Educazione alimentare, qual è il ruolo della ristorazione? I numeri dell’indagine IPSOS

20241120163108ristorante-famiglia-1080b0c1

Si è parlato di **educazione alimentare** nel corso dell’assemblea annuale di **Fipe-Confcommercio** a Roma. Sul tema la federazione, dopo il contributo delle istituzioni nell’ambito della formazione professionale, ha mostrato ai presenti **un’indagine IPSOS**, secondo cui è la scuola ad avere un ruolo determinante nel percorso educativo sul cibo dei più giovani ma mettendo al contempo in evidenza il peso della **ristorazione**, considerato che gli under 35 frequentano assiduamente i locali fuori casa. Ad esempio, il 35% di loro lo fa per uscire dalla propria routine, e il 32% per incontrare amici e persone care.

Stando ai dati IPSOS, per il 44% degli intervistati - tra i 18 e i 34 anni - è certamente in famiglia che si acquisisce una corretta educazione alimentare, seguono i social network (36%) e **la scuola** (30%). Ma più che ampio è il consenso su un’azione combinata casa-scuola: infatti, l’86% dei giovani ritiene che la scuola abbia un ruolo importante e per ben il 93% è fondamentale che percorsi educativi sul cibo siano introdotti già nella scuola primaria.

SOCIAL, FUORI CASA E ABITUDINI

L’indagine spiega poi che **per il 40% il cibo si lega al benessere**, grazie alla freschezza degli ingredienti e alla semplicità delle preparazioni. Per il 35%, invece, cucinare è un modo per sperimentare, esprimere la propria creatività e divertirsi: otto giovani su 10 cucinano almeno occasionalmente e la metà lo fa regolarmente. Oltre che agli insegnamenti ricevuti in famiglia, principalmente dalla mamma che per il 64% è la persona che più di tutti ha ispirato gusti e abitudini, si ricorre alla “rete” per **scoprire e realizzare piatti e ricette** (lo fa il 79%, di cui il 32% spesso). Il 67% dei genitori under 35 ritiene “molto importante” educare i figli a un’alimentazione varia e sana.

Anche la ristorazione ha un ruolo importante nel rapporto dei giovani con il cibo. D'altro canto, **mangiare fuori casa** è una pratica diffusa e molto apprezzata perché ritenuta un modo per uscire dalla propria routine (35%), un'occasione per incontrare amici e persone care (32%) e per gratificarsi mangiando qualcosa di diverso dal solito (32%), **anche se il "portafogli"** non sempre consente di fare tutto ciò che si vorrebbe (lo pensa il 51% degli intervistati).

Gli stili alimentari, soprattutto dei più giovani, sono sensibilmente cambiati nel corso degli ultimi anni: il 63,7% dei bambini e ragazzi tra i 3 e i 14 anni ha il pranzo come pasto principale della giornata, dato in calo rispetto al 75% del 2003. Al contrario, la cena è ora considerata il pasto più importante dal 20,7%, contro il 14,2% di vent'anni fa. **Anche la colazione soffre:** l'83,7% dei bambini la consuma in modo adeguato, rispetto al 92,9% del 2003. I più piccoli vanno assumendo i (cattivi) comportamenti alimentari dei genitori: le vecchie abitudini che suggerivano una buona colazione, un pranzo importante e una cena leggera si stanno via via affievolendo.

Gli effetti di questa involuzione sono evidenti. In Italia, il 39% dei bambini tra i 7 e i 9 anni è in **sovrappeso o obeso**, una percentuale ben al di sopra della media europea del 29%.