La pausa pranzo salutista? Passa dallo smartphone

pausa-pranzo-fef821ef

I risultati della nuova edizione **Barometro FOOD**, la ricerca svolta da **Edenred** a livello internazionale per mappare le abitudini dei lavoratori in pausa pranzo, evidenziano per la prima volta un nuovo trend: ristoratori (46%) e dipendenti (50%) considerano i **tool digitali come preziosi alleati per condurre una sana alimentazione**. Edenred, come coordinatore del consorzio pubblicoprivato europeo **FOOD (Fighting Obesity through Offer and Demand)** ha intervistato quest'anno oltre 20mila lavoratori – quasi il doppio rispetto al 2016 – e circa 1.300 ristoratori di otto Paesi europei: Austria, Belgio, Repubblica Ceca, Francia, Italia, Portogallo, Slovacchia, Svizzera e Spagna. La società effettua in Europa il sondaggio FOOD dal 2012 allo scopo di valutare le esigenze dei lavoratori e stimolare i ristoratori a offrire pasti maggiormente bilanciati. Le tendenze osservate in questi anni comprendono un aumento significativo tra operatori e consumatori della consapevolezza dei vantaggi derivanti dal consumo di una dieta equilibrata.

Alcuni dati sull'Italia emersi dallo studio - Lavoratori italiani: lo **smartphone**? Un po' bilancia, un po' nutrizionista sempre in tasca. Per il 44% degli intervistati i tool digitali possono aiutare ad avere un'alimentazione più sana. Le app possono contribuire a una dieta più equilibrata fornendo **ricette e suggerimenti nutrizionali bilanciati** (41%) o **tenendo il conto delle calorie** (31%). Per il 53% l'azienda può contribuire a promuovere stili di vita sani incoraggiando i dipendenti a fare attività o fornendo frutta fresca gratuitamente (37%). Il 46% impiega la propria pausa pranzo in un ristorante esterno al luogo di lavoro e consumando un pranzo completo. Il 61% adotta accorgimenti sulla riduzione del sale negli alimenti e il 65% beve acqua durante il pranzo. Il **ristorante ideale per i lavoratori** è vicino al posto di lavoro (56%), ha una buona offerta di pasti di qualità elevata (60%) e utilizza prodotti locali e stagionali (42%). Il 59% degli intervistati è portato a scegliere un piatto dal valore nutrizionale equilibrato

Ristoratori italiani: sì alle app e a uno staff qualificato per far fronte alla domanda di pasti salutisti - Per 31% dei ristoratori le app possono aiutare a seguire uno stile di vita sano se forniscono suggerimenti su un'alimentazione corretta e ricette salutari. Il 57% degli intervistati dichiara di avere uno staff preparato nel fornire informazioni su un'alimentazione sana; il 32% avverte un aumento nella domanda e nella vendita di pasti equilibrati; il 37% ritiene che i clienti apprezzerebbero un'offerta maggiore di piatti sani ed equilibrati.

Highlights internazionali - Emerge a livello internazionale l'interesse per le nuove tecnologie per condurre uno stile di vita sano: per il 50% dei dipendenti intervistati, i tool digitali sono d'aiuto per adottare abitudini alimentari più sane. Per il 46% dei ristoratori le app sono utili a soddisfare con maggior efficienza la richiesta di pasti equilibrati espressa dalla clientela.

Questo punto del sondaggio ha raccolto **risposte molto differenti a seconda dei Paesi:** mentre metà dei lavoratori di Portogallo, Slovacchia, Italia, Spagna e Repubblica Ceca ha indicato nelle nuove tecnologie uno strumento prezioso per promuovere stili alimentari più bilanciati, il 42% dei dipendenti francesi non le considera utili. Opinioni simili sono state espresse dai ristoratori: oltre la metà dei ristoratori di Portogallo, Spagna, Slovacchia e Italia ritiene che le nuove tecnologie possano essere un valido alleato per offrire pasti salutari e bilanciati, opinione non condivisa dall'87% dei ristoratori francesi.

La pausa pranzo è un'abitudine ben radicata nella vita quotidiana degli europei: 72% dei lavoratori intervistati fa la pausa pranzo tutti i giorni. Questo dato supera l'80% nel caso Slovacchia e Portogallo. I dipendenti europei prestano sempre più attenzione alle qualità nutritive dei pasti, considerate da tre lavoratori su quattro come uno dei criteri principali nella scelta di un ristorante. In maniera simile, un dipendente su due sceglie i piatti del menù sulla base del valore nutrizionale del pasto. L'equilibrio del pasto è considerato un criterio importante nella scelta del ristorante dall'87% dei dipendenti italiani rispetto al 61% dei loro colleghi cechi. La stessa disparità emerge anche al momento di ordinare: nella scelta del piatto il 73% dei dipendenti spagnoli prende in considerazione l'equilibrio del pasto, comportamento condiviso solamente dal 28% dei lavoratori francesi. I ristoratori hanno confermato di aver osservato negli anni un crescente interesse nei confronti di menù salutari da parte dei loro clienti. Si conferma alta la percentuale di ristoratori che hanno registrato un incremento nella domanda di pasti bilanciati (30%). Ancora una volta si sono notate chiare differenze tra i vari Paesi: oltre sei ristoratori su dieci in Portogallo e Spagna hanno osservato una crescente attenzione della clientela verso pasti equilibrati (rispettivamente il 64% e il 67%), mentre in Francia e Repubblica Ceca il dato si è fermato rispettivamente al 16% e al 20%.