



WASTE WATCHER INTERNATIONAL OBSERVATORY ON FOOD AND SUSTAINABILITY

L'Osservatorio internazionale su cibo e sostenibilità



REPORT FEBBRAIO 2026

WINTER EDITION

PRESENTAZIONE

Andrea Segrè

Tra palco e realtà: lo spreco che non vogliamo vedere. Sul palco ci diciamo virtuosi. Nella realtà continuiamo a sprecare. È questa la distonia che emerge con forza dalla presentazione del Rapporto 2026 - Winter dell'Osservatorio Internazionale Waste Watcher su cibo e sostenibilità, resa pubblica in occasione della XIII Giornata nazionale di prevenzione dello spreco alimentare il 5 Febbraio scorso. Una contraddizione che potremmo definire, parafrasando Luciano Ligabue, tra palco e realtà: da una parte la percezione rassicurante, dall'altra i numeri, che non mentono.

Il Report 2026 - Winter si inserisce in questo spazio di tensione tra dichiarazioni e comportamenti reali, offrendo una lettura rigorosa e aggiornata delle pratiche alimentari degli italiani. La scelta della rilevazione invernale non è casuale: rispetto alla survey estiva, l'inverno rappresenta una fase dell'anno in cui i comportamenti di acquisto, consumo e gestione del cibo cambiano sensibilmente. Stagionalità, abitudini domestiche, frequenza dei pasti fuori casa e modalità di conservazione degli alimenti seguono logiche differenti. Distinguere Winter e Summer significa quindi rafforzare la solidità scientifica dell'analisi, permettendo confronti più accurati e una comprensione più profonda delle dinamiche dello spreco alimentare.

Questo lavoro è reso possibile grazie al fondamentale sostegno dei partner privati e istituzionali (vedi p. 5), il cui contributo consente di mantenere nel tempo una rilevazione indipendente, continuativa e metodologicamente solida. Un ringraziamento particolare a chi è intervenuto alla presentazione del Rapporto il 3 Febbraio scorso a Roma nello Spazio Europa: Davide Rondoni, poeta, scrittore e Presidente del Comitato 800 anni della morte di San Francesco d'Assisi; Sara Segantin, giornalista, scrittrice e Ambassador European Climate Pact; Lino Stoppani, Vicepresidente vicario Confcommercio, Presidente Fipe; Paolo Mascarino, Presidente Federalimentare; Luca Brondelli di Brondello, Vicepresidente Confagricoltura; Stefano Francia, Presidente Regionale Cia Emilia Romagna; Tommaso Battista, Presidente Copagri; Gabriele Longanesi, Presidente Cluster Agrifood Emilia-Romagna e CEO Natura Nuova; Paolo Cristofori, Direttore Generale Fruttage; Daniele Ara, Assessore alla scuola, agricoltura, agroalimentare Comune di Bologna; Fabio Fenati, Corporate Business Strategy Manager Natura Nuova; Cinzia Fontana, Responsabile Ricerca

e Sviluppo Fruttage; Tonia Sorrentino, Responsabile marketing ristorazione collettiva Camst; Daniela Volpe e Alessia Petrilli Responsabili Comunicazione e Stampa della Campagna Spreco Zero; Giorgio Segrè, Project Manager Sprecometro e Donometro; Luca Falasconi e Filippo Pini, Università di Bologna; Barbara Toci, Ipsos-Doxa.

Grazie al gruppo di ricerca di Last Minute Market, spin off accreditato dell'Università di Bologna, del Dipartimento di Scienze e Tecnologie Agroalimentari e di Ipsos-Doxa, che con competenza scientifica e rigore metodologico rendono possibile la raccolta e l'interpretazione dei dati. I dati sono liberamente utilizzabili, citabili e pubblicabili con la raccomandazione di citare correttamente la fonte "*Osservatorio Internazionale Waste Watcher-Campagna Spreco Zero su elaborazioni DISTAL-Università di Bologna, Ipsos-Doxa*".

Il dato che emerge dall'edizione 2026 segnala un calo dello spreco alimentare pro capite rispetto al 2025, un segnale incoraggiante ma non sufficiente a rassicurare. Perché la distanza tra ciò che pensiamo di fare e ciò che facciamo davvero resta ampia: è una frattura culturale prima ancora che quantitativa, che riguarda il nostro rapporto quotidiano con il cibo, con gli avanzi, con il tempo e l'organizzazione domestica.

Finché resteremo sul "palco" della buona coscienza, lo spreco continuerà a operare dietro le quinte. Ridurlo davvero significa accettare il confronto con i dati, riconoscere questa distonia e ricomporla. Solo quando palco e realtà torneranno a coincidere, il cambiamento smetterà di essere narrazione e diventerà pratica. È questo, forse, il messaggio più scomodo - e più necessario - che il Report 2026 - Winter ci consegna: non sprechiamo meno perché siamo migliori, ma solo quando impariamo a guardarci senza finzioni. Tra palco e realtà, appunto.

WASTE WATCHER INTERNATIONAL

L'**Osservatorio** si propone di fornire alla comunità scientifica e all'opinione pubblica le conoscenze e gli strumenti per analizzare il comportamento del consumatore e gli impatti economici, ambientali e sociali generati dallo spreco alimentare e dall'adozione di diverse diete e diversi stili di vita.

L'obiettivo è quello di generare conoscenze utili a indirizzare scelte individuali e politiche pubbliche relative all'uso sostenibile delle risorse naturali, alla riduzione e prevenzione dello spreco alimentare e alla promozione di diete sane.

Dal punto di vista metodologico l'Osservatorio adotta una prospettiva comportamentale e si basa sull'analisi delle percezioni, cioè sulla valutazione delle opinioni, dell'auto-percezione e delle dichiarazioni fornite dai consumatori in un questionario formulato ad hoc e somministrato ad un campione rappresentativo della popolazione. L'obiettivo non è soltanto quello di analizzare lo spreco alimentare domestico dal punto di vista quantitativo e qualitativo, ma anche indagare quali soluzioni sviluppare e implementare per contrastarlo.

L'Osservatorio è stato attivato nel 2013 con un focus esclusivamente nazionale, mentre nel 2021, con l'ambizione di estendere l'analisi a livello internazionale sono stati coinvolti altri Paesi europei ed extraeuropei (tutti i report si trovano su www.sprecozero.it)

L'Osservatorio si pone l'obiettivo di contribuire alla mappatura dello spreco alimentare su scala globale e di fornire strumenti di policy che contribuiscano a contrastarlo e favoriscono nel contempo l'adozione di diete sane.



METODOLOGIA

La metodologia sviluppata dall'Osservatorio adotta un approccio ispirato all'economia comportamentale e sviluppa indagini campionarie statisticamente rappresentative che raccolgono le percezioni dei consumatori relativamente alle loro scelte alimentari osservando in particolare:

- Comportamento di acquisto
- Dieta
- Spreco domestico
- Insicurezza alimentare
- Packaging
- Consumo extra-domestico



Ampiezza campionaria: 2000 casi

Target: Popolazione generale

Indagine CAWI

Citare questo report come:

Waste Watcher International Observatory - Università di Bologna,
Dipartimento di Scienze e Tecnologie Agro-Alimentari
su dati ed elaborazione IPSOS-Doxa

SUPPORTO



CAMPAGNA SPRECO ZERO 2026



Con il Patrocinio di



Media partner



Associated



Partner scientifico



Partner tecnico



Con il sostegno di



INDICE

L'indagine e il presente rapporto trattano le seguenti aree tematiche

LO SPRECO ALIMENTARE IN ITALIA: QUANTITÀ E DRIVERS	8
Introduzione	8
Il contesto della filiera alimentare	9
Andamento dello spreco alimentare domestico	11
Comportamenti e motivazioni dello spreco	17
L'ITALIA DIVISA: INSICUREZZA ALIMENTARE E SPRECO GENERAZIONALE	21
L'insicurezza alimentare - geografia e generazioni di una crisi silenziosa	21
L'analisi generazionale dello spreco: percezioni, realtà e il potere di definire	27
DAI BOOMERS ALLA GEN Z: COSA CI RACCONTANO LE GENERAZIONI SULLO SPRECO ALIMENTARE	32
Introduzione	32
Perché leggere lo spreco in chiave generazionale	33
I principali risultati: il gradiente generazionale dello spreco	34
Profili generazionali	36
Oltre i dati: cosa spiegano davvero queste differenze	43
Il nodo del patto generazionale	44
INDICE DELLE TABELLE	46
RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI	47
BIBLIOGRAFIA DI APPROFONDIMENTO	49
NOTA METODOLOGICA	52
Metodologia	53
Fasce d'età per generazioni analizzate	54
Il campione intervistato	55

