	22%	17	17%	42	42%
Adulti (40 - 62)	F	239	11	5%	87	36%	64	27%	62	26%	25	10%	68	28%
	M	129	13	10%	56	43%	23	18%	33	26%	20	16%	48	37%
Anziani (63 anni in su)	F	88	9	10%	47	53%	22	25%	15	17%	10	11%	11	13%
	M	43	2	5%	25	58%	6	14%	10	23%	8	19%	6	14%
Centro	sesso	TOT campione	Assenza di prima colazione		Assenza di spuntini		Disordine e piluccamento		Alimentazione monotona		Consumo regolare di pasti precotti o confezionati (> 2 volte a settimana)		Consumo abituale di pasti fuori casa (> 2 volte a settimana)	
			N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Bambini (6 - 12 anni)	F	3	0	0%	1	33%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
	M	5	1	20%	3	60%	1	20%	3	60%	2	40%	0	0%
Adolescenti (13 - 18 anni)	F	11	3	27%	0	0%	2	18%	6	55%	2	18%	2	18%
	M	6	1	17%	2	33%	2	33%	4	67%	4	67%	2	33%
Giovani (19 - 39)	F	126	13	10%	46	37%	28	22%	36	29%	12	10%	36	29%
	M	75	12	16%	37	49%	17	23%	24	32%	12	16%	20	27%
Adulti (40 - 62)	F	197	17	9%	62	31%	64	32%	52	26%	16	8%	50	25%
	M	136	14	10%	62	46%	22	16%	32	24%	12	9%	51	38%
Anziani (63 anni in su)	F	80	5	6%	33	41%	16	20%	21	26%	10	13%	9	11%
	M	64	2	3%	32	50%	14	22%	16	25%	5	8%	13	20%
Sud	sesso	TOT campione	Assenza di prima colazione		Assenza di spuntini		Disordine e piluccamento		Alimentazione monotona		Consumo regolare di pasti precotti o confezionati (> 2 volte a settimana)		Consumo abituale di pasti fuori casa (> 2 volte a settimana)	
			N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Bambini (6 - 12 anni)	F	2	2	100%	1	50%	1	50%	1	50%	2	100%	1	50%
	M	2	0	0%	0	0%	1	50%	1	50%	1	50%	0	0%
Adolescenti (13 - 18 anni)	F	19	4	21%	4	21%	10	53%	3	16%	3	16%	6	32%
	M	8	1	13%	2	25%	2	25%	2	25%	0	0%	1	13%
Giovani (19 - 39)	F	211	26	12%	87	41%	51	24%	46	22%	26	12%	54	26%
	M	133	16	12%	46	35%	35	26%	31	23%	24	18%	43	32%
Adulti (40 - 62)	F	316	13	4%	114	36%	97	31%	67	21%	32	10%	27	9%
	M	221	45	20%	90	41%	35	16%	44	20%	32	14%	61	28%
Anziani (63 anni in su)	F	127	7	6%	41	32%	27	21%	25	20%	8	6%	8	6%
	M	137	17	12%	70	51%	23	17%	22	16%	7	5%	11	8%

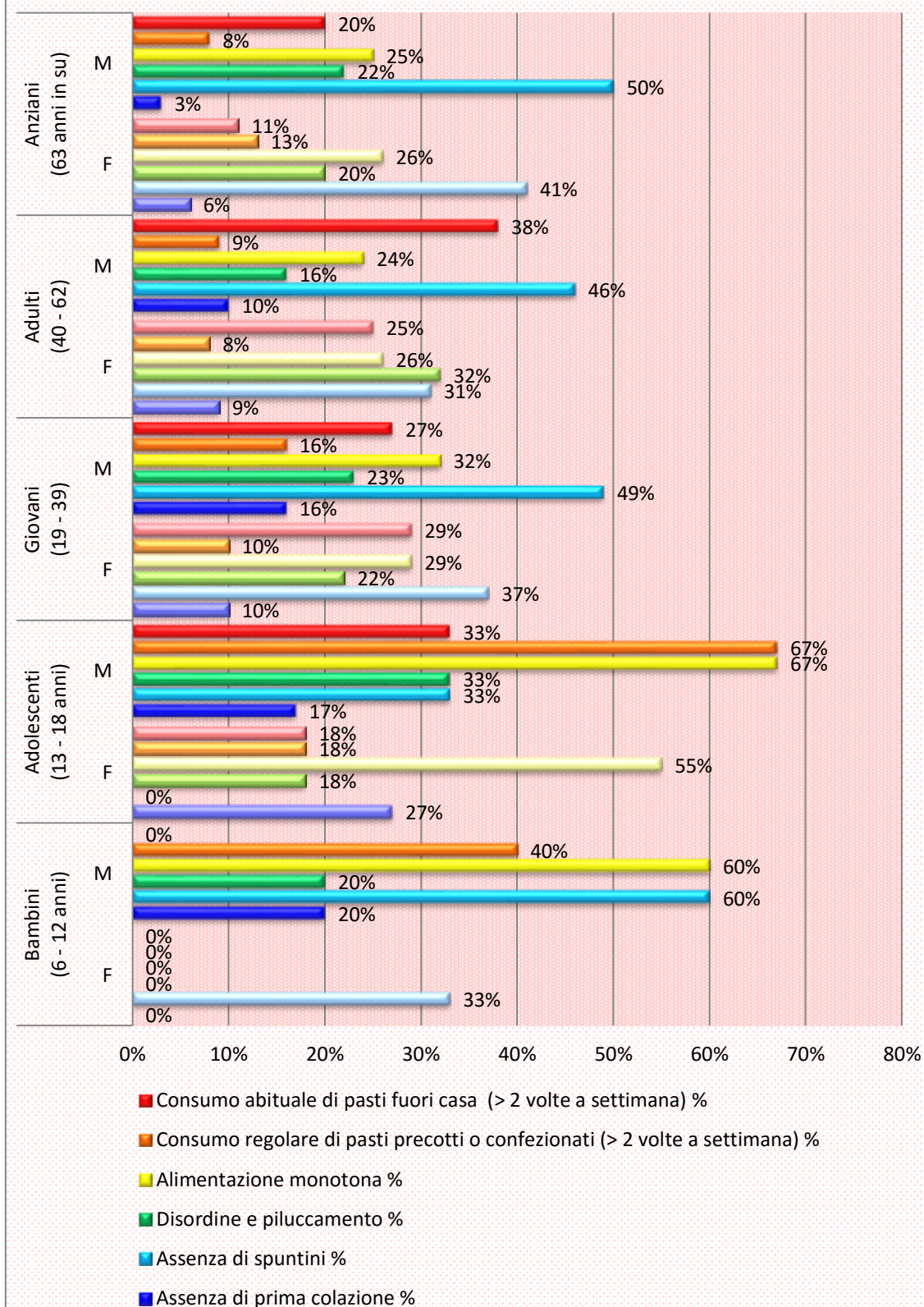
tab. 4.5

## Abitudini alimentari del campione del Nord diviso per sesso ed età



tab. 4.6

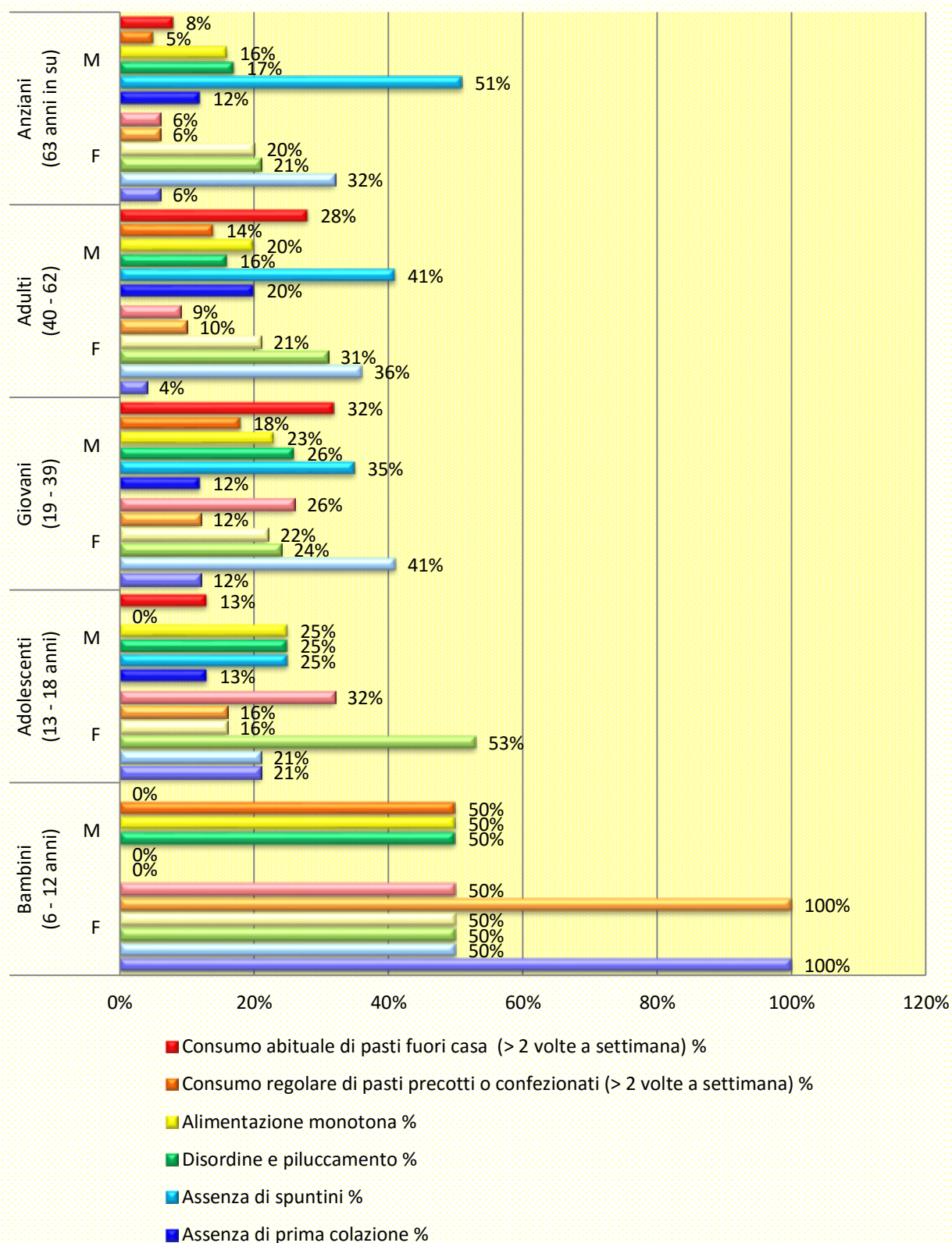
## Abitudini alimentari del campione del Centro diviso per sesso ed età



