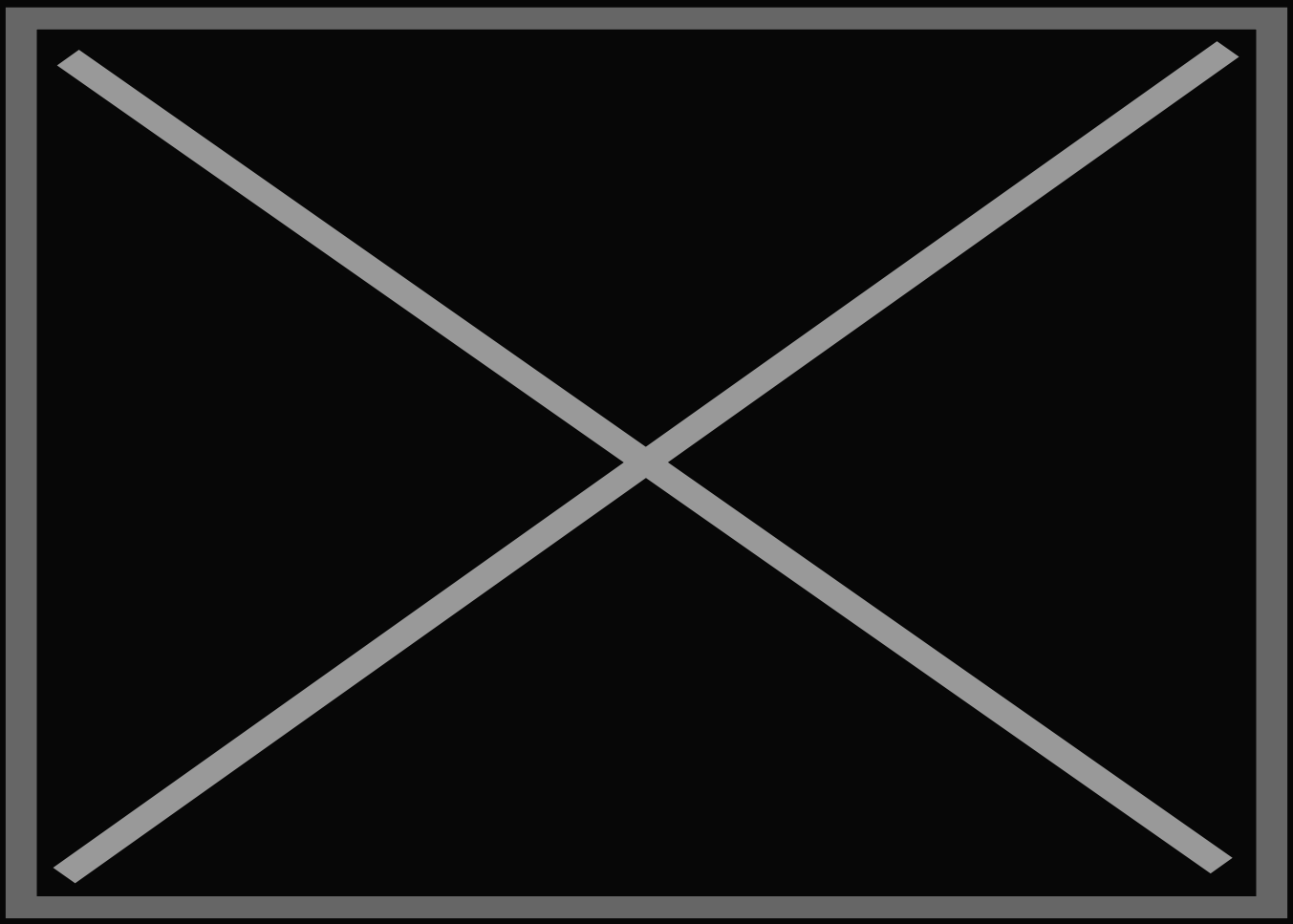
Surgelati promossi dalle mamme italiane: la ricerca

Leggono attentamente le etichette. Sono disposte a pagare di più per i prodotti alimentari che acquistano per i propri figli. Quando preparano i pasti non mancano di inserire verdura, pesce e frutta, stando sempre attente alla varietà e alle porzioni: **il 65% delle mamme italiane è sempre più attento all'alimentazione dei propri figli**, concede loro alcuni sfizi ma cerca allo stesso tempo di rendergli piacevoli alimenti che non sono di loro gusto. E dei **surgelati** che cosa pensano?