SEZIONE 1

LO SPRECO ALIMENTARE IN ITALIA: QUANTITA' E DRIVERS

LO SPRECO ALIMENTARE IN ITALIA: QUANTITÀ E DRIVERS

Luca Falasconi

Introduzione

L'ultima rilevazione dell'Osservatorio Waste Watcher International restituisce un segnale incoraggiante: nelle case degli italiani lo spreco alimentare domestico diminuisce. Non si tratta ancora di un cambiamento strutturale e definitivo, ma di un indicatore importante, perché suggerisce che qualcosa si sta muovendo nei comportamenti quotidiani di acquisto, conservazione e consumo del cibo. In un contesto segnato dall'aumento del costo della vita, dalla crescente attenzione ai temi della sostenibilità e da una più diffusa sensibilità verso il valore economico e ambientale degli alimenti, la riduzione dello spreco domestico sembra riflettere una trasformazione progressiva delle pratiche familiari. Per comprendere appieno il significato di questo dato, tuttavia, è necessario leggerlo non come fenomeno isolato, ma all'interno del più ampio funzionamento della filiera agroalimentare e delle differenze sociali, territoriali e comportamentali che caratterizzano il consumo alimentare in Italia.

È importante sottolineare che l'indagine rileva la percezione e l'autovalutazione dei comportamenti di spreco alimentare da parte degli intervistati. Come evidenziato anche nella letteratura scientifica sul tema, le indagini basate su dichiarazioni degli intervistati tendono talvolta a sottostimare le quantità effettivamente sprecate, ma rappresentano comunque uno strumento molto utile per analizzare l'evoluzione delle abitudini e degli atteggiamenti dei consumatori (Stancu et al., 2016; van Herpen et al., 2019).

Per interpretare correttamente i risultati dell'indagine, l'analisi è stata articolata in più livelli. In primis il contributo propone innanzitutto un inquadramento del contesto della filiera agroalimentare, utile per comprendere le dinamiche che influenzano la disponibilità e la gestione degli alimenti lungo il sistema produttivo. Successivamente vengono presentati i dati relativi all'andamento dello spreco alimentare domestico e le principali differenze socio-demografiche emerse dall'indagine, con particolare attenzione alle variabili legate al reddito, alla composizione familiare e alle caratteristiche territoriali. Infine, l'analisi si concentra sui comportamenti e sulle motivazioni che stanno alla base delle pratiche di spreco o di riduzione dello spreco nelle case degli italiani.

Il contesto della filiera alimentare



Figura 1 - Perdita e spreco lungo la filiera agro-alimentare

Per interpretare correttamente l'andamento dello spreco alimentare domestico è utile collocare i risultati dell'indagine all'interno del più ampio funzionamento della filiera agroalimentare. Lo spreco di cibo, infatti, non è un fenomeno limitato alla fase finale del consumo, ma riguarda l'intero sistema di produzione, trasformazione e distribuzione degli alimenti. Secondo le stime della FAO, circa un terzo del cibo prodotto a livello globale viene perso o sprecato lungo le diverse fasi della filiera alimentare (FAO, 2011; FAO, 2019). In Europa, analisi più recenti mostrano come le perdite si distribuiscano tra produzione agricola, industria, distribuzione, ristorazione e consumo domestico, con un peso particolarmente rilevante attribuibile proprio alla fase finale del consumo (Caldeira et al., 2019).

Per comprendere le dinamiche più recenti è utile osservare due estremi della filiera: da un lato la produzione agricola e dall'altro il consumo extradomestico.

Produzione agricola

Per quanto riguarda il settore agricolo, nell'ultimo anno si è registrato un aumento della quota di prodotto rimasta in campo, pari a circa +30% in termini di valore economico rispetto all'anno precedente. In termini assoluti, la quota di prodotto non raccolto è passata da circa il 3,5% al 4,5% della produzione complessiva.

Si tratta dunque di un incremento percentualmente significativo, pur rimanendo su livelli complessivamente contenuti. Le principali cause sono riconducibili a due fattori che negli ultimi anni stanno incidendo in modo crescente sulla produzione agricola. Il primo riguarda la crescente instabilità climatica, con eventi estremi, siccità o precipitazioni intense che possono compromettere la qualità commerciale dei prodotti o rendere economicamente meno conveniente la raccolta. Il secondo fattore è rappresentato dalle oscillazioni dei prezzi agricoli, che in alcuni casi possono portare gli agricoltori a non raccogliere parte della produzione quando i prezzi di mercato non coprono i costi di produzione.

Questo fenomeno è noto nella letteratura come “harvest abandonment” o “left in field losses” ed è stato documentato in diversi sistemi agricoli, soprattutto nei settori ortofrutticoli dove la qualità estetica e i costi di raccolta incidono in modo significativo sulle decisioni produttive (Gustavsson et al., 2011; Johnson et al., 2018).

Industria alimentare e distribuzione

Diversa appare la situazione nelle fasi intermedie della filiera, in particolare nell’industria alimentare e nella distribuzione commerciale. In questi ambiti i livelli di perdita e spreco risultano relativamente stabili nel tempo, con un lieve aumento nell’industria e una leggera flessione nella distribuzione.

Questa stabilità è in gran parte spiegabile con l’elevato livello di efficienza raggiunto nei processi produttivi e logistici. Negli ultimi decenni le imprese agroalimentari hanno investito significativamente in tecnologie di trasformazione, conservazione e gestione della logistica, riducendo progressivamente le perdite di prodotto. Analogamente, la grande distribuzione organizzata opera attraverso sistemi di approvvigionamento e gestione delle scorte altamente ottimizzati, che limitano la quantità di prodotti invenduti o deteriorati.

In questo contesto, gran parte dei prodotti non commercializzabili viene oggi reindirizzata verso altri utilizzi, come la trasformazione industriale secondaria, il recupero per mangimi o la donazione alimentare, contribuendo a contenere i livelli di spreco nelle fasi centrali della filiera (Stenmarck et al., 2016; Caldeira et al., 2019).

Il consumo extradomestico

Nella fase finale della filiera si colloca il consumo extradomestico, che comprende ristorazione commerciale, mense e servizi di catering. In questo ambito uno dei principali limiti dell’analisi riguarda la scarsa disponibilità di dati sistematici e comparabili. A livello europeo esistono alcune stime sullo spreco nel settore della ristorazione, ma spesso le fonti e le metodologie di rilevazione risultano eterogenee e difficilmente confrontabili tra paesi.

Proprio per questa ragione, nel presente lavoro tali dati non sono stati utilizzati direttamente nell'analisi. Tuttavia, la letteratura scientifica evidenzia come il settore della ristorazione rappresenti una componente non trascurabile dello spreco complessivo lungo la filiera alimentare, con quantità generate sia nella fase di preparazione sia nei piatti non consumati dai clienti (Filimonau & De Coteau, 2019).

La mancanza di sistemi di monitoraggio consolidati rende quindi necessario sviluppare strumenti di rilevazione più affidabili anche per il consumo fuori casa. Una migliore comprensione delle dinamiche di spreco nel settore della ristorazione permetterebbe infatti di completare il quadro della filiera e di interpretare con maggiore precisione l'evoluzione dei comportamenti alimentari nelle diverse fasi del sistema agroalimentare.

