

Come mangiano i varesini? Gli alunni sondano usi e gusti

Pubblicato: Giovedì 26 Maggio 2016



Come mangiano gli italiani? Anzi, **come mangiano i residenti del nostro territorio?** È una domanda che si sono posti gli alunni dei comprensivi gli **Istituti Comprensivi “Galilei” di Tradate e “Marconi” di Venegono**, che, insieme all’**Isiss Don Milani** hanno affrontato il tema dell’**alimentazione e del mangiar sano all’insegna del “Made in Italy”** durante [la serata del 23 maggio a Torba](#) con il divulgatore scientifico della Fondazione Umberto Veronesi, **Marco Bianchi**.

Nel corso dell’incontro, i ragazzi della secondaria di primo grado hanno presentato i risultati di **un sondaggio on line effettuato tra 655 persone**, adulti e ragazzi, uomini e donne, per capire quali sono le abitudini.

I risultati evidenziano una cultura dell’alimentazione sana ancora un po’ lacunosa, dove salute e benessere non sono tra gli elementi che indirizzano la scelta dei cibi.

Secondo l’analisi effettuata dai docenti sui risultati ottenuti, **la colazione è un pasto abbastanza diffuso**: l’89% degli adulti e il 78% dei ragazzi afferma di mangiare qualcosa appena svegli. Tra i giovani, saltano soprattutto le ragazze cosa che si inverte una volta adulti.

A colazione, per entrambe le categorie, è preponderante **il consumo di dolce confezionato** (circa 50%); per gli adulti si nota anche una significativa percentuale (31%) di dolce fatto in casa (negli over 55 è preponderante dolce e salato fatto in casa: complessivamente oltre il 60%). **Cala, invece, il consumo di latte da 82% adulti a 59% ragazzi.**

A metà mattinata o pomeriggio, **sono soprattutto le nuove generazioni a fermarsi per una pausa** : gli over 55 raramente la fanno

Solo il 9% dei ragazzi pranza prima delle 13:00 contro il 55% degli adulti; stessa osservazione per la cena dove vi è una **maggior percentuale di ragazzi dopo le 20:00**.

In merito alla frequenza di consumo dei cibi si osserva nei ragazzi un **maggior consumo di carni, un minor consumo di latte/latticini** e una parziale riduzione del consumo di frutta e verdura.

I piatti preferiti tra bambini e ragazzi sono pizza e lasagne (ma compaiono anche sushi e kebab); pasta, risotto e lasagne **tra gli adulti** come vuole la tradizione italiana.



La frequentazione dei **fast-food**, secondo le aspettative, ha un andamento inverso rispetto l'età (i ragazzi vanno con maggior frequenza; gli over 55 hanno un 65% che non va mai). Chi influenza di più le scelte alimentari è la famiglia per il 72%.

I ragazzi prestano per lo più attenzione **alla dieta per sport (32%)** mentre **gli over 55 per salute/allergie/intolleranze (43%)**.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it