tab. 4.7



## Abitudini alimentari del campione del Sud diviso per sesso ed età



tab. 4.8

Abitudini alimentari	sesso	% dati Nord			% dati Centro			% dati Sud		
		2016	2015	differenza	2016	2015	differenza	2016	2015	differenza
Assenza di prima colazione	F	7%	5%	● 2%	9%	11%	● -2%	10%	13%	● -3%
	M	13%	14%	● -1%	10%	13%	● -3%	16%	16%	● 0%
Assenza di spuntini	F	40%	31%	● 9%	34%	30%	● 4%	37%	27%	● 10%
	M	44%	38%	● 6%	48%	52%	● -4%	42%	40%	● 2%
Disordine e piluccamento	F	27%	27%	● 0%	26%	27%	● -1%	28%	26%	● 2%
	M	23%	21%	● 2%	20%	15%	● 5%	19%	24%	● -5%
Alimentazione monotona	F	25%	28%	● -3%	28%	23%	● 5%	21%	23%	● -2%
	M	23%	20%	● 3%	28%	21%	● 7%	20%	22%	● -2%
Consumo regolare di pasti precotti o confezionati (> 2 volte a settimana)	F	12%	12%	● 0%	10%	7%	● 3%	11%	13%	● -2%
	M	16%	7%	● 9%	12%	7%	● 5%	13%	13%	● 0%
Consumo abituale di pasti fuori casa (> 2 volte a settimana)	F	28%	20%	● 8%	23%	20%	● 3%	14%	16%	● -2%
	M	35%	26%	● 9%	30%	21%	● 9%	23%	24%	● -1%

tab. 4.9

Nel confronto dei dati, notiamo che c'è un cambiamento positivo riguardante il consumo della prima colazione e degli spuntini nella zona geografica del *Centro*, mentre gli altri dati positivi vengono tutti dalla zona geografica del *Sud*, questo naturalmente a discapito del *Nord* che risulta il meno virtuoso nell'area tematica riguardante le abitudini alimentari.

## ERRORI ALIMENTARI

Quest'area tematica tende a valutare i comportamenti corretti e scorretti sul consumo di particolari alimenti.

Le relative domande sono:

- eccessivo consumo di ...
- scarso consumo di ...

A ogni domanda corrisponde un elenco di alimenti oggetto di studio.

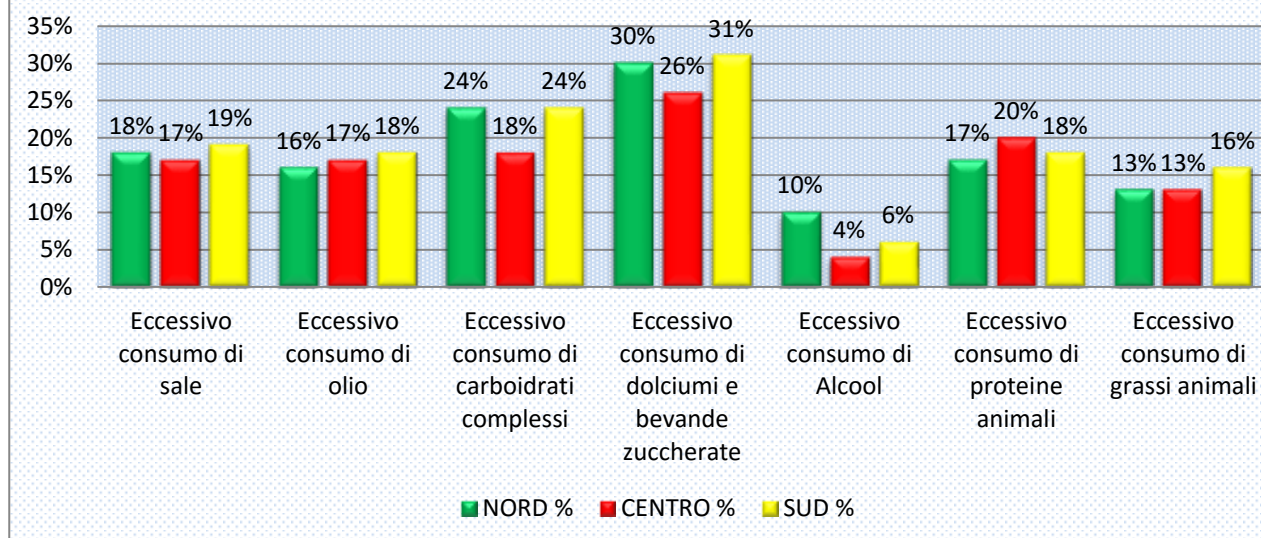
**5.1** La prima domanda riguarda il consumo eccedente di: sale, olio, carboidrati complessi, dolciumi e bevande zuccherate, alcol, proteine animali, grassi animali.

Dall'esame dei dati con la sola variabile zona geografica, le percentuali di consumo eccessivo dei singoli alimenti oggetto di studio risultano equivalenti tra le diverse aree geografiche con un evidente picco sul consumo di *carboidrati complessi e dolciumi e bevande zuccherate*.

Disordine alimentare per consumo eccessivo	Nord			Centro			Sud		
	Totale campione	Dimensione Campione	%	Totale campione	Dimensione Campione	%	Totale campione	Dimensione Campione	%
Eccessivo consumo di sale	776	139	18%	703	117	17%	1176	226	19%
Eccessivo consumo di olio		127	16%		120	17%		207	18%
Eccessivo consumo di carboidrati complessi		190	24%		130	18%		282	24%
Eccessivo consumo di dolciumi e bevande zuccherate		229	30%		185	26%		359	31%
Eccessivo consumo di alcol		78	10%		31	4%		66	6%
Eccessivo consumo di proteine animali		135	17%		143	20%		212	18%
Eccessivo consumo di grassi animali		104	13%		90	13%		189	16%

tab. 5.1

## Disordine alimentare per eccessivo consumo



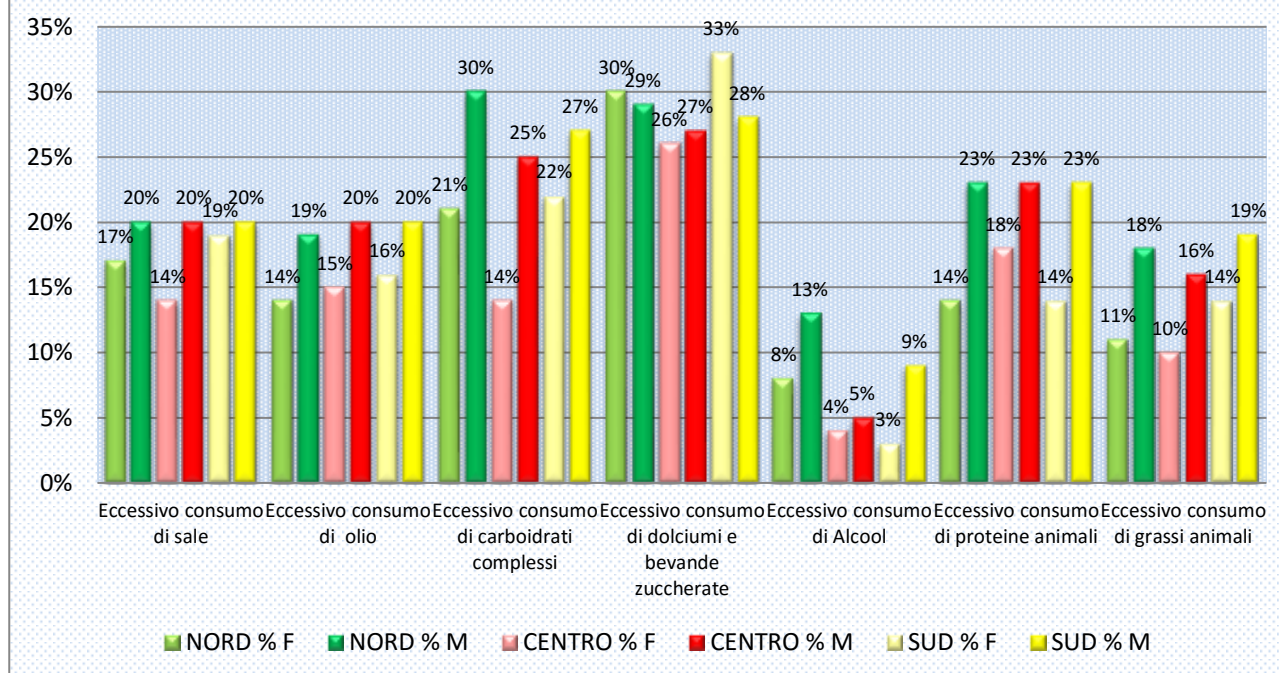
tab. 5.2

Esaminando i dati con l'aggiunta della seconda variabile (*sex*), questi non subiscono grosse variazioni rispetto a quanto elaborato in precedenza; i dati più significativi sono relativi al campione di sesso maschile che, rispetto a quello femminile, eccede nel consumo di tutti gli alimenti analizzati in tutte e tre le aree geografiche.

Disordine alimentare per consumo eccessivo	Nord						Centro						Sud					
	Totale F	Totale M	F	% F	M	% M	Totale F	Totale M	F	% F	M	% M	Totale F	Totale M	F	% F	M	% M
Eccessivo consumo di sale	499	277	83	17%	55	20%	417	286	59	14%	57	20%	675	501	126	19%	100	20%
Eccessivo consumo di olio			72	14%	54	19%			62	15%	57	20%			106	16%	101	20%
Eccessivo consumo di carboidrati complessi			106	21%	84	30%			58	14%	72	25%			147	22%	135	27%
Eccessivo consumo di dolci e bevande zuccherate			148	30%	81	29%			107	26%	76	27%			220	33%	139	28%
Eccessivo consumo di alcool			41	8%	37	13%			16	4%	15	5%			23	3%	43	9%
Eccessivo consumo di proteine animali			71	14%	64	23%			76	18%	66	23%			96	14%	116	23%
Eccessivo consumo di grassi animali			55	11%	49	18%			43	10%	47	16%			93	14%	96	19%

tab. 5.3

## Disordine alimentare per eccessivo consumo diviso per sesso



tab. 5.4

L'elaborazione dei dati a tre discriminanti determina un esame più puntuale dei dati già elaborati. Esaminando i picchi di consumo degli alimenti presi in considerazione, notiamo i seguenti eccessi.