Andamento dello spreco alimentare domestico



Figura 2 - Spreco alimentare individuale

Il dato centrale dell'indagine riguarda la quantità media di spreco alimentare domestico settimanale pro capite. Nell'ultimo anno questo valore è passato da circa 620 grammi a 550 grammi, registrando una riduzione complessiva di circa il 10%. Si tratta di una diminuzione significativa che conferma una

tendenza già emersa nelle rilevazioni più recenti e che sembra indicare un progressivo cambiamento nei comportamenti di gestione del cibo all'interno delle famiglie.

Naturalmente si tratta di dati basati sulla percezione degli intervistati e quindi soggetti alle possibili distorsioni tipiche delle indagini dichiarative. Tuttavia, l'andamento osservato appare coerente con altri segnali emersi negli ultimi anni, come la crescente attenzione dei consumatori verso il valore economico del cibo, l'aumento dei prezzi alimentari e una maggiore sensibilità verso le tematiche ambientali.

Se questo ritmo di riduzione venisse mantenuto nei prossimi anni, sarebbe teoricamente possibile avvicinarsi all'obiettivo fissato dalle Nazioni Unite nell'ambito dell'Agenda 2030, che prevede la riduzione del 50% dello spreco alimentare pro capite entro il 2030 (SDG 12.3). Si tratta naturalmente di una proiezione ottimistica, ma il dato rappresenta comunque un segnale incoraggiante che suggerisce come le abitudini alimentari possano evolvere in risposta sia a fattori economici sia a una crescente consapevolezza sociale.

Analizzando più nel dettaglio la composizione dello spreco domestico emerge inoltre una certa stabilità nella tipologia degli alimenti maggiormente coinvolti. Anche nell'ultima rilevazione la frutta si conferma al primo posto tra i prodotti più sprecati, con 22,2 grammi pro capite a settimana, in diminuzione di 2,1 grammi rispetto al 2025. Al secondo posto si colloca la verdura, con 20,6 grammi pro capite a settimana, un valore sostanzialmente stabile rispetto all'anno precedente (+0,1 grammi). Segue al terzo posto il pane fresco, con 19,6 grammi pro capite a settimana, anch'esso in calo rispetto alla rilevazione precedente (-2,1 grammi). Al quarto posto troviamo le insalate, con 18,8 grammi pro capite a settimana (-0,8 grammi), mentre al quinto posto si collocano cipolle, aglio e tuberi, con 17,2 grammi pro capite a settimana (-0,2 grammi).

Nel complesso, la composizione dello spreco domestico conferma un elemento ormai consolidato nelle indagini sul tema: a essere maggiormente coinvolti sono soprattutto prodotti freschi e deperibili, caratterizzati da una durata di conservazione relativamente breve. Frutta, verdura e pane rappresentano infatti alimenti acquistati con frequenza elevata e spesso legati a consumi quotidiani, ma allo stesso tempo più esposti al rischio di deterioramento quando non vengono consumati tempestivamente. Questo risultato è coerente con quanto evidenziato da numerosi studi internazionali sullo spreco domestico, che indicano proprio nei prodotti freschi – in particolare frutta e ortaggi – le categorie più frequentemente coinvolte nelle perdite alimentari a livello familiare (WRAP, 2020; Stancu, Haugaard & Lähteenmäki, 2016; FAO, 2019).

Profilo delle famiglie che sprecano di PIÙ e di MENO

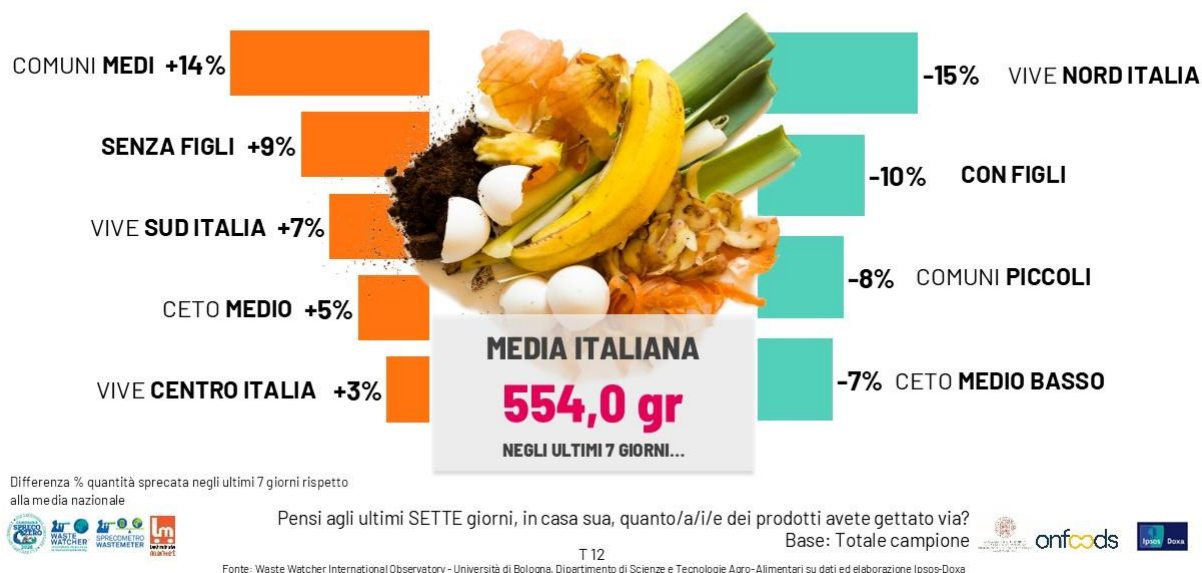


Figura 3 - Profilo delle famiglie che sprecano di più e di meno

Tra i risultati più interessanti emersi da quest'ultima rilevazione, vi è il cambiamento registrato nel comportamento delle famiglie del ceto medio-basso. Per la prima volta questo gruppo mostra livelli di spreco inferiori alla media nazionale. Negli ultimi sette giorni queste famiglie dichiarano di aver gettato 515,2 grammi pro capite di cibo, contro una media nazionale pari a 554 grammi. Una riduzione di circa il 7%, che segna un'inversione rispetto alle rilevazioni degli anni precedenti.

Negli anni passati le famiglie appartenenti a questo ceto tendevano infatti a registrare livelli di spreco leggermente superiori alla media. La ragione non va ricercata in una minore attenzione al valore del cibo, ma piuttosto nelle condizioni materiali di acquisto. Un reddito più limitato porta spesso a orientarsi verso prodotti in promozione o a prezzo ribassato, talvolta prossimi alla scadenza o con una durata residua più breve. Una volta acquistati, questi alimenti richiedono tempi di consumo più rapidi e, se non gestiti tempestivamente, possono deteriorarsi più facilmente.

La rilevazione di inizio 2026 suggerisce tuttavia un cambiamento significativo. Le pressioni economiche degli ultimi anni sembrano aver modificato in modo più strutturale le strategie domestiche di gestione del cibo. Si osserva una maggiore pianificazione della spesa, un'attenzione più sistematica alla conservazione degli alimenti e un uso più frequente degli avanzi nella preparazione dei pasti successivi. In altre parole, la cucina domestica tende a organizzarsi in modo più efficiente.

Questa dinamica trova riscontro anche nella letteratura scientifica internazionale. Diversi studi mostrano infatti che il rapporto tra reddito e spreco alimentare non è lineare. In contesti di maggiore disponibilità economica il costo del cibo pesa relativamente meno sul bilancio familiare, riducendo gli incentivi a un utilizzo efficiente degli alimenti acquistati. Al contrario, quando le risorse sono più limitate aumenta la propensione a gestire con maggiore attenzione le scorte domestiche. Analisi condotte nel Regno Unito dal programma WRAP evidenziano come il valore economico percepito del cibo sia uno dei fattori più influenti nei comportamenti di spreco domestico. Analogamente, studi accademici sui consumi alimentari – tra cui quelli di Principato – mostrano come le strategie di pianificazione della spesa e di riutilizzo degli avanzi siano più diffuse nei contesti in cui il budget alimentare rappresenta una quota significativa del reddito familiare.

