

Consumi, tornano a crescere i prodotti della Dieta mediterranea

Svolta sulle tavole degli italiani dove torna la dieta mediterranea con un aumento degli acquisti che va dal +5% per il pesce al +19% per l'olio di oliva ma cresce anche la spesa per la frutta (+5%), per gli ortaggi freschi (+3%) e per la pasta secca (+1%). E' quanto emerge da una analisi della Coldiretti sui consumi alimentari degli italiani nel 2015 che dopo sette anni di calo tornano a salire debolmente dello 0,4% ma con un deciso orientamento a privilegiare cibi salutari per una maggiore consapevolezza dello stretto rapporto tra alimentazione e benessere, secondo elaborazioni su base dei dati Ismea relativi a undici mesi del 2015.

Si tratta di una storica inversione di tendenza dopo anni di tagli progressivi che avevano portato il consumi dei prodotti base della dieta mediterranea su valori da minimo storico. E' il caso della frutta con i consumi per persona che erano scesi a più di 130 chili all'anno che equivalgono a non più di 360 grammi al giorno rispetto ai 400 grammi consigliati dall'organizzazione mondiale della Sanità per una buona salute.

Nel 2015 invece la spesa degli italiani per gli acquisti di frutta e verdura è tornata a risalire e rappresenta ora il 23 per cento del totale del budget destinato dalle famiglie all'alimentazione per un importo di 99,5 euro per famiglia al mese, la prima voce della spesa degli italiani. Un dato importante poiché pane, pasta, frutta, verdura, olio extravergine e il tradizionale bicchiere di vino consumati a tavola in pasti regolari hanno consentito agli italiani di conquistare fino ad ora record nella longevità: nell'Unione Europea l'Italia si colloca al primo posto con 80,3 anni per gli uomini e al terzo per le donne con 85,2.

In Italia il ritorno della dieta mediterranea è accompagnato da una vera svolta green nel carrello, dal biologico al chilometro zero fino alle denominazioni di origine. Se gli acquisti di prodotti biologici confezionati fanno registrare un incremento record del 20 per cento degli acquisti, sono state quindici milioni le persone che hanno scelto prodotti locali a chilometri zero che non devono percorrere lunghe distanze con mezzi di trasporto inquinanti, mentre ad acquistare regolarmente prodotti tipici legati sono ben 2 italiani su tre secondo l'indagine Doxa per Coop.