*Bambini*

<i>Nord</i>	bevande zuccherate
<i>Centro</i>	olio, carboidrati complessi e grassi animali
<i>Sud</i>	sale, carboidrati complessi e grassi animali

*Adolescenti*

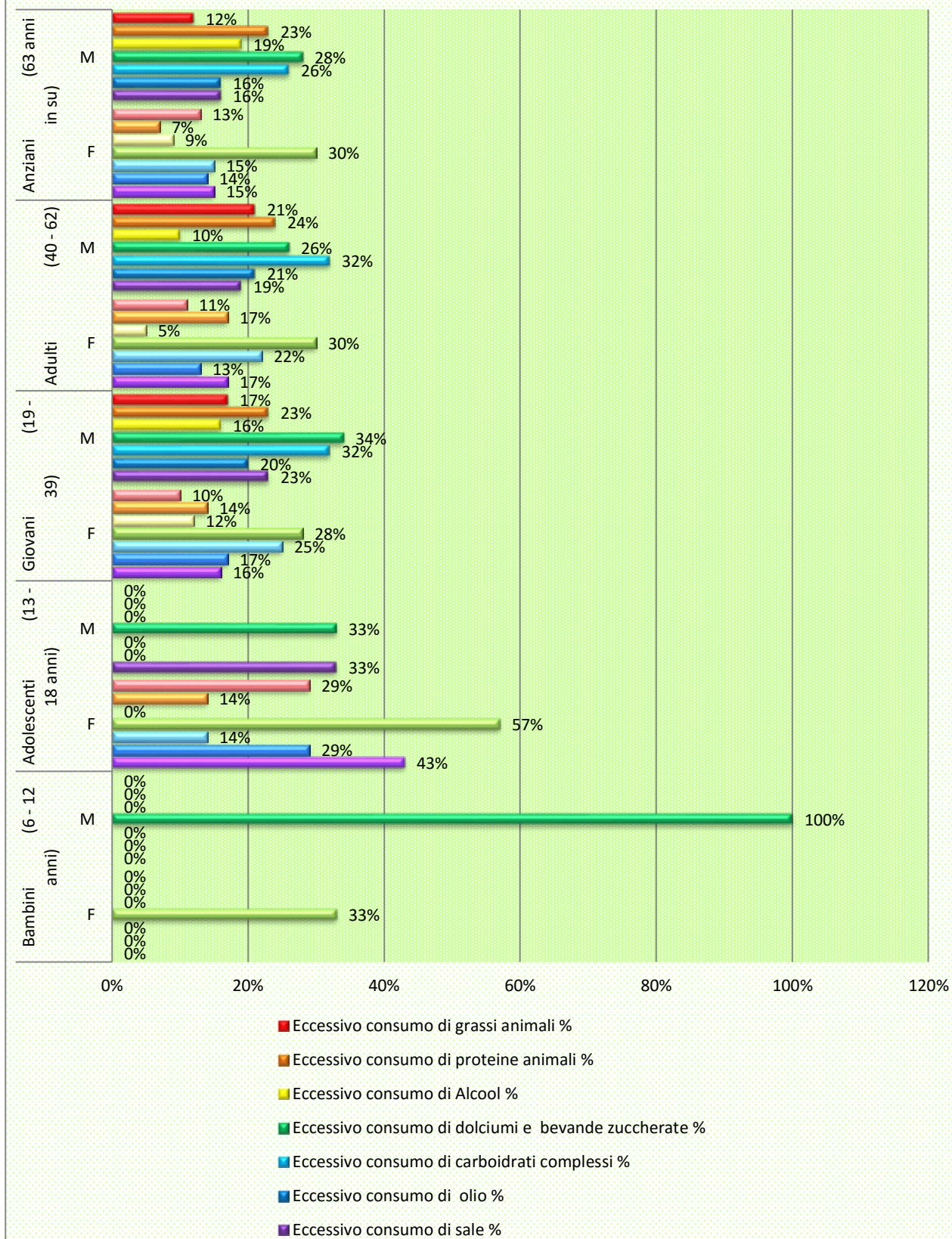
<i>Nord</i>	in bevande zuccherate
<i>Centro</i>	olio, carboidrati complessi e bevande zuccherate
<i>Sud</i>	grassi animali e bevande zuccherate

Per tutte le altre fasce d'età invece i consumi di tali alimenti sono equivalenti anche in relazione alle tre zone geografiche.

Nord	sesso	TOT campione	Eccessivo consumo di sale		Eccessivo consumo di olio		Eccessivo consumo di carboidrati complessi		Eccessivo consumo di dolciumi e bevande zuccherate		Eccessivo consumo di alcol		Eccessivo consumo di proteine animali		Eccessivo consumo di grassi animali	
			N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Bambini (6 - 12 anni)	F	3	0	0%	0	0%	0	0%	1	33%	0	0%	0	0%	0	0%
	M	1	0	0%	0	0%	0	0%	1	100%	0	0%	0	0%	0	0%
Adolescenti (13 - 18 anni)	F	7	3	43%	2	29%	1	14%	4	57%	0	0%	1	14%	2	29%
	M	3	1	33%	0	0%	0	0%	1	33%	0	0%	0	0%	0	0%
Giovani (19 - 39)	F	162	26	16%	28	17%	40	25%	46	28%	20	12%	23	14%	16	10%
	M	101	23	23%	20	20%	32	32%	34	34%	16	16%	23	23%	17	17%
Adulti (40 - 62)	F	239	41	17%	30	13%	52	22%	71	30%	13	5%	41	17%	27	11%
	M	129	24	19%	27	21%	41	32%	33	26%	13	10%	31	24%	27	21%
Anziani (63 anni in su)	F	88	13	15%	12	14%	13	15%	26	30%	8	9%	6	7%	11	13%
	M	43	7	16%	7	16%	11	26%	12	28%	8	19%	10	23%	5	12%
Centro	sesso	TOT campione	Eccessivo consumo di sale		Eccessivo consumo di olio		Eccessivo consumo di carboidrati complessi		Eccessivo consumo di dolciumi e bevande zuccherate		Eccessivo consumo di alcol		Eccessivo consumo di proteine animali		Eccessivo consumo di grassi animali	
			N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Bambini (6 - 12 anni)	F	3	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
	M	5	2	40%	3	60%	3	60%	1	20%	0	0%	1	20%	3	60%
Adolescenti (13 - 18 anni)	F	11	1	9%	1	9%	2	18%	4	36%	0	0%	2	18%	1	9%
	M	6	2	33%	3	50%	4	67%	3	50%	0	0%	2	33%	1	17%
Giovani (19 - 39)	F	126	22	17%	16	13%	15	12%	36	29%	5	4%	26	21%	10	8%
	M	75	13	17%	11	15%	16	21%	19	25%	4	5%	16	21%	8	11%
Adulti (40 - 62)	F	197	27	14%	34	17%	24	12%	48	24%	7	4%	34	17%	23	12%
	M	136	29	21%	28	21%	37	27%	42	31%	7	5%	42	31%	26	19%
Anziani (63 anni in su)	F	80	9	11%	10	13%	15	19%	19	24%	4	5%	18	23%	11	14%
	M	64	11	17%	13	20%	15	23%	13	20%	4	6%	4	6%	9	14%
Sud	sesso	TOT campione	Eccessivo consumo di sale		Eccessivo consumo di olio		Eccessivo consumo di carboidrati complessi		Eccessivo consumo di dolciumi e bevande zuccherate		Eccessivo consumo di alcol		Eccessivo consumo di proteine animali		Eccessivo consumo di grassi animali	
			N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Bambini (6 - 12 anni)	F	2	2	100%	1	50%	1	50%	1	50%	0	0%	1	50%	2	100%
	M	2	0	0%	0	0%	2	100%	1	50%	0	0%	0	0%	1	50%
Adolescenti (13 - 18 anni)	F	19	2	11%	2	11%	3	16%	9	47%	0	0%	1	5%	2	11%
	M	8	2	25%	1	13%	0	0%	3	38%	0	0%	1	13%	1	13%
Giovani (19 - 39)	F	211	34	16%	30	14%	47	22%	64	30%	11	5%	30	14%	29	14%
	M	133	26	20%	20	15%	40	30%	37	28%	7	5%	42	32%	25	19%
Adulti (40 - 62)	F	316	67	21%	54	17%	70	22%	115	36%	9	3%	45	14%	38	12%
	M	221	48	22%	51	23%	61	28%	64	29%	18	8%	46	21%	48	22%
Anziani (63 anni in su)	F	127	20	16%	19	15%	26	20%	31	24%	3	2%	19	15%	22	17%
	M	137	24	18%	29	21%	32	23%	33	24%	18	13%	27	20%	21	15%