A questo si aggiunge una crescente consapevolezza del valore ambientale del cibo. Secondo le stime della FAO, circa un terzo del cibo prodotto nel mondo viene perso o sprecato lungo la filiera, con impatti rilevanti sul consumo di risorse naturali e sulle emissioni di gas serra. Studi come quello di Poore e Nemecek (2018) hanno inoltre evidenziato come la produzione alimentare rappresenti una delle principali fonti di pressione sugli ecosistemi globali. In questo contesto, la riduzione dello spreco domestico assume un ruolo sempre più centrale nelle strategie di sostenibilità.

L'inversione di tendenza osservata nel ceto medio-basso suggerisce quindi che la riduzione dello spreco alimentare non dipende da un singolo fattore, ma dall'interazione tra condizioni economiche, organizzazione domestica e consapevolezza culturale. Quando le risorse si restringono, il valore del cibo torna a emergere con maggiore forza. E proprio da questa combinazione di necessità economica e attenzione crescente può nascere uno dei cambiamenti più efficaci nei comportamenti quotidiani.

Famiglie, territorio e spreco alimentare: il ruolo dell'organizzazione domestica e del contesto sociale

Le analisi sullo spreco alimentare domestico mostrano con crescente evidenza come le quantità di cibo gettate non dipendano esclusivamente dal reddito delle famiglie, ma siano fortemente influenzate dalla struttura del nucleo familiare, dalle abitudini quotidiane e dal contesto territoriale in cui si vive. Le rilevazioni più recenti confermano questa complessità: la presenza di figli, le dimensioni del comune e le differenze territoriali lungo la penisola contribuiscono a spiegare una parte significativa delle variazioni osservate nei livelli di spreco domestico.

Un primo elemento rilevante riguarda la composizione del nucleo familiare. I dati indicano che le famiglie con figli sprecano mediamente il 10% in meno rispetto alla media nazionale, con circa 498,6 grammi pro capite a settimana. Questo risultato può essere interpretato attraverso diverse chiavi di lettura. In primo luogo interviene un fattore economico: la presenza di figli implica generalmente una

quota più rilevante del reddito familiare destinata alla spesa alimentare. In termini economici questo fenomeno è coerente con la cosiddetta legge di Engel, secondo cui nelle famiglie con risorse limitate la quota di reddito destinata al cibo tende a essere relativamente più elevata, aumentando l'attenzione alla gestione delle risorse alimentari.

Accanto alla dimensione economica emerge anche una dimensione organizzativa. Diversi studi sul comportamento dei consumatori evidenziano come la pianificazione dei pasti e della spesa rappresenti uno dei fattori più efficaci nel ridurre lo spreco domestico. Ricerche condotte in Europa mostrano infatti che pratiche come la preparazione di una lista della spesa, la pianificazione settimanale dei pasti e il riutilizzo sistematico degli avanzi sono fortemente associate a livelli più bassi di spreco alimentare (Stancu, Haugaard & Lähteenmäki, 2016).

Le famiglie con figli tendono a sviluppare proprio questo tipo di routine domestiche. Gli orari dei pasti sono generalmente più regolari, la programmazione degli acquisti è più frequente e la preparazione del cibo risponde a una logica più organizzata rispetto ai nuclei familiari più piccoli o composti da soli adulti. In questo senso la riduzione dello spreco è spesso il risultato di una gestione più strutturata della cucina domestica.

Un ulteriore elemento riguarda la dimensione educativa. La presenza di figli introduce spesso una componente valoriale nella gestione del cibo: evitare lo spreco diventa parte dell'educazione quotidiana e un comportamento che i genitori cercano di trasmettere. Alcuni studi recenti sottolineano come il coinvolgimento dei figli nella preparazione dei pasti o nella pianificazione della spesa possa contribuire a rafforzare comportamenti alimentari più responsabili all'interno delle famiglie (Tonini et al., 2023).

Di segno opposto appare invece il comportamento delle famiglie senza figli, che registrano livelli di spreco superiori alla media nazionale: circa 604 grammi pro capite a settimana, pari a circa il 9% in più rispetto al dato medio. Anche in questo caso le spiegazioni sono molteplici. La maggiore flessibilità degli stili di vita aumenta la probabilità di pasti consumati fuori casa, riducendo la prevedibilità dei consumi domestici. Studi empirici hanno mostrato che la frequenza dei pasti consumati fuori casa è positivamente correlata con il rischio di spreco domestico, perché alimenti acquistati per la preparazione dei pasti possono rimanere inutilizzati fino al deterioramento (Parizeau et al., 2015; Evans, 2012).

Un fattore ulteriore riguarda la dimensione del nucleo familiare. La letteratura evidenzia come i nuclei più piccoli tendano a generare maggiori quantità di spreco pro capite, anche quando il volume complessivo di cibo acquistato è inferiore. Le famiglie più numerose, infatti, riescono generalmente a utilizzare con maggiore efficienza gli ingredienti acquistati e a ridurre gli avanzi grazie a una maggiore flessibilità nel consumo dei pasti (Qusted et al., 2013).

Oltre alla struttura familiare, anche il contesto territoriale contribuisce a spiegare le differenze osservate nei livelli di spreco. Le rilevazioni indicano che il Nord Italia presenta livelli di spreco domestico inferiori di circa il 15% rispetto alla media nazionale, mentre Centro e Sud mostrano valori leggermente più elevati. Una prima spiegazione riguarda le diverse abitudini di consumo. Nelle regioni settentrionali la frequenza dei pasti consumati fuori casa è mediamente più alta, riducendo il numero di occasioni di gestione del cibo all'interno delle mura domestiche. Al contrario, nelle regioni del Centro e del Sud è più diffusa la preparazione dei pasti in casa e la convivialità domestica, con pranzi e cene organizzati con familiari e amici che possono aumentare la probabilità di eccedenze alimentari.

Un ulteriore elemento riguarda la dimensione dei comuni. Nei piccoli centri lo spreco risulta mediamente inferiore alla media nazionale di circa l'8%, mentre nei comuni di dimensioni intermedie si osservano valori più elevati. In questi contesti territoriali le reti sociali di prossimità rimangono più forti e favoriscono pratiche informali di scambio e condivisione del cibo. Le relazioni di vicinato, i rapporti familiari e le reti locali possono infatti facilitare la redistribuzione informale delle eccedenze alimentari, riducendo la probabilità che il cibo venga gettato.

Nel complesso, questi risultati confermano quanto evidenziato da numerosi studi internazionali: lo spreco alimentare domestico è il risultato di una combinazione complessa di fattori economici, sociali e organizzativi. Non dipende solo dalla disponibilità di cibo o dal reddito, ma anche dalle routine quotidiane, dalla struttura familiare e dalle caratteristiche del contesto sociale in cui i consumatori vivono e organizzano la propria alimentazione.

Comprendere queste dinamiche è fondamentale per interpretare correttamente l'evoluzione dei comportamenti alimentari e per progettare politiche di prevenzione dello spreco più efficaci. Interventi mirati che tengano conto delle differenze tra famiglie, territori e stili di vita possono infatti contribuire a ridurre in modo significativo lo spreco domestico, trasformando le buone pratiche individuali in cambiamenti strutturali nei modelli di consumo.

Comportamenti e motivazioni dello spreco



Figura 4 - La mia famiglia spreca perché

L'analisi delle cause percepite dello spreco alimentare domestico evidenzia come i comportamenti dei consumatori siano il risultato di una combinazione di fattori organizzativi, psicologici ed economici. Le risposte degli intervistati mostrano in particolare due grandi gruppi di motivazioni. Da un lato emerge una quota rilevante di consumatori che attribuisce parte della responsabilità dello spreco alla fase distributiva della filiera, ritenendo che i prodotti acquistati abbiano già una durata residua limitata o condizioni di conservazione non sempre ottimali. Dall'altro lato, tuttavia, i dati evidenziano anche una crescente consapevolezza individuale rispetto al ruolo delle pratiche domestiche nella generazione dello spreco.

Questa doppia lettura è coerente con quanto evidenziato nella letteratura scientifica sul tema. Diversi studi mostrano infatti come lo spreco alimentare domestico sia spesso il risultato di un'interazione tra fattori esterni - come la qualità percepita dei prodotti acquistati o le dinamiche promozionali della distribuzione - e fattori interni legati all'organizzazione della cucina domestica, alla pianificazione dei pasti e alla gestione delle scorte alimentari (Stancu, Haugaard & Lähteenmäki, 2016; van Herpen et al., 2019).

