



DIETA MEDITERRANEA 2020

Il cibo è un vaccino? A tavola con gli italiani nel 2020 pandemico.

Come cambiano i comportamenti di acquisto e fruizione del cibo



autunno 2020

Nel corso di questi ultimi mesi, dal primo lockdown all'attuale seconda ondata pandemica, in quale dei seguenti modi si è evoluto maggiormente il suo stile alimentare ?

ho privilegiato uno stile che definirei 'mediterraneo', scegliendo soprattutto cibi freschi, frutta e verdura, facendo uso moderato di carne e dosando i carboidrati

28

ho privilegiato uno stile alimentare altamente proteico

9

non ho variato sostanzialmente lo stile alimentare che avevo precedentemente

55

non saprei

8

Valori %

Nel corso di questi ultimi mesi, dal primo lockdown all'attuale seconda ondata pandemica, in quale dei seguenti modi si è evoluto il suo modo di fare la spesa ?

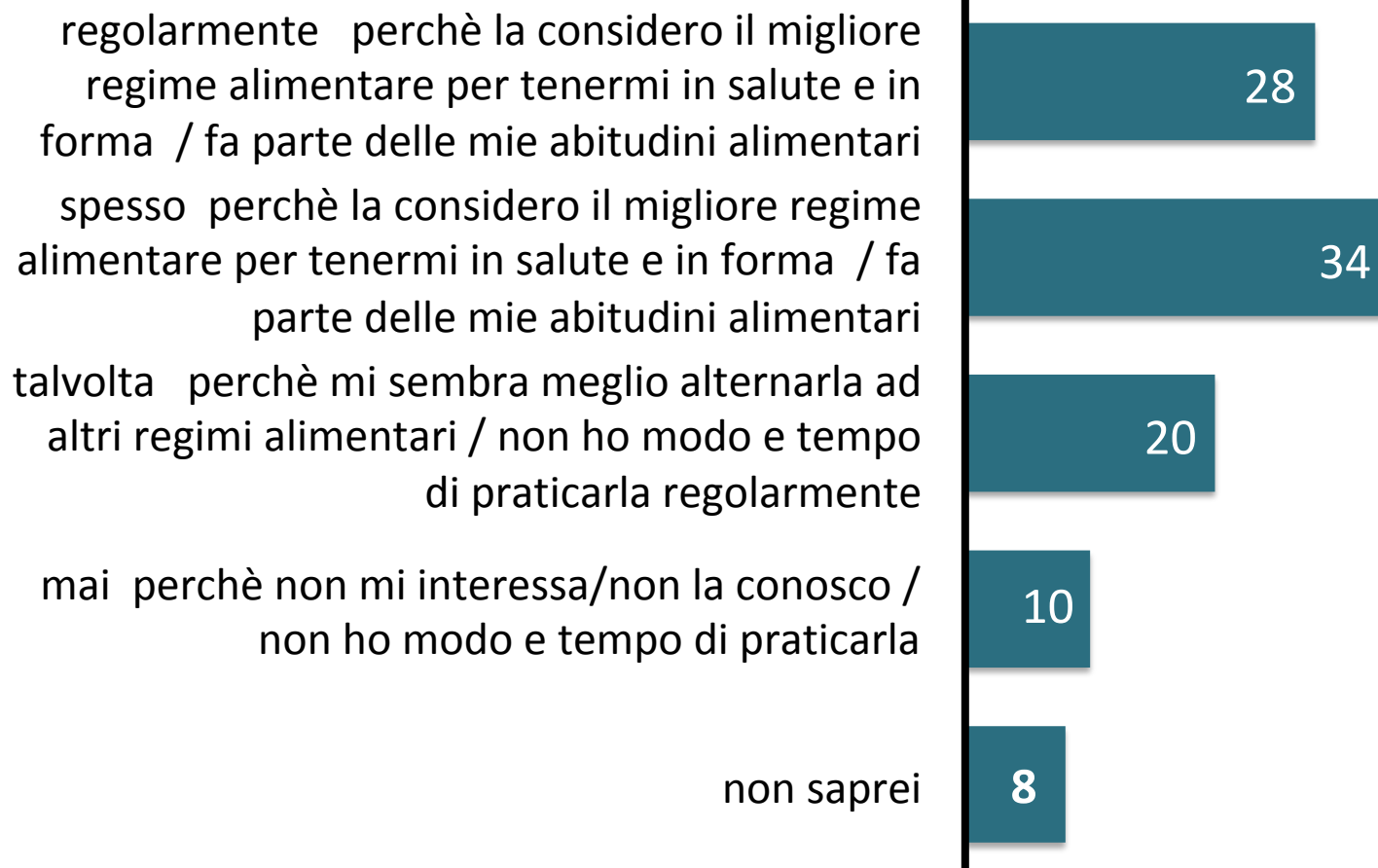


Lei, dal primo lockdown alla seconda ondata pandemica, quali comportamenti ha adottato nel fare la spesa e acquistare il cibo?

Sì

sono diventato più selettivo rispetto alla qualità degli alimenti prediligo cibi freschi, frutta e verdura, legumi e proteine soprattutto vegetali	62
sono ispirato dagli alimenti che mi consentono di preparare ricette gradite a me e alla famiglia in casa non mancano lievito, farina, uova e altri ingredienti utili per dolci, focacce o altri piatti più laboriosi	58
sono diventato più attento agli alimenti che garantiscono una lunga durata conserve, preparati a lunga scadenza, cibo in scatola e facilmente conservabile	55
ho cominciato (o continuato) a frequentare più spesso le pescherie cerco di non far mancare mai un po' di pesce per la dieta della famiglia	38
mi concedo più spesso dei 'comfort-food' capaci di gratificarmi e smorzare l'ansia del periodo per esempio carboidrati e cioccolata	33
sono attento ad un'alimentazione ricca di proteine e mi attrezzo con spese corpose dal macellaio, per essere certo di poter sempre avere un piatto di carne all'occorrenza	27
utilizzo più spesso i banchi gastronomici della grande distribuzione, o le gastronomie al dettaglio è più comodo acquistare piatti già pronti da consumare in famiglia	27
ricorro più spesso al take away pizza ma anche kebab o piatti già pronti per risolvere velocemente i pasti	21

Con quale frequenza Lei ritiene di praticare la Dieta mediterranea nel suo quotidiano ?



Lei ritiene che uno stile di alimentazione e di vita mediterraneo sia utile a prevenire lo spreco alimentare?



Nota metodologica

L'indagine è stata condotta per le slide 1/3 nei giorni dal 28 al 30 ottobre 2020 e per le slide 5/6 nel settembre 2020 su un campione composto da 1000 soggetti stratificato per quote in base ai seguenti parametri:

- sesso
- età
- macro-area di residenza
- ampiezza del comune di residenza.

L'indagine è stata condotta con tecnica online CAWI.

I metodi utilizzati per l'individuazione delle unità finali sono di tipo casuale, come per i campioni probabilistici. Tutti i parametri sono uniformati ai più recenti dati forniti dall'ISTAT. I dati sono stati ponderati al fine di garantire la rappresentatività rispetto ai parametri di sesso, età, macro-area di residenza e ampiezza demografica.



Waste Watcher

Ufficio Stampa volpe&sain

ufficiostampa@volpesain.com

tel. +39 3922067895

+39 3356023988