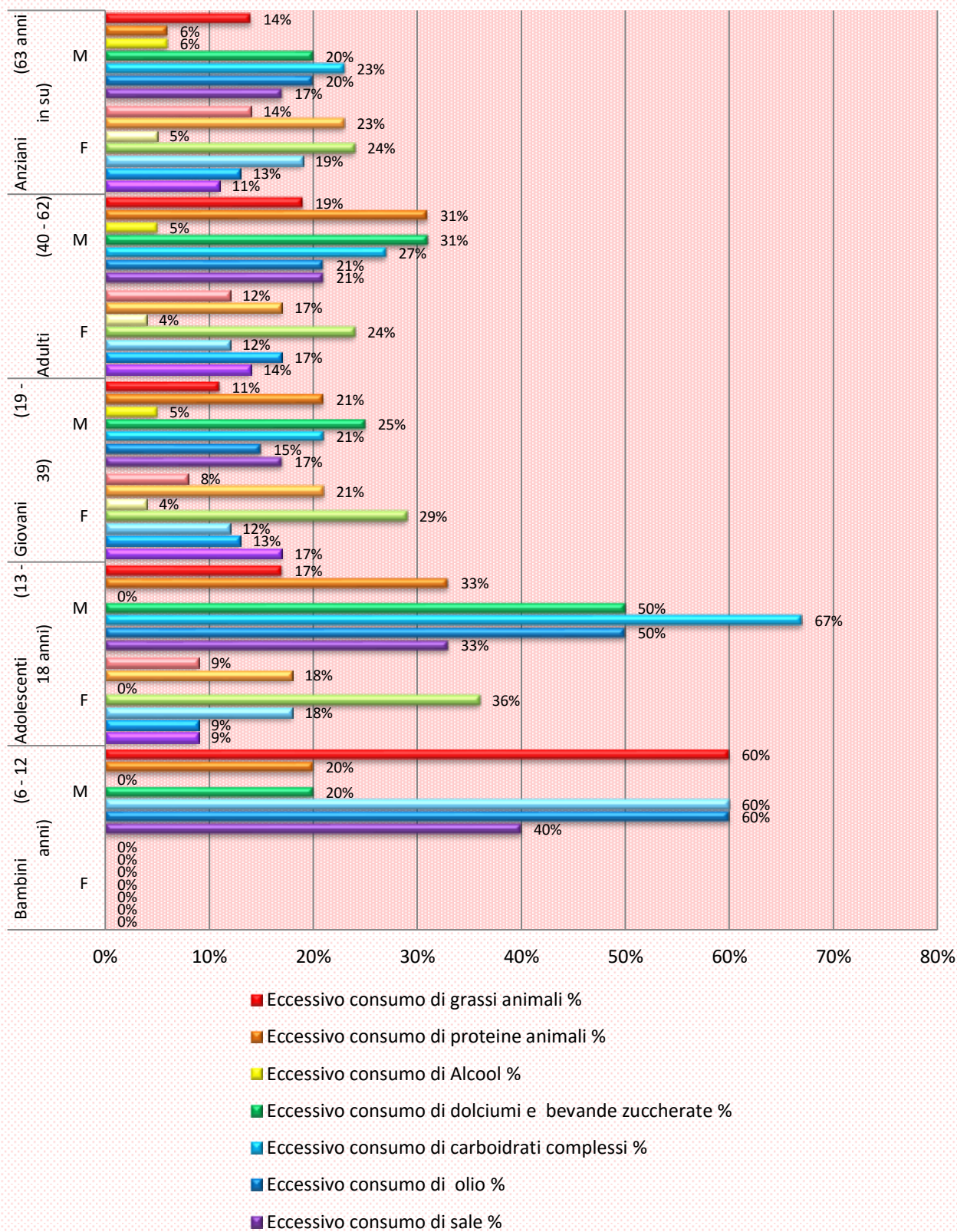
tab. 5.5

**Disordine alimentare per eccessivo consumo del campione del Nord diviso per sesso ed età**



tab. 5.6

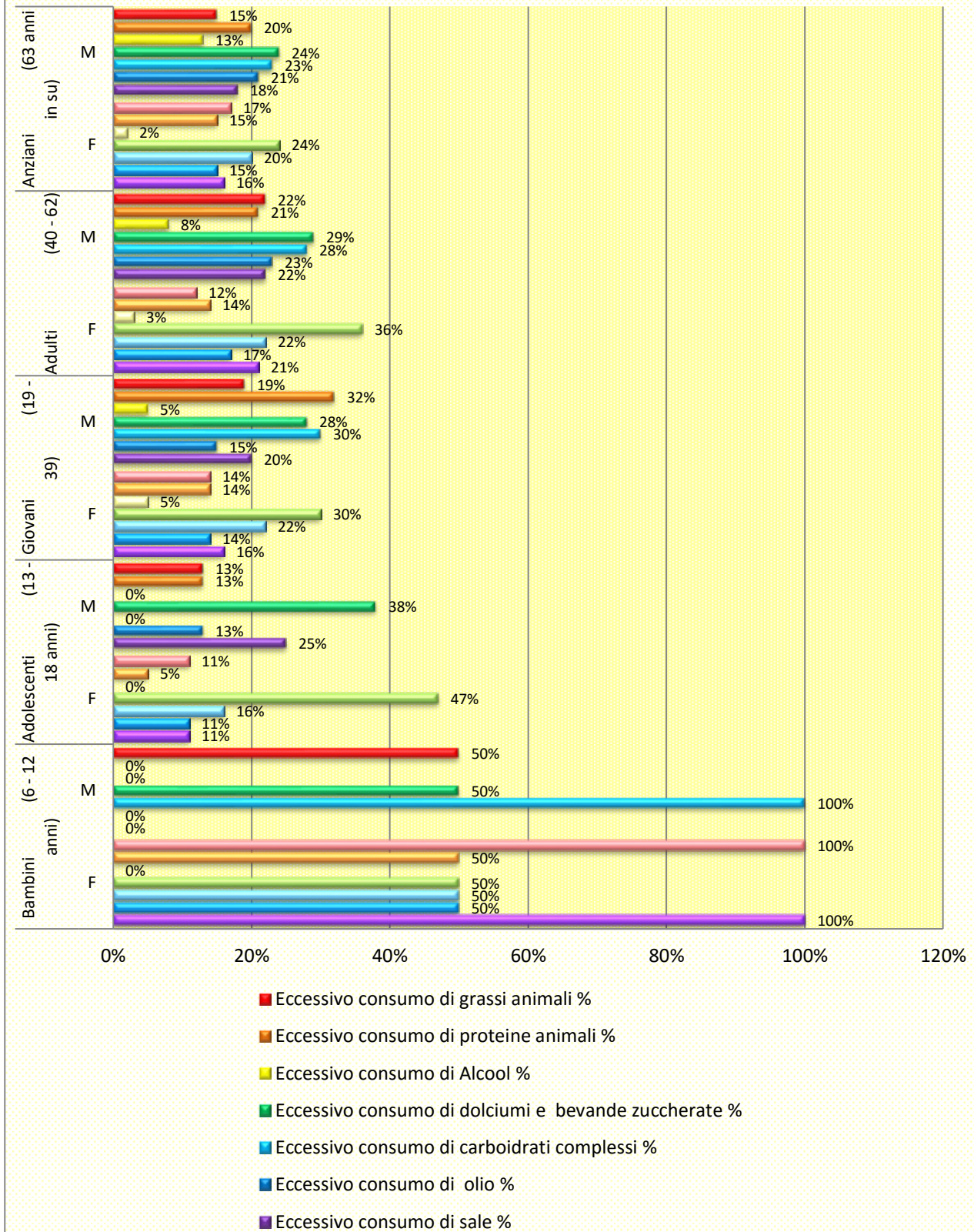
## Disordine alimentare per eccessivo consumo del campione del Centro diviso per sesso ed età



tab. 5.7



## Disordine alimentare per eccessivo consumo del campione del Sud diviso per sesso ed età



tab. 5.8

Disordine Alimentare per consumo eccessivo	sesso	% dati Nord			% dati Centro			% dati Sud		
		2016	2015	differenza	2016	2015	differenza	2016	2015	differenza
Eccessivo consumo di sale	F	17%	15%	● 2%	14%	21%	● -7%	19%	19%	● 0%
	M	20%	19%	● 1%	20%	20%	● 0%	20%	24%	● -4%
Eccessivo consumo di olio	F	14%	12%	● 2%	15%	22%	● -7%	16%	16%	● 0%
	M	19%	25%	● -6%	20%	29%	● -9%	20%	23%	● -3%
Eccessivo consumo di carboidrati complessi	F	21%	20%	● 1%	14%	22%	● -8%	22%	20%	● 2%
	M	30%	22%	● 8%	25%	24%	● 1%	27%	27%	● 0%
Eccessivo consumo di dolci e bevande zuccherate	F	30%	30%	● 0%	26%	29%	● -3%	33%	31%	● 2%
	M	29%	24%	● 5%	27%	21%	● 6%	28%	26%	● 2%
Eccessivo consumo di Alcool	F	8%	2%	● 6%	4%	5%	● -1%	3%	3%	● 0%
	M	13%	10%	● 3%	5%	10%	● -5%	9%	10%	● -1%
Eccessivo consumo di proteine animali	F	14%	20%	● -6%	18%	19%	● -1%	14%	14%	● 0%
	M	23%	18%	● 5%	23%	24%	● -1%	23%	22%	● 1%
Eccessivo consumo di grassi animali	F	11%	13%	● -2%	10%	18%	● -8%	14%	12%	● 2%
	M	18%	15%	● 3%	16%	19%	● -3%	19%	16%	● 3%

tab. 5.9

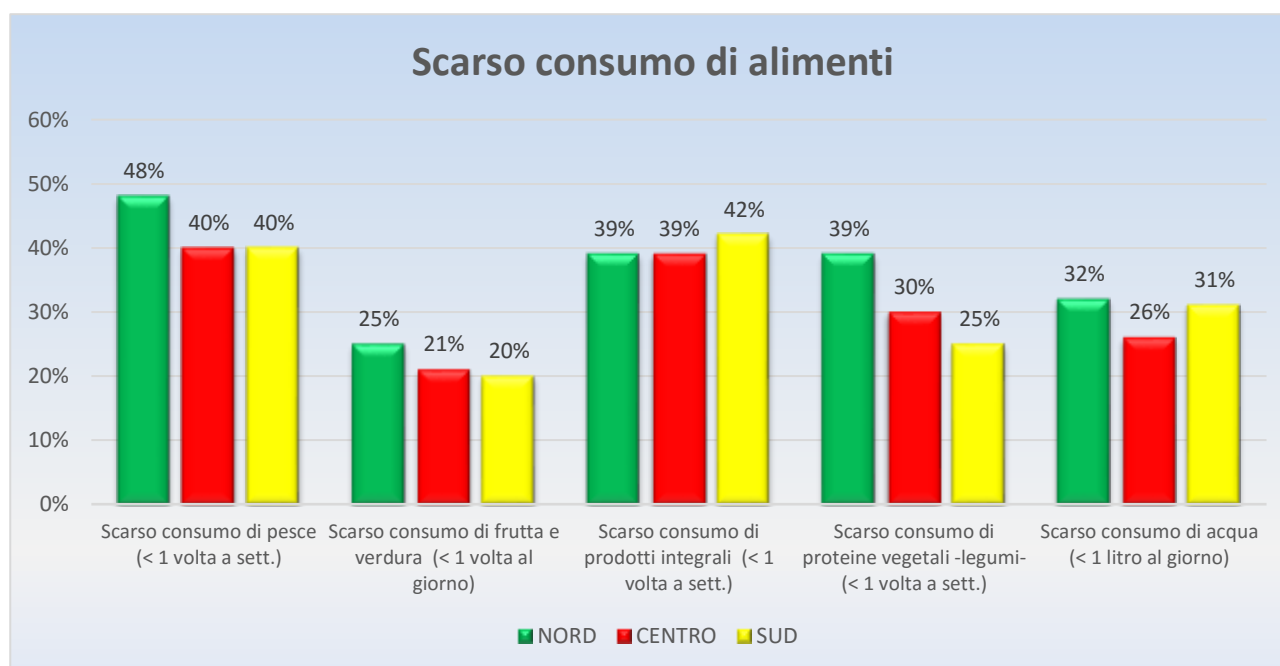
Il confronto dei dati tra gli anni presi in considerazione, ci porta ad affermare con estrema certezza che il *Centro* ha avuto un miglioramento nell'eccessivo consumo di alimenti oggetto di tale studio.

**5.2** La seconda domanda di quest'area tematica riguarda lo scarso consumo di pesce, frutta e verdura, prodotti integrali, proteine vegetali (legumi), acqua.

Dall'esame dei dati con la sola variabile *zona geografica*, le percentuali degli alimenti oggetto di studio sono più elevate per lo scarso consumo di pesce e di prodotti integrali. Sullo scarso consumo di proteine vegetali, il *Nord* eccede rispetto alle altre zone oggetto di esame. Per gli altri alimenti le percentuali sono pressoché livellate nelle tre zone di riferimento.