Tra le cause più frequentemente indicate dagli intervistati emerge innanzitutto il deterioramento dei prodotti freschi. Il 38% degli intervistati segnala infatti che frutta e verdura, una volta portate a casa e conservate in frigorifero, finiscono per deteriorarsi prima di essere consumate, un valore sostanzialmente invariato rispetto alla rilevazione del 2025. Questo risultato conferma una tendenza ormai consolidata nelle indagini sullo spreco domestico: i prodotti freschi, caratterizzati da una conservabilità limitata, risultano anche i più esposti al rischio di deterioramento e quindi di spreco.

Un secondo fattore rilevante riguarda l'organizzazione della dispensa domestica. Il 33% degli intervistati indica come causa dello spreco il fatto di dimenticare alcuni alimenti in frigorifero o nella dispensa fino alla loro scadenza o deterioramento, un valore in lieve diminuzione rispetto all'anno precedente (-1%). Questo tipo di comportamento è stato spesso associato nella letteratura alla cosiddetta *mismanagement of food stocks*, ovvero una gestione poco efficiente delle scorte alimentari domestiche, che può derivare da una scarsa pianificazione dei pasti o da una limitata visibilità degli alimenti conservati (Quested et al., 2013).

Accanto a questi fattori legati alla gestione domestica, emerge anche una quota significativa di intervistati che attribuisce lo spreco a elementi esterni al proprio comportamento. Il 31% dei rispondenti ritiene infatti che i cibi venduti siano già troppo vicini alla scadenza o "vecchi" al momento dell'acquisto, un valore in lieve diminuzione rispetto al 2025 (-2%). Questa percezione riflette in parte la crescente attenzione dei consumatori verso le date di scadenza e le condizioni di conservazione degli alimenti, ma evidenzia anche una certa distanza tra percezione e realtà dei processi distributivi, che negli ultimi anni hanno generalmente migliorato l'efficienza della gestione delle scorte.

Tra le motivazioni segnalate emerge inoltre un elemento legato alla dimensione psicologica dei comportamenti di consumo. Il 30% degli intervistati dichiara infatti di acquistare quantità eccessive di cibo per il timore di non avere scorte sufficienti in casa, un valore leggermente in aumento rispetto all'anno precedente (+1%). Questo comportamento, spesso definito nella letteratura come *precautionary purchasing*, rappresenta una strategia di sicurezza che può però generare eccedenze alimentari quando gli acquisti superano le effettive necessità di consumo.

Infine, una quota analoga di intervistati (30%) indica tra le cause dello spreco la presenza di offerte promozionali troppo frequenti, che possono incentivare acquisti superiori al fabbisogno reale della famiglia. Anche questo fenomeno è ampiamente documentato negli studi sui comportamenti alimentari: le promozioni e le vendite multiple, pur consentendo risparmi economici immediati, possono favorire l'accumulo di scorte domestiche difficili da consumare nei tempi previsti (Aschemann-Witzel et al., 2015).

Nel complesso, i risultati mostrano come lo spreco alimentare domestico non dipenda da una singola causa, ma sia piuttosto il risultato di un insieme di comportamenti quotidiani legati alla gestione del cibo. La combinazione tra deperibilità degli alimenti freschi, organizzazione della cucina domestica, dinamiche promozionali e percezione della disponibilità di cibo contribuisce a determinare il livello complessivo di spreco nelle famiglie.

SEZIONE 2

L'ITALIA DIVISA: INSICUREZZA ALIMENTARE E SPRECO GENERAZIONALE

L'ITALIA DIVISA: INSICUREZZA ALIMENTARE E SPRECO GENERAZIONALE

Barbara Toci

L'insicurezza alimentare - geografia e generazioni di una crisi silenziosa

Il paradosso italiano

L'Italia del 2026 vive una contraddizione strutturale che emerge con forza dall'ultima rilevazione dell'Osservatorio Waste Watcher: mentre il 14,36% della popolazione sperimenta forme di insicurezza alimentare moderata o grave (un dato in peggioramento rispetto al 2024) continuiamo a gettare 554 grammi di cibo a settimana per persona, generando uno spreco domestico del valore di oltre 7 miliardi di euro annui. È il paradosso di un Paese che spreca ciò che teme di non avere.

Questo apparente controsenso trova la sua spiegazione proprio nell'analisi dei dati: il 30% delle famiglie italiane dichiara di sprecare perché acquista quantitativi superiori rispetto alle reali necessità per "paura di non avere cibo a sufficienza".

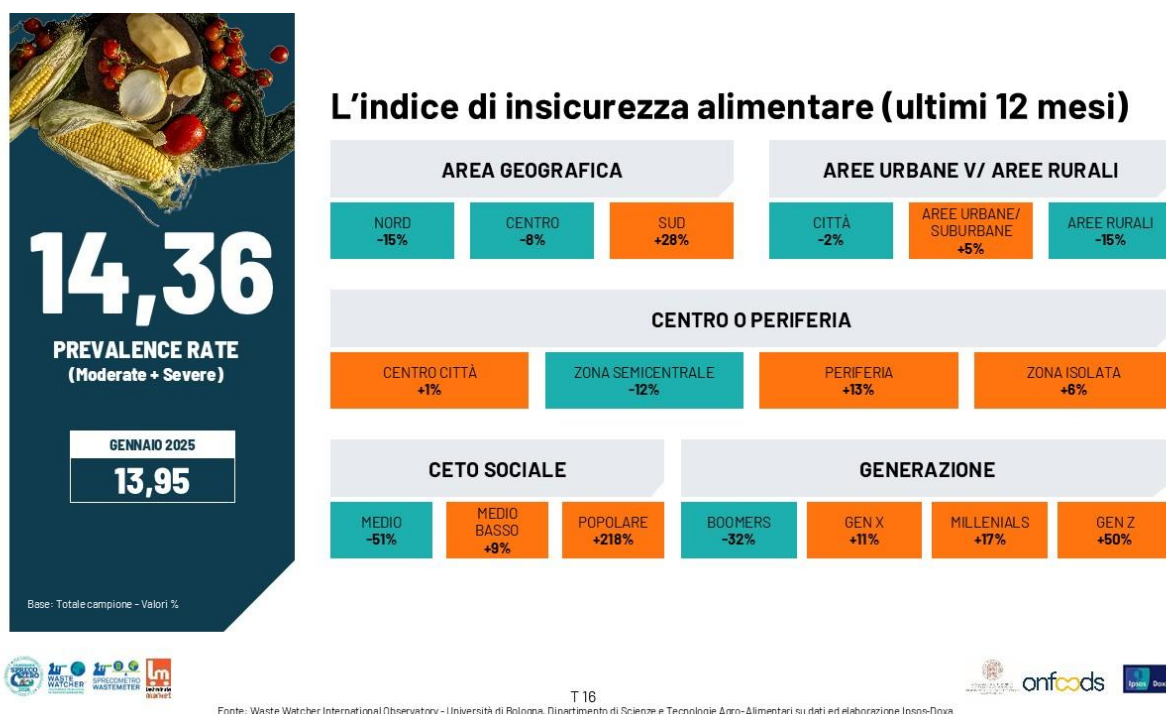


Figura 5 - L'indice di insicurezza alimentare (ultimi 12 mesi)

La geografia della disuguaglianza

La mappa dell'insicurezza alimentare italiana racconta di fratture territoriali sempre più profonde. Il Mezzogiorno registra livelli di insicurezza del 28% superiori alla media nazionale, ma paradossalmente proprio queste regioni sprecano il 7% in più di cibo. È un cortocircuito psicologico e sociale: dove la povertà è più diffusa, da un lato l'ansia di rimanere senza cibo può portare ad acquisti eccessivi generando maggiore spreco, dall'altro le difficoltà economiche portano a scelte di acquisto orientate a prodotti più economici ma di qualità inferiore, che deperiscono prima.