Tutte le mamme italiane li scelgono per l'alimentazione dei propri figli e una su due (51%) lo fa almeno **2-3 volte a settimana**. Lo svela una **ricerca commissionata a Doxa da Iias (Istituto Italiano Alimenti Surgelati)** e presentata oggi, mercoledì 20 novembre a Milano, nel corso dell'evento " **Mamme, Surgelati e Nutrizione**", alla presenza di **Claudio Maffeis**, Professore di Pediatria all'Università di Verona, e di **Vittorio Gagliardi**, Presidente Iias, che sono stati "intervistati" dalla chef e mamma d'eccezione, **Sonia Peronaci**.

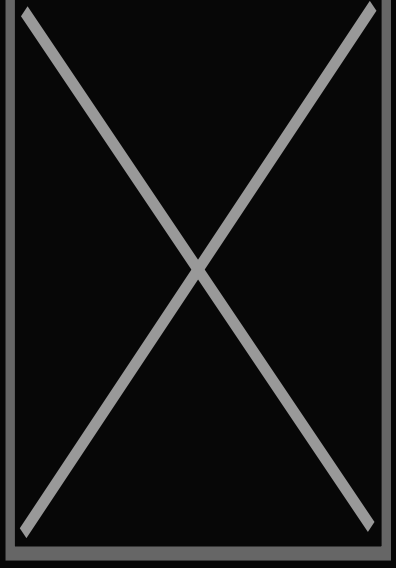


L’indagine, realizzata su un campione di oltre 400 mamme con figli tra i 3 e i 14 anni, ha fotografato opinioni, tendenze e frequenza di acquisto dei prodotti surgelati, scelti da circa 4 milioni di famiglie italiane con bambini di questa fascia di età.

Mai senza surgelati

Gli alimenti surgelati, come conferma la ricerca Doxa-Iias, sono una **risorsa indispensabile in cucina per l’alimentazione dei propri figli**. Lo sanno sicuramente le mamme italiane visto che solo l’1% non porta in tavola questi prodotti per i propri ragazzi.

Da evidenziare che una mamma su due (51% del campione) lo fa ben 2-3 volte a settimana, dato che arriva al 70% del campione nel caso delle famiglie con 5 componenti.

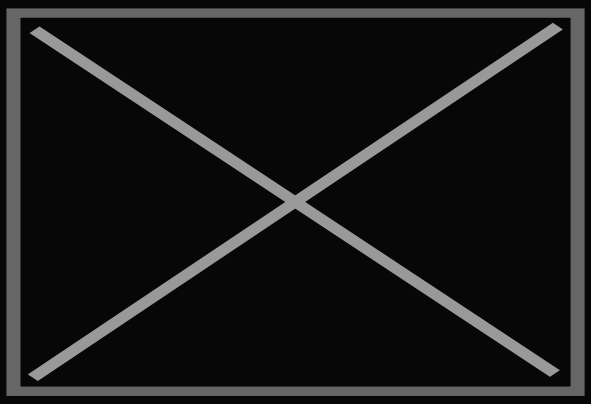


“In una dieta, che per i bambini e ragazzi deve contenere soprattutto **pesce, verdura e frutta**, i prodotti surgelati rappresentano un’ottima alternativa, anche perché le mamme non sempre hanno la possibilità di acquistare prodotti freschi”, afferma Claudio Maffeis. “Si tratta di **prodotti sicuri**, che conservano le caratteristiche nutrizionali originarie e contengono soprattutto nel pesce e nelle verdure nutrienti importanti per lo sviluppo come proteine nobili, acidi grassi omega-3, sali minerali e vitamine”.

Ma quali sono i prodotti più scelti? Tra i prodotti maggiormente acquistati dalle mamme per i loro figli ci sono **patate** (75%, fritte o elaborate), **pesce panato** (73%), **crepes e sofficini** (70%) seguiti da **verdure naturali** (60%) e **pizza** (59%). Ma se guardiamo alla frequenza di consumo di surgelati (almeno 2-3 volte a settimana) la classifica cambia e troviamo al primo posto le **verdure al naturale e in mix** (46%) seguite da **primi piatti a base di pasta, contorni, vellutate** (35%) e dal **pesce al naturale** (34%).

Fresco o surgelato? Per almeno sei mamme su 10 sono equivalenti

Per 6 mamme su 10 **i prodotti surgelati sono equivalenti a quelli freschi**, ma nel caso di alimenti al naturale, come pesce, carne e verdure, la percentuale di “equivalenza” tra i due alimenti arriva al 70%.