Disordine alimentare per scarso consumo	Nord			Centro			Sud		
	Totale campione	Dimensione Campione	%	Totale campione	Dimensione Campione	%	Totale campione	Dimensione Campione	%
Scarso consumo di pesce ( $\leq 1$ volta a sett.)	776	370	48%	708	282	40%	1179	467	40%
Scarso consumo di frutta e verdura ( $\leq 1$ volta al giorno)		192	25%		150	21%		233	20%
Scarso consumo di prodotti integrali ( $\leq 1$ volta a sett.)		301	39%		273	39%		496	42%
Scarso consumo di proteine vegetali - legumi- ( $\leq 1$ volta a sett.)		300	39%		211	30%		295	25%
Scarso consumo di acqua ( $\leq 1$ litro al giorno)		249	32%		187	26%		364	31%

tab. 5.10

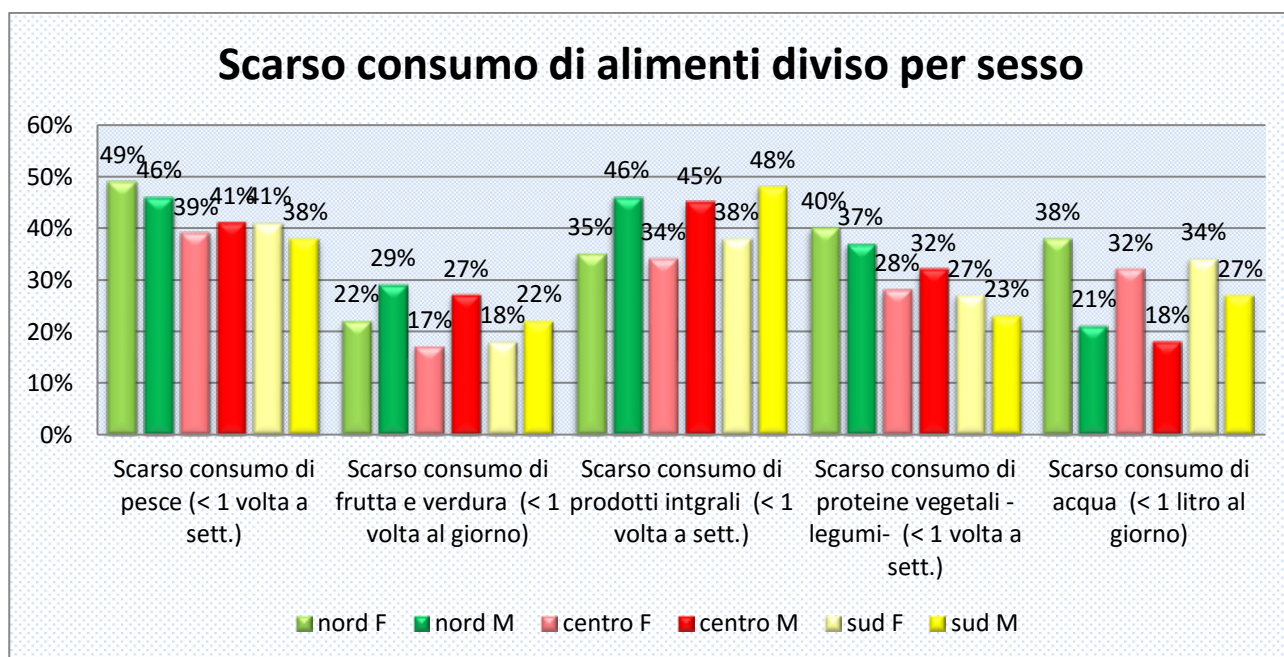


tab. 5.11

L'elaborazione dei dati con la seconda variabile ( *sesso* ) conferma sostanzialmente quanto già sviluppato e descritto in precedenza, evidenziando che lo scarso consumo di prodotti integrali trova la percentuale più alta nel campione di sesso maschile in tutte e tre le zone geografiche, mentre emerge che il campione di sesso femminile fa scarso consumo di acqua.

Disordine Alimentare per scarso consumo	Nord						Centro						Sud					
	Totale F	Totale M	F	% F	M	% M	Totale F	Totale M	F	% F	M	% M	Totale F	Totale M	F	% F	M	% M
Scarso consumo di pesce ( $\leq 1$ volta a sett.)	498	277	242	49%	128	46%	419	287	164	39%	117	41%	677	501	278	41%	189	38%
Scarso consumo di frutta e verdura ( $\leq 1$ volta al giorno)			112	22%	80	29%			72	17%	77	27%			124	18%	109	22%
Scarso consumo di prodotti integrali ( $\leq 1$ volta a sett.)			174	35%	127	46%			143	34%	129	45%			257	38%	239	48%
Scarso consumo di proteine vegetali -legumi- ( $\leq 1$ volta a sett.)			198	40%	102	37%			118	28%	92	32%			180	27%	115	23%
Scarso consumo di acqua ( $\leq 1$ litro al giorno)			190	38%	59	21%			133	32%	53	18%			230	34%	134	27%

tab. 5.12



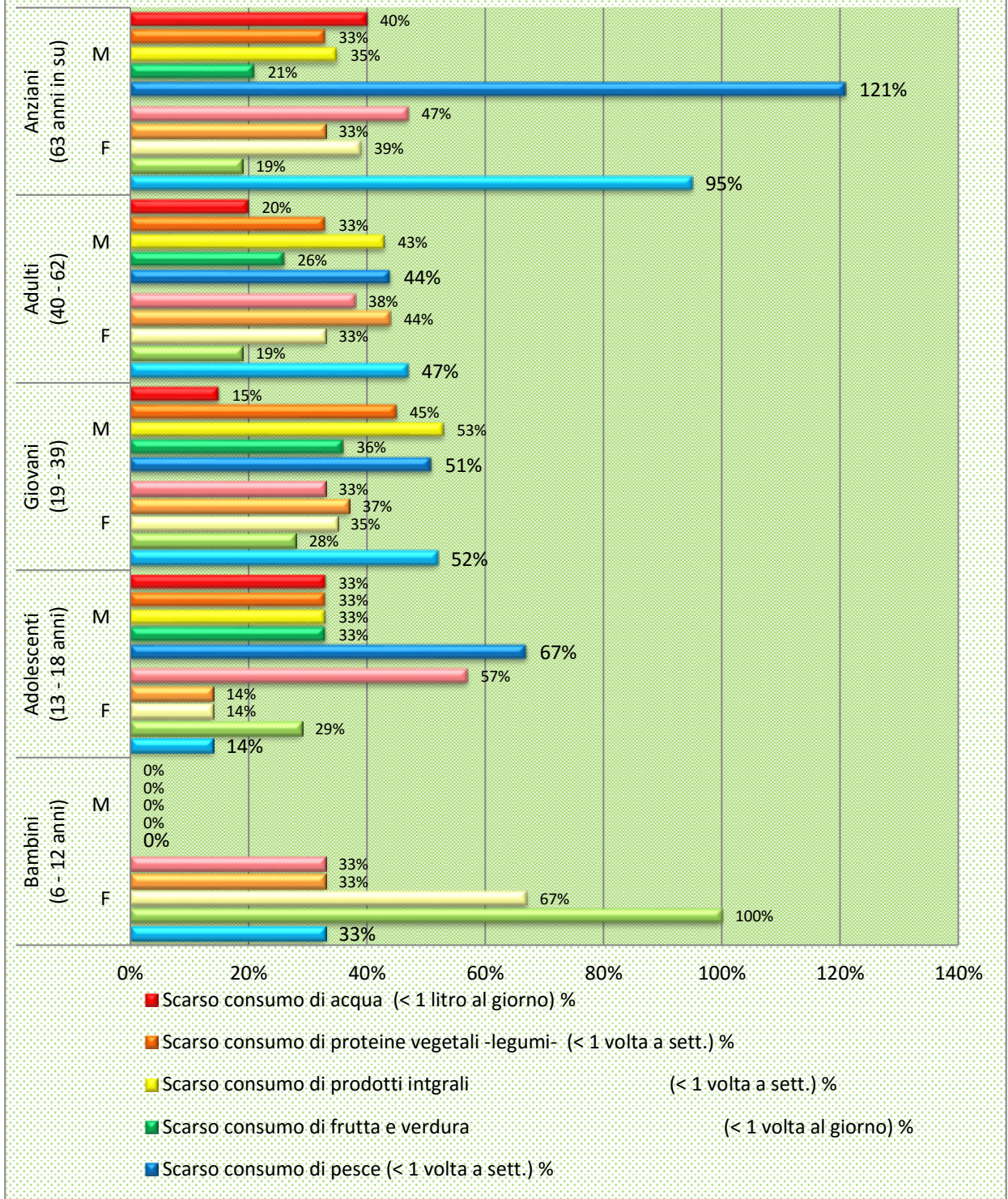
tab. 5.13

Inserendo la terza discriminante (*età anagrafica*) l'esame determinato dall'elaborazione dei dati conferma e dettaglia quanto già descritto.

Nord	sesso	TOT campione	Scarso consumo di pesce (< 1 volta a sett.)		Scarso consumo di frutta e verdura (< 1 volta al giorno)		Scarso consumo di prodotti integrali (< 1 volta a sett.)		Scarso consumo di proteine vegetali - legumi- (< 1 volta a sett.)		Scarso consumo di acqua (< 1 litro al giorno)	
			N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Bambini (6 - 12 anni)	F	3	1	33%	3	100%	2	67%	1	33%	1	33%
	M	1	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Adolescenti (13 - 18 anni)	F	7	1	14%	2	29%	1	14%	1	14%	4	57%
	M	3	2	67%	1	33%	1	33%	1	33%	1	33%
Giovani (19 - 39)	F	162	84	52%	45	28%	57	35%	60	37%	54	33%
	M	101	52	51%	36	36%	54	53%	45	45%	15	15%
Adulti (40 - 62)	F	239	112	47%	45	19%	79	33%	106	44%	90	38%
	M	129	57	44%	34	26%	56	43%	42	33%	26	20%
Anziani (63 anni in su)	F	88	84	95%	17	19%	34	39%	29	33%	41	47%
	M	43	52	121%	9	21%	15	35%	14	33%	17	40%
Centro	sesso	TOT campione	Scarso consumo di pesce (< 1 volta a sett.)		Scarso consumo di frutta e verdura (< 1 volta al giorno)		Scarso consumo di prodotti integrali (< 1 volta a sett.)		Scarso consumo di proteine vegetali - legumi- (< 1 volta a sett.)		Scarso consumo di acqua (< 1 litro al giorno)	
			N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Bambini (6 - 12 anni)	F	3	1	33%	0	0%	0	0%	0	0%	1	33%
	M	5	2	40%	2	40%	2	40%	1	20%	0	0%
Adolescenti (13 - 18 anni)	F	11	5	45%	5	45%	7	64%	3	27%	5	45%
	M	6	4	67%	3	50%	2	33%	4	67%	0	0%
Giovani (19 - 39)	F	126	53	42%	25	20%	41	33%	34	27%	33	26%
	M	75	31	41%	24	32%	27	36%	24	32%	11	15%
Adulti (40 - 62)	F	197	72	37%	35	18%	69	35%	55	28%	63	32%
	M	136	60	44%	38	28%	68	50%	46	34%	22	16%
Anziani (63 anni in su)	F	80	33	41%	7	9%	26	33%	26	33%	31	39%
	M	64	20	31%	10	16%	30	47%	17	27%	20	31%
Sud	sesso	TOT campione	Scarso consumo di pesce (< 1 volta a sett.)		Scarso consumo di frutta e verdura (< 1 volta al giorno)		Scarso consumo di prodotti integrali (< 1 volta a sett.)		Scarso consumo di proteine vegetali - legumi- (< 1 volta a sett.)		Scarso consumo di acqua (< 1 litro al giorno)	
			N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Bambini (6 - 12 anni)	F	2	2	100%	1	50%	1	50%	1	50%	0	0%
	M	2	2	100%	0	0%	1	50%	0	0%	0	0%
Adolescenti (13 - 18 anni)	F	19	8	42%	7	37%	8	42%	7	37%	9	47%
	M	8	4	50%	3	38%	5	63%	3	38%	2	25%
Giovani (19 - 39)	F	211	92	44%	49	23%	78	37%	63	30%	68	32%
	M	133	60	45%	44	33%	63	47%	33	25%	33	25%
Adulti (40 - 62)	F	316	133	42%	53	17%	124	39%	84	27%	113	36%
	M	221	88	40%	47	21%	100	45%	63	29%	63	29%
Anziani (63 anni in su)	F	127	42	33%	14	11%	46	36%	24	19%	40	31%
	M	137	35	26%	14	10%	70	51%	16	12%	36	26%