Spostandosi dal livello nazionale a quello locale, emerge come le aree più in difficoltà sono quelle suburbane con particolare riguardo alle periferie e alle zone isolate rispetto ai centri urbani, configurandosi come i nuovi "deserti alimentari": zone lontane dai servizi tipici dei centri città e spesso caratterizzate da precarietà lavorativa ed abitativa.

Al contrario, le aree rurali mostrano una sorprendente resilienza con un -12% rispetto alla media nazionale. Orti familiari, autoproduzione, reti informali di scambio, vendita diretta di prodotti agricoli e un costo della vita più basso creano un sistema di protezione informale che nella realtà quotidiana fa la differenza tra sicurezza e insicurezza alimentare.

Il ceto popolare: l'emergenza invisibile

Il dato più preoccupante riguarda il ceto popolare, dove l'insicurezza alimentare raggiunge il +218% rispetto alla media nazionale. Significa che in queste famiglie più di una persona su tre vive in condizioni di insicurezza alimentare moderata o grave. Non è più questione di rinunce occasionali o di scelte alimentari limitate: parliamo di famiglie che saltano pasti, che riducono sistematicamente la quantità e la qualità del cibo, che vivono nella preoccupazione di non riuscire a mettere insieme pranzo e cena.

L'analisi generazionale: quattro Italie diverse

L'indice FIES disaggregato per generazioni rivela quattro Italie profondamente diverse, ciascuna con le proprie vulnerabilità e strategie di sopravvivenza.

La Gen Z (+50%) vive una forma peculiare di insicurezza alimentare. Non è la povertà familiare a determinare questo dato, quanto piuttosto la precarietà individuale: stage non pagati o sottopagati, lavori intermittenti, contratti a chiamata. Quando sono fuori casa - all'università o al lavoro - questi giovani saltano pasti, si accontentano di cibo di bassa qualità, rinunciano alla varietà alimentare. Il 25% dichiara che l'antispreco è "troppo costoso", riferendosi non alle risorse familiari ma al proprio budget

personale inesistente o quasi. È l'insicurezza di chi vive in famiglie relativamente stabili ma non ha accesso diretto a quella stabilità.

I Millennial (+17%) incarnano il dramma della generazione perduta. Sono la generazione di transizione tra Gen X e Gen Z, hanno avviato il cambiamento (digitale, work-life balance, sostenibilità) che poi è stato consolidato e portato sotto certi versi all'estremo dalla Gen Z.

Entrati nel mercato del lavoro durante la crisi finanziaria del 2008, hanno visto i loro guadagni compromessi permanentemente. Sono la prima generazione a guadagnare sistematicamente meno dei propri genitori alla stessa età, schiacciati tra prezzi immobiliari inaccessibili e salari stagnanti. La loro insicurezza alimentare non è solo economica ma anche temporale: il 32% lamenta che "sono troppo lunghi i tempi tra una spesa e l'altra", sintomo di vite frammentate dove anche fare la spesa diventa lusso di tempo oltre che di denaro.

La Gen X (+11%) rappresenta la "generazione sandwich" nel suo momento più critico: sostengono simultaneamente figli che non riescono a rendersi indipendenti e genitori anziani sempre più bisognosi di cure. Dal punto di vista lavorativo vivono una forma di precarizzazione tardiva: hanno subito ristrutturazioni aziendali e digitalizzazioni forzate a metà carriera, vedono allontanarsi pensioni già inadeguate, affrontano la quasi impossibilità di ricollocamento professionale dopo i 50 anni. Il loro +11% di insicurezza alimentare è il prezzo del doppio carico: economico e di cura.

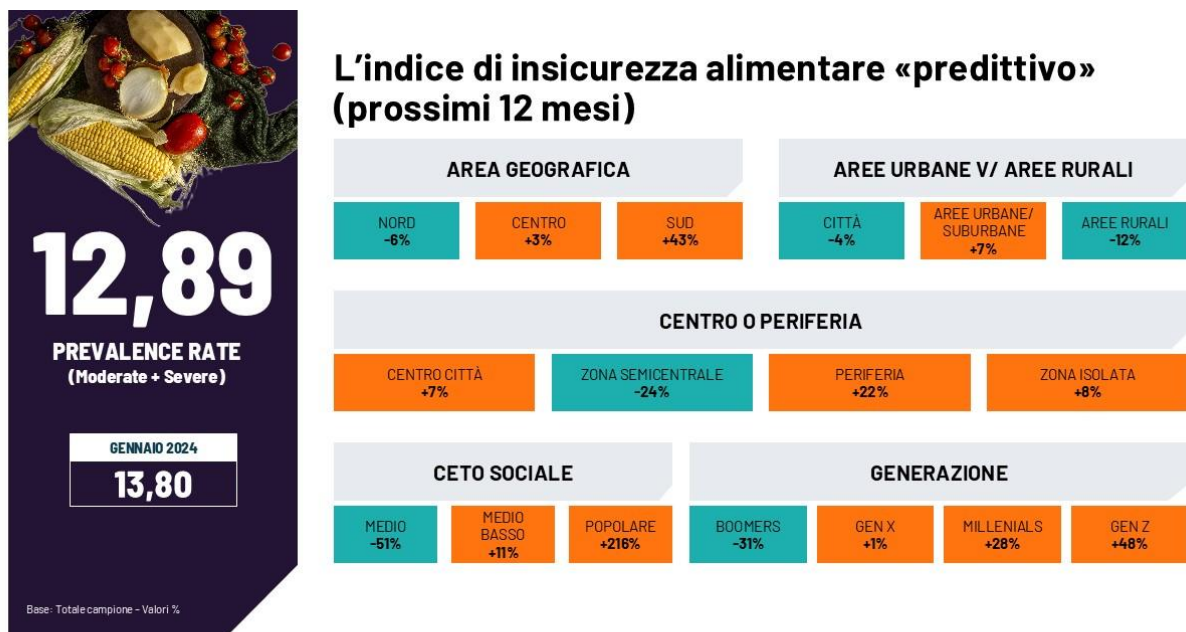
I Boomer (-32%) sono l'ultima isola felice del sistema italiano. Con pensioni piene calcolate col metodo retributivo, case di proprietà acquistate quando i prezzi erano accessibili, risparmi accumulati in periodi di tassi favorevoli, rappresentano l'ultima generazione garantita. Possiedono la casa dove vivono (il 91% degli over 65 vive in una casa di proprietà).

Eppure, anche loro mostrano vulnerabilità specifiche: vedovanza e solitudine creano insicurezza logistica più che economica, problemi di salute limitano cosa possono mangiare trasformando l'insicurezza da quantitativa a qualitativa.

Le aspettative per il futuro: una crisi ormai cronica

L'indice di insicurezza alimentare predittivo per i prossimi 12 mesi (12,89% a livello nazionale) presenta un apparente miglioramento rispetto all'attuale 14,36%. Ma disaggregando il dato emerge uno scenario di transizione che prefigura non un miglioramento ma una riconfigurazione della sicurezza alimentare italiana.

¹ Fonte: elaborazione Confedilizia su dati Istat 2024



T 17
Fonte: Waste Watcher International Observatory - Università di Bologna, Dipartimento di Scienze e Tecnologie Agro-Alimentari su dati ed elaborazione Ipsos-Doxa



Figura 6 - L'indice di insicurezza alimentare predittivo (prossimi 12 mesi)

L'evoluzione geografica dell'insicurezza alimentare

Il Mezzogiorno registra aspettative in aumento importanti che potrebbero essere legate a diversi fattori come aspettative di una rimodulazione degli ammortizzatori sociali, flussi migratori giovanili che potrebbero ridurre il tradizionale supporto intergenerazionale, l'inflazione alimentare, la precarietà lavorativa.

Il Centro Italia si posiziona in una fascia intermedia: presenta indicatori migliori rispetto al Mezzogiorno, ma senza raggiungere i livelli di stabilità del Nord. Quest'area mostra una condizione di equilibrio che potrebbe risentire di eventuali shock economici.