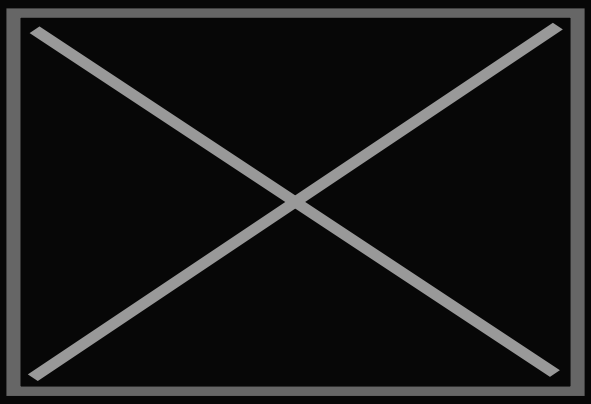


Tra i plus riconosciuti agli alimenti surgelati 8 mamme su 10 (78% del campione) indicano il fatto di **averli sempre a disposizione in freezer**. In secondo luogo i surgelati vengono apprezzati dalle mamme perché permettono di variare la dieta anche con **prodotti non di stagione** (40%), come ad esempio i piselli in inverno. Mentre più staccati, troviamo il fatto che si tratta di un prodotto "**porzionato e anti spreco**" (13%), che viene realizzato con i **massimi standard di sicurezza** (13%) e infine il fatto che ha le **stesse qualità nutrizionali dei prodotti freschi** (11%).

"Gli alimenti surgelati - afferma Vittorio Gagliardi - hanno **proprietà nutrizionali che potremmo definire pari al fresco e in alcuni casi superiori**. Prendiamo ad esempio una verdura: tra la sua raccolta e il processo di surgelazione passano poche ore, questo permette di mantenere quasi inalterate le proprietà nutrizionali. Quando invece prendiamo al supermercato la stessa verdura, il tempo intercorso tra la sua raccolta e la messa in vendita può raggiungere anche alcuni giorni di distanza e questo lasso di tempo fa perdere alcune proprietà nutrizionali".

Il timore del rispetto della catena del freddo

Le mamme italiane riconoscono la qualità e le proprietà nutrizionali dei surgelati, tanto che "solo" l'11% teme che i prodotti freschi e quelli surgelati non abbiano le stesse proprietà nutrizionali o che il loro sapore sia meno buono di quello fresco (8%). Eppure, ancora oggi, quando acquistano questi prodotti rimangono alcuni **dubbi da fugare**. Il principale timore (43% dei casi) è che **non sia stata rispettata la catena del freddo**.



“Le mamme - spiega Vittorio Gagliardi - devono aver chiaro che è nell’interesse di tutti gli operatori, (produttori, trasportatori e distributori) garantire la qualità del prodotto e rispettare la catena del freddo. Per questo motivo ognuno di loro è chiamato a seguire le norme vigenti e a usare gli strumenti a sua disposizione per controllare che le procedure vengano eseguite in maniera corretta. Il consumatore dal suo lato può fare alcune **verifiche per accertarsi che il prodotto non sia stato scongelato**: il prodotto non deve essere completamente ammassato, la confezione deve essere integra e non deve essere parzialmente o totalmente ricoperta di brina e , una volta aperta la confezione , il prodotto non deve mostrare evidenti segni di scongelamento. Queste piccole accortezze possono aiutare a fugare i dubbi delle mamme”.

Infine, tra i fattori citati nella ricerca Doxa-Iias ne figurano alcuni che meritano un chiarimento: **una mamma su 10 pensa ancora (sbagliando) che nei surgelati ci siano i conservanti**.

“L’unico conservante presente nei prodotti surgelati è il **freddo**, che garantisce a questi prodotti – conclude Vittorio Gagliardi – una lunga conservazione. In un prodotto surgelato, per legge, non si possono aggiungere conservanti. A volte si sente dire, erroneamente, che le verdure surgelate avrebbero un colore brillante perché piene di coloranti. Ma questa è un’altra inesattezza! Prima della surgelazione, infatti, gli ortaggi vengono sottoposti a un brevissimo trattamento termico (blanching) necessario per disattivare gli enzimi che ne potrebbero causare il deterioramento ed è così che si fissa il colore naturale, che risulta ancora più brillante”.