

Conosciamo ciò che mangiamo? I risultati dell'Osservatorio Agroter

L'Osservatorio quest'anno ha sviluppato la prima ricerca sulla correlazione fra consumo di frutta e verdura e spesa sanitaria nazionale che ha portato alla nascita dell'Osservatorio "Salute & Benessere". **di SIMONA CENCI**

L'Osservatorio Agroter di Forlì, nato nel 1990 come società di studi e ricerche sul settore agroalimentare, con vocazione per i prodotti freschi e freschissimi, realizza il più importante strumento di analisi periodica sul consumo di frutta e verdura da parte degli italiani, il Monitor Ortofrutta, giunto oggi alla sua IX edizione. L'Osservatorio quest'anno ha sviluppato la prima ricerca sulla correlazione fra consumo di frutta e verdura e spesa sanitaria nazionale che ha portato alla nascita dell'Osservatorio "Salute & Benessere". Lo studio, che aveva già evidenziato uno scollamento tra quella che è la realtà e quanto è veramente percepito nei consumatori di ortofrutta, si arricchisce di un'altra importante sezione: la consapevolezza dei cittadini nella conoscenza dei prodotti. Alla domanda su quali siano gli alimenti più salutari, il 69% degli intervistati non ha dubbi e risponde "ortofrutta", che distanzia di parecchio pasta (7%) e carne (5%). Alla domanda sui prodotti meno salutari invece il 16% risponde salumi, il 14% dolci e l'8% merendine.

Ma è appena si
entra nel
merito dei
singoli
prodotti che
emergono
chiaramente i
limiti nella
consapevolezza
dei
consumatori



relativamente alle proprietà e alle caratteristiche dei prodotti ortofrutticoli. Prendendo in considerazione la frutta, ad esempio, alla domanda su quali siano i prodotti più salutari, ben il 61% risponde “le mele”; tuttavia quando si chiede il perché, la risposta più frequente è “non saprei”. Maggiore invece è la conoscenza riguardo alle arance, salutari per il 55% degli intervistati, in quanto ricche di vitamina C, e le banane di cui il 26% riconosce l’elevato contenuto in potassio. Parlando di verdura, per il 55% degli interpellati l’insalata è il prodotto più sano ma non sa motivare la propria scelta. Sono più conosciute le proprietà antiossidanti e antitumorali di broccoli, cavoli e cavolfiori (per il 40%) e quelle degli spinaci (per il 29%), che “contengono ferro”. Gli italiani sembrano comunque attenti al corretto modo di nutrirsi e si informano al riguardo. Lo fa un italiano su due. La modalità prescelta è il web, per il 43%, percentuale che sale al 60 % se si considerano gli under 34. Il web distanzia di parecchio i canali tradizionali quali riviste (31%) e televisione (22%). Solo il 15% si rivolge a dottori e nutrizionisti e pochi leggono libri (9%) o frequentano corsi e convegni (7%) sull’argomento.

Un interessante dato che emerge dallo studio è che il 38% degli intervistati afferma di aver utilizzato almeno una volta

negli ultimi 6 mesi degli integratori alimentari. “La grande proliferazione di indicazioni che riguardano ortofrutta e benessere, specialmente su internet, da una parte sta fornendo al consumatore una facile e veloce fruibilità di informazioni, ma dall'altra sta generando un'evidente stato di confusione sul tema” spiega **Roberto Della Casa, Direttore di Agroter**. “Anche per questo motivo, tra gli italiani e i prodotti ortofrutticoli si sono radicati dogmi e congetture, ancora più accentuate quando si parla di ortofrutta e nutrizione o, addirittura, di prevenzione e cura di patologie. Lo scopo del Monitor Ortofrutta è proprio quello di mettere a fuoco tali percezioni.” **I ricercatori di Agroter hanno inoltre cercato di studiare la connessione tra consumo di prodotti ortofrutticoli e salute.** Agroter ha stimato che se ogni persona mettesse nel piatto 200 grammi in più di ortofrutta al giorno ciò equivarrebbe a una riduzione del 9% della probabilità di morire per malattie cardiovascolari. Per saperne di più sul settore ortofrutta è comunque possibile consultare il sito italiafruit.net, il primo network nazionale per i prodotti ortofrutticoli, ricco di informazioni per gli addetti del settore e di curiosità per chiunque voglia imparare qualcosa di più al riguardo.