Il paradosso urbano-rurale

Le aree rurali (-12%) sono quelle dove le aspettative per i prossimi 12 mesi sono più positive. La presenza di orti familiari, pratiche di autoproduzione, reti informali di scambio e un costo della vita generalmente inferiore contribuiscono a creare sistemi economici di sussistenza che si traducono in maggiore sicurezza alimentare.

Le periferie urbane (+22%) si confermano anche rispetto alle aspettative future le aree più critiche: la distanza dai servizi combinata con costi abitativi elevati, la limitata disponibilità di punti vendita con

prodotti freschi e di qualità ("food desert"), insieme alla concentrazione di situazioni lavorative e abitative precarie, contribuiscono a determinare questo risultato.

Analoghi in termini di aspettative negative (anche se più contenute), ma diversi rispetto ai fattori che le determinano i centri città (+7%): i processi di gentrificazione e l'aumento dei costi abitativi incidono significativamente sul budget disponibile per l'alimentazione, anche per fasce di popolazione tradizionalmente considerate stabili. Si osservano situazioni di insicurezza alimentare anche in contesti socioeconomici apparentemente solidi.

Le zone semicentrali (-24%) registrano i migliori indicatori: questa fascia urbana beneficia di un accesso adeguato ai servizi senza i costi elevati delle zone centrali, mantenendo un equilibrio favorevole tra accessibilità e sostenibilità economica, con una presenza ancora consistente di nuclei familiari a reddito medio.

Il ceto popolare: una condizione strutturale

Il ceto popolare registra valori strutturalmente molto più elevati della media: +216% nell'indice predittivo, sostanzialmente in linea con il +218% attuale. Questa stabilità indica una condizione ormai consolidata, dove le famiglie non prevedono cambiamenti sostanziali della propria situazione. Il dato suggerisce che questo segmento di popolazione opera già con margini economici estremamente ridotti, dove ulteriori contrazioni economiche potrebbero comportare il passaggio da insicurezza moderata a severa.

Le traiettorie generazionali

La Gen Z mostra una sostanziale stabilità (+50% al +48%), questa generazione non vede vie d'uscita immediate dalla propria precarietà: sanno che i contratti precari continueranno, non prevedono di uscire dal nucleo familiare a breve, anticipano che la loro insicurezza individuale resterà alta anche se vivono in famiglie relativamente stabili. Si sono adattati psicologicamente alla precarietà normalizzando l'insicurezza come condizione esistenziale.

I Millennial presentano le criticità più forti: balzano dal +17% attuale al +28% predittivo, unica generazione che prevede un netto peggioramento della propria condizione. Questa escalation riflette l'accumularsi di pressioni multiple che stanno per convergere: anticipano costi crescenti per figli che entrano in fasi più costose (asili, scuole, attività extrascolastiche), temono concretamente la fine del supporto economico dei genitori Boomer sempre più anziani e bisognosi di cure, vedono l'inflazione continuare a erodere salari già strutturalmente insufficienti.

Ma c'è di più: iniziano a intravedere il loro futuro come "sandwich generation", anticipando il peso della cura dei genitori anziani mentre ancora sostengono i figli. È l'ansia del peggioramento annunciato, il timore che il peggio debba ancora venire.

La Gen X presenta il dato apparentemente più confortante: crollo dal +11% attuale al +1% predittivo. Ma è quello che potremmo definire "ottimismo da esaurimento". Dopo anni di equilibrismo economico, credono che peggio di così non possa andare. Sperano che i figli trovino finalmente l'indipendenza economica (speranza più che previsione), alcuni si avvicinano alla pensione (anche se sarà significativamente più bassa del previsto), credono di aver superato il momento peggiore.

I Boomer mostrano una stabilità granitica (dal -32% al -31%): sanno di avere rendite garantite (pensioni sicure, case di proprietà che possono eventualmente monetizzare), non temono cambiamenti strutturali nel breve termine, hanno già metabolizzato l'inflazione nei propri calcoli. Ma anche loro iniziano a considerare variabili prima ignorate: spese mediche crescenti, costi di badanti e assistenza, possibili ricoveri in RSA.

Il dato stabile nasconde però una potenziale polarizzazione interna: i Boomer benestanti vedono un futuro sostanzialmente sereno, quelli con pensioni minime o in condizioni di precarietà abitativa sono maggiormente esposti all'erosione finale del loro capitale con un allargamento della forbice anche nell'ultima generazione garantita.

L'evoluzione del modello di supporto familiare

L'indice di insicurezza alimentare nazionale che passa dal 14,36% al 12,89% riflette una transizione nel modello di protezione familiare intergenerazionale che ha tradizionalmente caratterizzato il sistema italiano.

Il FIES predittivo evidenzia una trasformazione del modello italiano di sicurezza alimentare tradizionalmente basato sulla famiglia estesa. Con l'invecchiamento dei Boomer (orizzonte temporale 10-15 anni) e l'ingresso della Gen X in pensione con assegni potenzialmente inferiori alle aspettative, si pone la questione del sostegno alle generazioni più giovani caratterizzate da maggiore precarietà lavorativa.

La convergenza di fattori quali l'invecchiamento demografico, i cambiamenti nel mercato del lavoro, l'evoluzione del sistema pensionistico e le modifiche nei pattern di risparmio familiare determinano una riconfigurazione del modello di supporto familiare.

L'analisi generazionale dello spreco: percezioni, realtà e il potere di definire

Prima di analizzare i dati generazionali sullo spreco alimentare, è importante precisare che i valori riportati si basano su percezioni soggettive, non su misurazioni dirette. I dati rappresentano come ogni generazione percepisce e valuta lo spreco all'interno del proprio nucleo familiare. Questa distinzione metodologica è essenziale per una corretta interpretazione dei risultati.

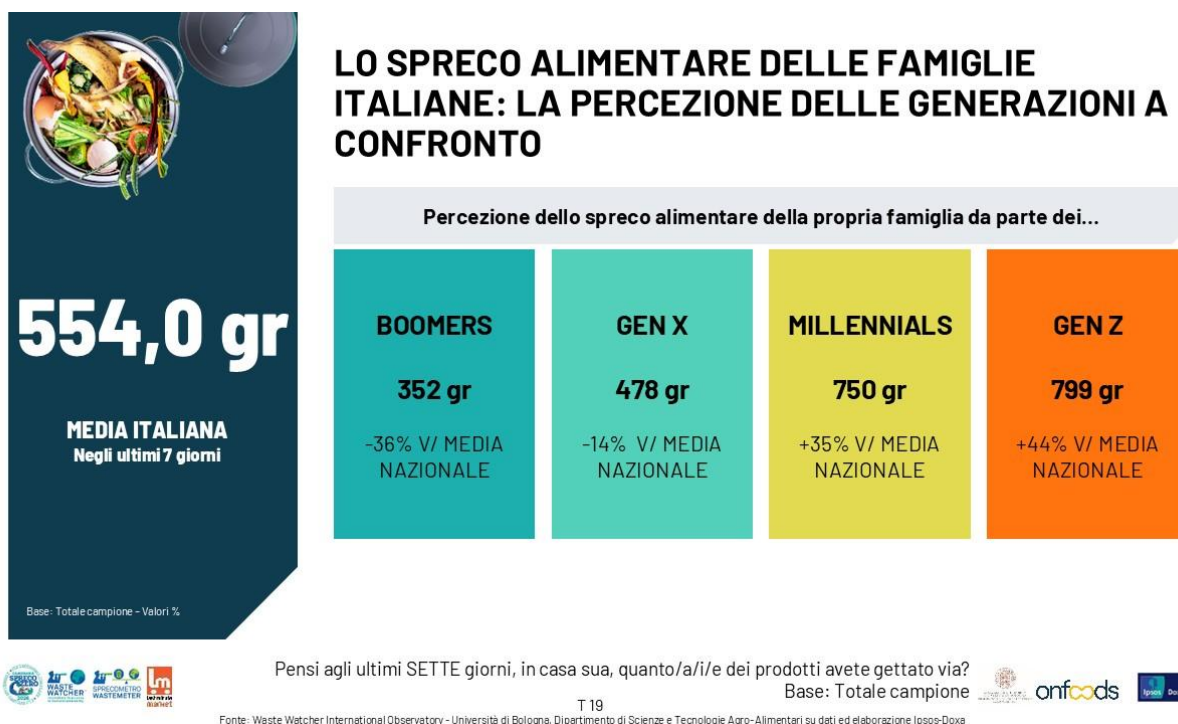


Figura 7 - Lo spreco alimentare delle famiglie italiane: la percezione delle generazioni a confronto

Gen Z: la percezione amplificata

I 799 grammi settimanali percepiti dalla Gen Z (+44% sulla media nazionale) costituiscono il valore più elevato tra tutte le generazioni. I giovani appartenenti alla Gen Z sono prevalentemente osservatori delle dinamiche alimentari familiari, vivendo ancora spesso nel nucleo d'origine ma partecipando raramente alla gestione di spesa e cucina.