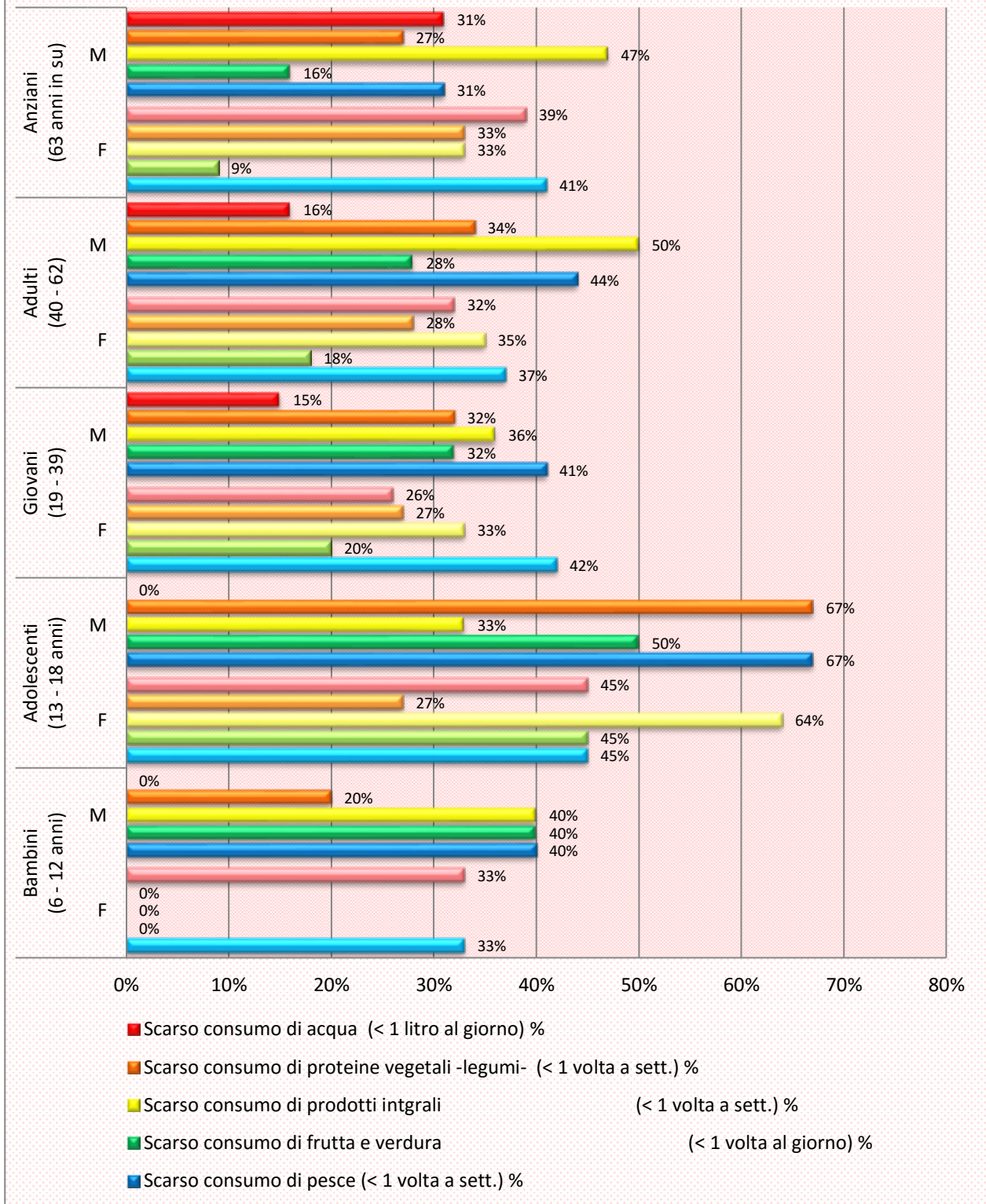
tab. 5.14

### Scarso consumo di alimenti del campione del Nord diviso per sesso ed età



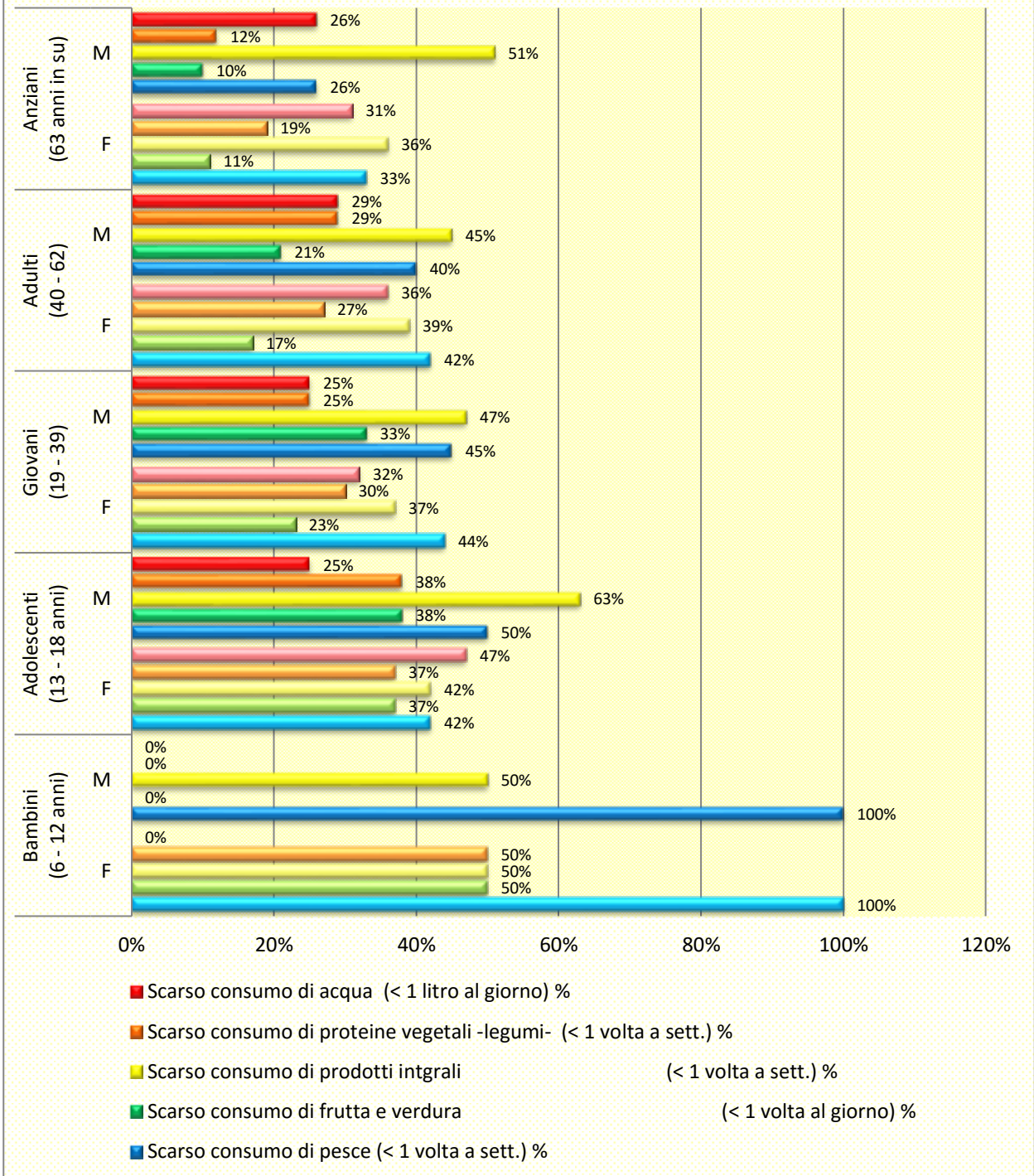
tab. 5.15

### Scarso consumo di alimenti del campione del Centro diviso per sesso ed età



tab. 5.16

### Scarso consumo di alimenti del campione del Sud diviso per sesso ed età



tab. 5.17



Esaminando i picchi di scarso consumo degli alimenti presi in considerazione, notiamo che:

- al *Nord* la fascia d'età *bambini* eccede nello scarso consumo di frutta e verdura, mentre gli *anziani* nello scarso consumo di pesce;
- al *Centro* gli eccessi provengono tutti dalla fascia d'età *adolescenti* e nello specifico per lo scarso consumo di proteine vegetali, prodotti integrali e pesce;
- al *Sud* il picco più alto si ha nella fascia d'età dei *bambini* sullo scarso consumo di pesce.

Per tutti gli altri alimenti i consumi per tutte le altre fasce d'età e per le tre zone geografiche sono equivalenti.

