

## La lotta allo spreco alimentare e la svolta verso la sostenibilità

**Pubblicato:** Lunedì 5 Febbraio 2024



Il 5 febbraio, l'Italia celebra la **Giornata nazionale di prevenzione dello spreco alimentare**, un appuntamento cruciale per riflettere sull'importanza di adottare comportamenti più sostenibili e responsabili in cucina. Questa giornata si inserisce in un contesto globale che mira al raggiungimento degli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile dell'Agenda ONU 2030, con l'ambizioso obiettivo di dimezzare lo spreco alimentare entro il 2030, specificatamente l'obiettivo 12.3.

Recenti dati indicano un incoraggiante **calo del 12% dello spreco alimentare** nelle case italiane rispetto all'anno precedente. Nel 2022, ogni italiano ha gettato via una media di 75 grammi di cibo al giorno, equivalente a poco più di 27 chili all'anno. Tuttavia, l'attenzione si concentra sulle disparità regionali e demografiche: il Sud Italia registra uno spreco superiore dell'8% rispetto alla media nazionale, e le famiglie senza figli sprechano il 38% in più rispetto alla media.

Lo spreco alimentare non riguarda soltanto le famiglie, ma **si estende lungo tutta la filiera produttiva**, dalle perdite in campo agli sprechi nell'industria e nella distribuzione, con oltre 4 milioni di tonnellate di cibo sprecate nel 2022, per un valore di 9 miliardi di euro.

L'aumento dei prezzi e dei rincari delle bollette ha influito sulle abitudini alimentari degli italiani, spingendoli verso scelte più sostenibili: il 35% degli intervistati ha aumentato il consumo di legumi e prodotti vegetali, riducendo l'assunzione di carne. Inoltre, il 29% privilegia l'acquisto di prodotti a chilometro zero, riducendo il consumo fuori casa per contenere le spese.

Questi cambiamenti di abitudini sono anche una risposta diretta all'inflazione, con un occhio di riguardo alla qualità alimentare e alla salute. Gli italiani sono infatti più propensi a tagliare i consumi energetici e di abbigliamento piuttosto che sacrificare l'alimentazione.

La prevenzione dello spreco alimentare è cruciale non solo per motivi economici ma anche ambientali. **Ridurre lo spreco significa garantire più cibo per tutti**, diminuire le emissioni di gas serra e alleggerire la pressione sulle risorse naturali. Ogni cittadino può contribuire attivamente a questo cambiamento attraverso semplici gesti quotidiani: acquistare consapevolmente, utilizzare al meglio gli spazi di conservazione come frigo e freezer, e cucinare porzioni adeguate.

È indispensabile promuovere una cultura della sostenibilità a tavola per proteggere il nostro pianeta e migliorare la nostra salute. La Giornata nazionale di prevenzione dello spreco alimentare rappresenta un'occasione per riflettere su come i nostri comportamenti in cucina possano fare la differenza, sottolineando l'importanza di un'azione collettiva verso un futuro più sostenibile. **La Lotta allo Spreco Alimentare e la Svolta Verso la Sostenibilità**

Redazione VareseNews  
redazione@varesenews.it