

COLDIRETTI: PER IL COVID IL 44 PER CENTO DEGLI ITALIANI SONO AUMENTATI DI PESO

La ricerca della fondazione Adi spiega che nelle scelte alimentari hanno influito smart working e cassa integrazione. Il 44% degli italiani è aumentato di peso a causa del Covid, tra lo smart working, le limitazioni imposte dal lockdown e la maggiore tendenza a dedicarsi alla cucina. E' quanto emerge da una analisi di Coldiretti su dati Crea, il Centro di ricerca alimenti e nutrizione, diffusa in occasione dell'Obesity Day 2020 che si celebra in tutto il mondo il 10 ottobre in piena pandemia con il varo di nuove misure restrittive. La pandemia ha imposto un cambiamento radicale delle abitudini di vita e di consumo - sottolinea Coldiretti - che ha avuto effetto anche sulla bilancia, dove la tendenza a mangiare di più, spinta dal maggior tempo trascorso fra le mura di casa, non è stata compensata da una adeguata attività fisica. Computer, divano e tavola hanno, infatti, tenuto lontano dal moto e dallo sport - rileva Coldiretti - addirittura il 53% degli italiani.

Smart working La situazione peggiora per le persone obese - continua la Coldiretti -, soprattutto per quelle collocate in smart working e in cassa integrazione, che nel 54% dei casi ha registrato un aumento medio di peso di ben 4 chilogrammi, secondo una ricerca della Fondazione Adi dell'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica. Soprattutto per questa fascia di popolazione il "lavoro agile" ha favorito l'adozione di comportamenti poco salutari, come mangiare scorrettamente e diminuire l'attività fisica. Ma l'aumento di peso è legato - nota la Coldiretti - anche alla maggiore tendenza a cucinare per sé e per i familiari, con lo smart working che ha spostato fra le mura domestiche tutti gli intervalli del tradizionale orario di lavoro con la necessità di organizzarsi a casa per i pasti e magari anche per gli aperitivi di fine giornata. Il risultato è un aumento di 10 miliardi di euro della spesa alimentare nelle case degli italiani nel 2020, secondo una analisi Coldiretti su dati Ismea.

Aumentati consumi di birra e vino Nel carrello degli italiani si è verificato così - precisa la Coldiretti - un incremento del 9,4% degli acquisti al dettaglio di vino e del 16,2% per la birra, ma anche dei salumi che crescono del 10,2% e dei formaggi per cui si segnala un incremento del 12,5% nei primi sei mesi dell'anno. Crescita boom per le uova - continua la Coldiretti - che segnano un +22% mentre gli acquisti di farina sono cresciuti del 59% per effetto della tendenza degli italiani a sbizzarrirsi in cucina preparando pasta, torte, pizze e biscotti. Un comportamento che ha reso necessario per molti italiani adottare un regime alimentare di recupero e 'sgonfiamento' in un Paese dove peraltro più di un terzo della popolazione italiana adulta - evidenzia la Coldiretti - è in sovrappeso, mentre una persona su dieci è obesa (9,8%) con il 45,1% di persone dai 18 anni in avanti in eccesso ponderale secondo l'Istituto superiore di sanità. Il rischio obesità non risparmia neanche bambini e adolescenti duramente provati dal lockdown. In Italia si stimano - conclude la Coldiretti - circa 2 milioni e 130 mila bambini e adolescenti in eccesso di peso, pari al 25,2% della popolazione di 3-17 anni secondo l'Istat.

[COLDIRETTI: PER IL COVID IL 44 PER CENTO DEGLI ITALIANI SONO AUMENTATI DI PESO]