Disordine Alimentare	sesso	% dati Nord			% dati Centro			% dati Sud		
		2016	2015	differenza	2016	2015	differenza	2016	2015	differenza
Scarso consumo di pesce (< 1 volta a sett.)	F	49%	38%	● 11%	39%	37%	● 2%	41%	38%	● 3%
	M	46%	39%	● 7%	41%	33%	● 8%	38%	32%	● 6%
Scarso consumo di frutta e verdura (< 1 volta al giorno)	F	22%	16%	● 6%	17%	14%	● 3%	18%	16%	● 2%
	M	29%	26%	● 3%	27%	14%	● 13%	22%	23%	● -1%
Scarso consumo di prodotti integrali (< 1 volta a sett.)	F	35%	25%	● 10%	34%	39%	● -5%	38%	32%	● 6%
	M	46%	35%	● 11%	45%	40%	● 5%	48%	45%	● 3%
Scarso consumo di proteine vegetali - legumi- (< 1 volta a sett.)	F	40%	31%	● 9%	28%	29%	● -1%	27%	21%	● 6%
	M	37%	28%	● 9%	32%	24%	● 8%	23%	23%	● 0%
Scarso consumo di acqua (< 1 litro al giorno)	F	38%	22%	● 16%	32%	32%	● 0%	34%	31%	● 3%
	M	21%	17%	● 4%	18%	28%	● -10%	27%	26%	● 1%

tab. 5.18

Il confronto dei dati ci porta a osservare che il *Nord* ha avuto un peggioramento nel consumo di tutti gli alimenti oggetto del presente studio; al *Centro* troviamo un miglioramento da parte del campione di sesso femminile sul consumo di prodotti integrali e sul consumo di proteine vegetali, mentre migliora la percentuale di consumo di acqua per il campione di sesso maschile; nel *Sud* il campione di sesso maschile migliora il consumo di frutta e verdura e acqua, per il resto dei cibi sia al *Centro* sia al *Sud* vi è un peggioramento.

## PRINCIPALI MEZZI DI INFORMAZIONE NUTRIZIONALI

Alimentazione e nutrizione sono argomenti di grande interesse: l'attenzione del grande pubblico per questo tipo di informazioni è quasi incontentabile e non passa settimana senza che occupino i titoli dei mezzi di comunicazione.

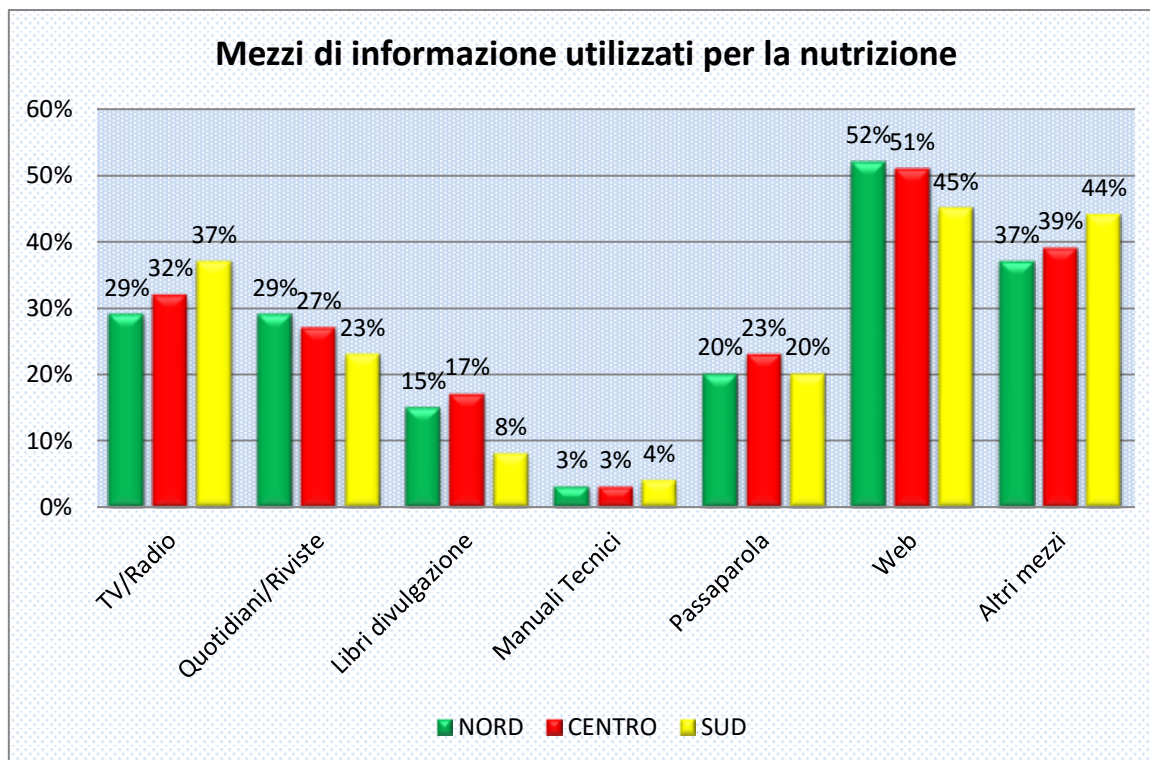
I mezzi di informazione con i quali i consumatori italiani vengono in contatto con la nutrizione sono stati oggetto di questa ricerca.

Anche questa domanda è stata articolata nella forma di una lista dei mezzi di comunicazione più utilizzati, dove erano presenti: TV/radio, quotidiani/riviste, libri/divulgazione, manuali tecnici, passaparola, e altri mezzi

Con la sola variabile zona geografica, è emersa una certa omogeneità in merito alle fonti utilizzate dal campione intervistato in tutto il territorio nazionale per ottenere informazioni sull'alimentazione e sulla salute. In ordine di consultazione sono: il web, gli altri mezzi (dove nelle specifiche risulta molto consultato il medico di famiglia e il nutrizionista), la televisione e la radio, le riviste e i giornali, il passaparola, libri e divulgazione e in ultimo i manuali tecnici.

	Nord		Centro		Sud	
	Dimensione Campione	%	Dimensione Campione	%	Dimensione Campione	%
TV/radio	197	29%	186	32%	358	37%
Quotidiani/riviste	198	29%	158	27%	222	23%
Libri divulgazione	104	15%	96	17%	82	8%
Manuali tecnici	24	3%	18	3%	34	4%
Passaparola	134	20%	132	23%	198	20%
Web	355	52%	296	51%	439	45%
Altri mezzi	253	37%	224	39%	429	44%

*tab. 6.1*



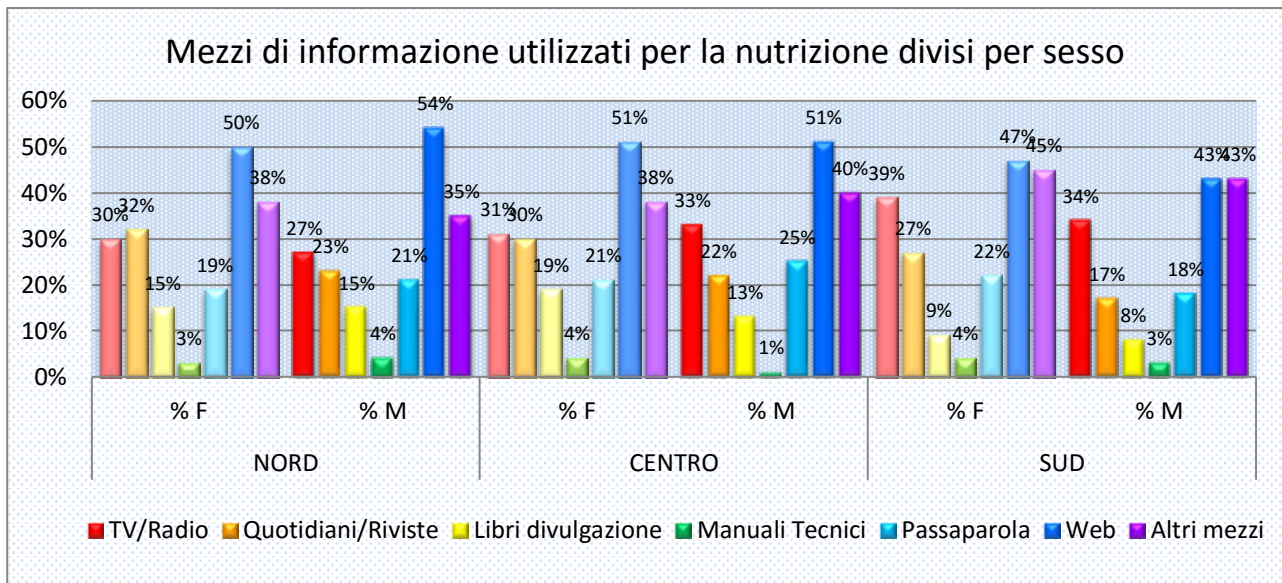
tab. 6.2

Questi risultati dimostrano che la popolazione ha accesso a una grande varietà di fonti di informazione in materia di nutrizione, dove in modo particolare negli altri mezzi (dal 37% al 44%) si riconosce autorevolezza e qualità principalmente agli specialisti, con una percentuale del 30% delle consultazioni.

L'aggiunta della seconda variabile (sesso) conferma quanto esplicitato in precedenza.

	Nord				Centro				Sud			
	Dimensione Campione F	%	Dimensione Campione M	%	Dimensione Campione F	%	Dimensione Campione M	%	Dimensione Campione F	%	Dimensione Campione M	%
TV/radio	135	30%	62	27%	112	31%	73	33%	223	39%	135	34%
Quotidiani/riviste	144	32%	53	23%	108	30%	49	22%	152	27%	70	17%
Libri divulgazione	70	15%	34	15%	66	19%	29	13%	50	9%	32	8%
Manuali recnici	14	3%	10	4%	16	4%	2	1%	20	4%	14	3%
Passaparola	85	19%	49	21%	76	21%	55	25%	124	22%	74	18%
Web	230	50%	124	54%	183	51%	112	51%	266	47%	173	43%
Altri mezzi	173	38%	80	35%	135	38%	89	40%	257	45%	172	43%

tab. 6.3



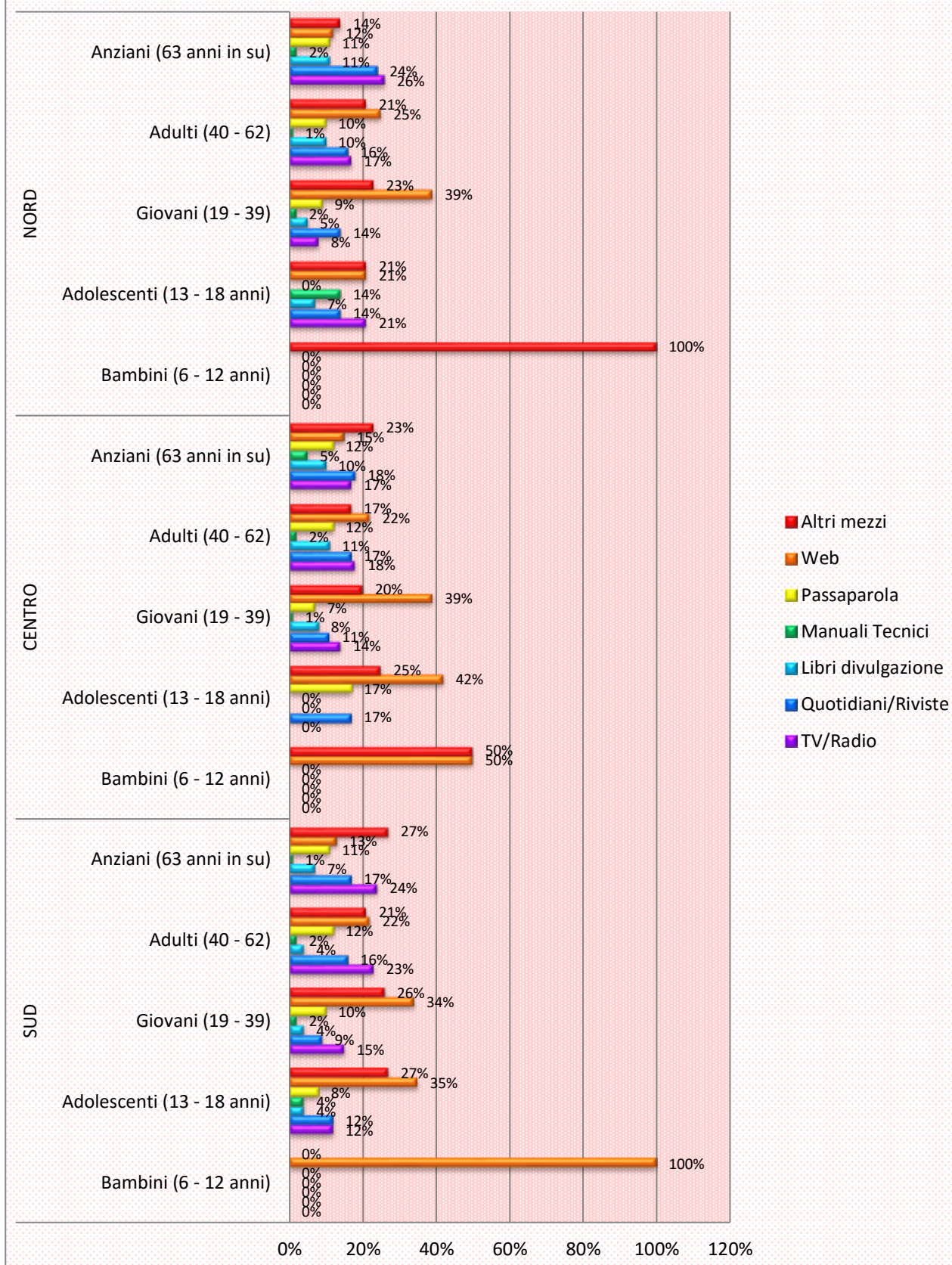
tab. 6.4

L'aggiunta della terza variabile, età anagrafica, ha rivelato che tutte le categorie sono attente al tema, nessuno ha mostrato disinteresse assoluto.

Nord	Campione di sesso femminile														TOTALE
	TV/Radio		Quotidiani e Riviste		Libri Divulgazione		Manuali tecnici		Passaparola		Web		Altri Mezzi		
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
Bambini (6 - 12 anni)	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	2	100%	2
Adolescenti (13 - 18 anni)	3	21%	2	14%	1	7%	2	14%	0	0%	3	21%	3	21%	14
Giovani (19 - 39)	22	8%	37	14%	12	5%	4	2%	24	9%	103	39%	59	23%	261
Adulti (40 - 62)	71	17%	69	16%	41	10%	5	1%	44	10%	106	25%	88	21%	424
Anziani (63 anni in su)	39	26%	36	24%	16	11%	3	2%	17	11%	18	12%	21	14%	150
Centro	Campione di sesso femminile														TOTALE
	TV/Radio		Quotidiani e Riviste		Libri Divulgazione		Manuali tecnici		Passaparola		Web		Altri Mezzi		
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
Bambini (6 - 12 anni)	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	1	50%	1	50%	2
Adolescenti (13 - 18 anni)	0	0%	2	17%	0	0%	0	0%	2	17%	5	42%	3	25%	12
Giovani (19 - 39)	28	14%	22	11%	16	8%	3	1%	15	7%	79	39%	41	20%	204
Adulti (40 - 62)	63	18%	61	17%	38	11%	7	2%	44	12%	79	22%	61	17%	353
Anziani (63 anni in su)	21	17%	23	18%	12	10%	6	5%	15	12%	19	15%	29	23%	125
Sud	Campione di sesso femminile														TOTALE
	TV/Radio		Quotidiani e Riviste		Libri Divulgazione		Manuali tecnici		Passaparola		Web		Altri Mezzi		
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
Bambini (6 - 12 anni)	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	1	100%	0	0%	1
Adolescenti (13 - 18 anni)	3	12%	3	12%	1	4%	1	4%	2	8%	9	35%	7	27%	26
Giovani (19 - 39)	49	15%	29	9%	13	4%	8	2%	32	10%	108	34%	83	26%	322
Adulti (40 - 62)	126	23%	88	16%	23	4%	10	2%	69	12%	123	22%	116	21%	555
Anziani (63 anni in su)	45	24%	32	17%	13	7%	1	1%	21	11%	25	13%	50	27%	187

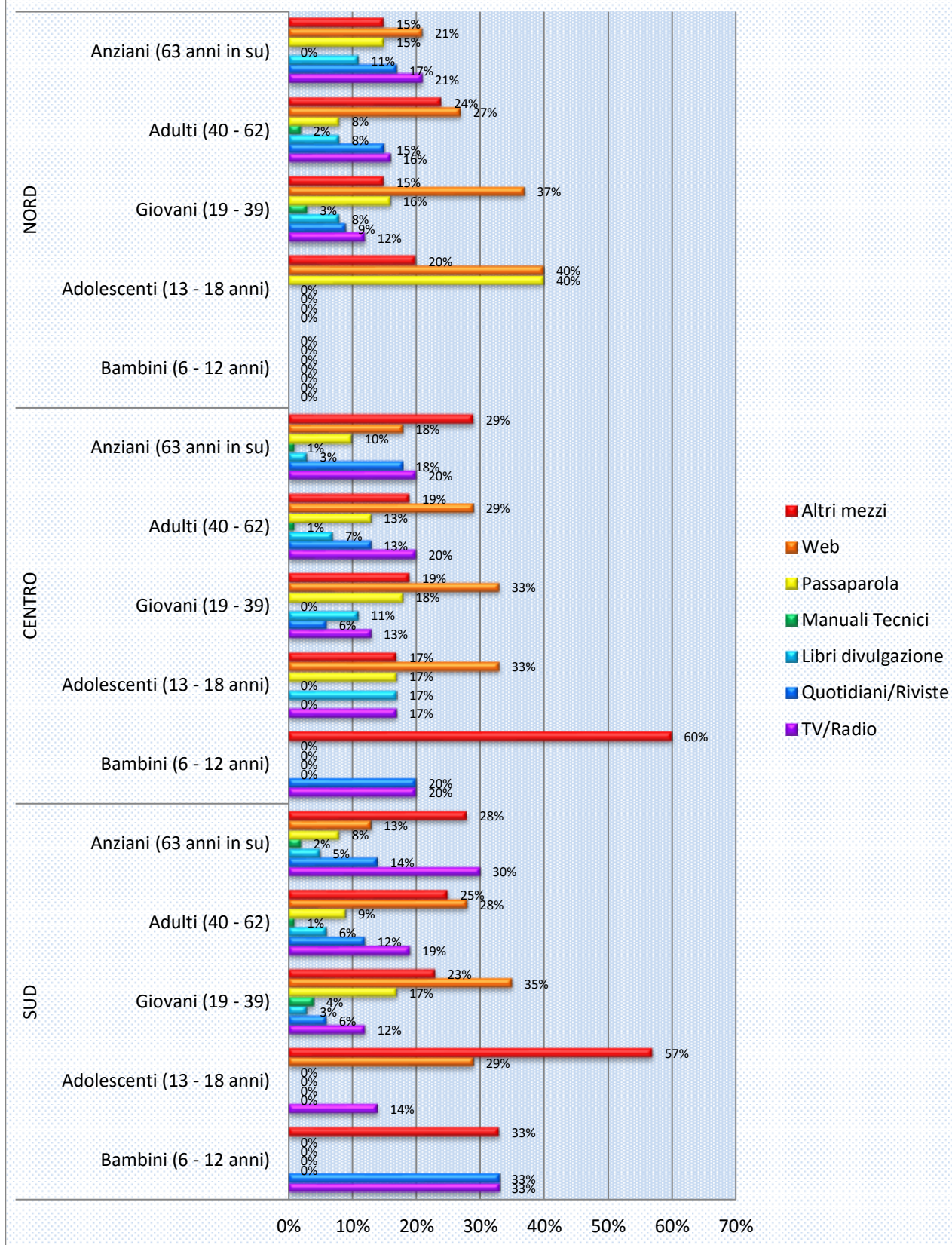
tab. 6.5

## Mezzi di informazione utilizzati per la nutrizione dal campione di sesso femminile diviso per età



tab. 6.6

## Mezzi di informazione utilizzati per la nutrizione dal campione di sesso maschile diviso per età



tab. 6.7

Mezzo di informazione	sesso	% dati Nord			% dati Centro			% dati Sud		
		2016	2015	differenza	2016	2015	differenza	2016	2015	differenza
TV/Radio	F	30%	30%	● 0%	31%	32%	● -1%	39%	34%	● 5%
	M	27%	27%	● 0%	32%	33%	● -1%	34%	31%	● 3%
Quotidiani/riviste	F	32%	33%	● -1%	30%	22%	● 8%	27%	26%	● 1%
	M	23%	20%	● 3%	22%	22%	● 0%	17%	19%	● -2%
Libri /Divulgazione	F	15%	19%	● -4%	19%	8%	● 11%	9%	11%	● -2%
	M	15%	15%	● 0%	13%	7%	● 6%	8%	8%	● 0%
Manuali tecnici	F	3%	7%	● -4%	4%	3%	● 1%	4%	5%	● -1%
	M	4%	6%	● -2%	1%	3%	● -2%	3%	6%	● -3%
Passaparola	F	19%	24%	● -5%	21%	19%	● 2%	22%	19%	● 3%
	M	21%	23%	● -2%	25%	21%	● 4%	18%	19%	● -1%
Web	F	50%	44%	● 6%	51%	32%	● 19%	47%	36%	● 11%
	M	54%	41%	● 13%	51%	32%	● 19%	43%	27%	● 16%
Altri Mezzi	F	38%	7%	● 31%	38%	5%	● 33%	45%	3%	● 42%
	M	35%	6%	● 29%	40%	2%	● 38%	43%	4%	● 39%

tab. 6.8

Il confronto dei dati ci dimostra che il campione della zona geografica del *Nord* ha incrementato il modo di informarsi sulla nutrizione attraverso il web e gli altri mezzi; il campione del *Centro* invece ha ampliato il grado di interesse attraverso quasi tutti i mezzi di comunicazione oggetto del presente studio; un incremento lo ha avuto anche il campione del *Sud* ma limitatamente ai mezzi visivi o di comunicazione interpersonale, escludendo quindi la carta stampata a qualsiasi titolo.