La loro sensibilità ambientale, sviluppata in un contesto di crescente attenzione ai temi climatici, li porta a includere nella definizione di "spreco" comportamenti che altre generazioni potrebbero considerare ordinari.

Al tempo stesso si caratterizza anche per una discrepanza tra elevata consapevolezza ambientale e limitate opportunità di azione concreta: non gestendo direttamente spesa e cucina presenta una percezione amplificata dello spreco familiare.

Non sorprende quindi che solo il 41% ritenga che la propria famiglia sia molto attenta a non sprecare, il valore più basso tra tutte le generazioni: i giovani Gen Z applicano criteri valutativi più stringenti, categorizzando come spreco comportamenti che i genitori potrebbero considerare ordinari o inevitabili.

Millennial: la gestione sotto pressione

I 750 grammi settimanali percepiti dei Millennial (+35% sulla media) riflettono le sfide di chi gestisce attivamente la casa in condizioni di tempo limitato. I Millennial sono spesso responsabili diretti della gestione domestica, bilanciando molteplici responsabilità.

Questa generazione affronta la gestione familiare conciliando lavoro, cura dei figli e attività domestiche. Sensibili al tema ambientale, si trovano però a dover conciliare comportamenti virtuosi volti a contrastare lo spreco alimentare con la cronica mancanza di tempo che rende difficile pianificare ed organizzare cucina e dispensa: lamentano tempi eccessivamente lunghi tra una spesa e l'altra (32%) ma si dimenticano anche di cosa hanno in dispensa lasciandolo deperire (40%).

I Millennial tendono a riportare con maggiore accuratezza lo spreco percepito: hanno sviluppato sensibilità al tema e si assumono la responsabilità della gestione domestica, fornendo valutazioni equilibrate della situazione.

Gen X: l'equilibrio pragmatico

I 478 grammi percepiti della Gen X (-14% rispetto alla media) rappresentano un approccio pragmatico alla gestione domestica. Questa generazione ha sviluppato strategie adattive per ottimizzare le risorse disponibili: verifica della commestibilità del cibo oltre la data di scadenza, applicando criteri pratici di valutazione (51%), utilizzo regolare del congelamento per conservare gli alimenti (58%), integrandolo come pratica routinaria nella gestione domestica. Questi comportamenti sono stati interiorizzati come normali procedure gestionali.

La Gen X riporta valori di spreco inferiori, avendo ridefinito nel tempo i propri standard di gestione alimentare. Dopo anni di bilanciamento tra risorse e necessità familiari, hanno sviluppato un approccio pragmatico che non enfatizza né minimizza la questione dello spreco.

Boomer: l'automatismo consolidato

I 352 grammi percepiti dei Boomer (-36% rispetto alla media) derivano da pratiche consolidate nel tempo: si considerano molto attenti a non sprecare (69%), il valore più alto tra le generazioni, ma al tempo stesso non sanno indicare specifiche strategie antispreco adottate (37%).

Questa generazione, prevalentemente responsabile degli acquisti e della preparazione dei pasti, applica criteri propri nella definizione di spreco: in parte i minori valori di spreco dichiarati sono collegati a comportamenti virtuosi, in parte anche al fatto che non vedono lo spreco perché non lo categorizzano come tale.

Al tempo stesso, i Boomer hanno interiorizzato pratiche di conservazione e riutilizzo derivanti da contesti storici diversi, integrandole nella routine quotidiana senza considerarle specificamente "antispreco". La loro posizione di gestori principali della cucina influenza la percezione familiare complessiva dello spreco.

L'interpretazione dei dati generazionali

La progressione della percezione quantitativa dello spreco attraverso le generazioni (dai 352 grammi dei Boomer fino ai 799 grammi delle Gen Z, passando per i valori di Millennial e Gen X) riflette differenze nel ruolo familiare e nei criteri di valutazione. I Boomer gestiscono e applicano criteri consolidati, la Gen X adotta un approccio pragmatico, i Millennial bilanciano consapevolezza e vincoli pratici e temporali, la Gen Z osserva con criteri più restrittivi e giudicanti.

Le differenze percettive emergono chiaramente nel dato sulla frequenza: il 70% della Gen Z ritiene che la famiglia sprechi più di una volta a settimana, contro il 93% dei Boomer che dichiara di sprecare meno di una volta settimanale. Questi dati, riferiti a nuclei familiari condivisi, indicano differenze nei criteri di valutazione più che nei comportamenti effettivi.

Implicazioni delle differenze percettive

Le divergenze nella percezione dello spreco hanno implicazioni pratiche sulla gestione familiare. Le diverse generazioni applicano criteri valutativi differenti, influenzati dal proprio ruolo nel nucleo familiare e dal contesto culturale di riferimento.

La Gen Z esprime interesse per strategie antispreco ma ha limitato potere decisionale. I Millennial gestiscono con vincoli temporali significativi. La Gen X ha sviluppato equilibri funzionali. I Boomer applicano pratiche consolidate senza particolare enfasi sulla dimensione antispreco.

Un coordinamento più efficace tra generazioni potrebbe ottimizzare la gestione domestica, integrando la sensibilità ambientale dei più giovani, le competenze digitali dei Millennial, l'approccio pragmatico della Gen X e l'esperienza dei Boomer.

SEZIONE 3

DAI BOOMERS ALLA GEN Z: COSA CI RACCONTANO LE GENERAZIONI SULLO SPRECO ALIMENTARE

DAI BOOMERS ALLA GEN Z: COSA CI RACCONTANO LE GENERAZIONI SULLO SPRECO ALIMENTARE

Filippo Pini

Introduzione

Lo spreco alimentare domestico continua a rappresentare una delle questioni più rilevanti nel rapporto tra consumi, sostenibilità e organizzazione della vita quotidiana. Non si tratta soltanto di un problema quantitativo, legato alla quantità di cibo non consumato, ma anche di un fenomeno che riflette abitudini, competenze, percezioni e vincoli molto diversi tra gruppi sociali e fasi della vita (Evans, 2012). In questo quadro, l'analisi generazionale offre una chiave di lettura particolarmente utile: osservare come Gen Z, Millennials, Gen X e Boomers si rapportano al cibo consente infatti di cogliere non solo differenze nei livelli di spreco, ma anche differenze più profonde nel modo di organizzare acquisti, conservazione, consumo e recupero.

I dati del report Waste Watcher International, presentato in occasione della Giornata nazionale di prevenzione dello spreco alimentare, mostrano con chiarezza l'esistenza di un gradiente generazionale: lo spreco percepito è più elevato tra le generazioni più giovani e tende a ridursi progressivamente con l'età. Questo andamento, tuttavia, non può essere interpretato in modo semplicistico come il risultato di una maggiore o minore sensibilità individuale. Al contrario, i dati suggeriscono che alla base vi siano combinazioni differenti di esperienza domestica, capacità organizzativa, stabilità delle routine, percezione dei costi, senso di efficacia individuale e disponibilità di tempo.

Da questo punto di vista, la lettura cross-generazionale consente di superare una rappresentazione moralistica dello spreco. Le generazioni più giovani non appaiono meno attente in senso assoluto, ma più esposte a fragilità pratiche e a stili di vita frammentati che rendono più difficile tradurre l'intenzione in comportamento stabile (van Geffen et al., 2020). Le generazioni più adulte, al contrario, mostrano livelli di spreco più contenuti perché molte pratiche antispreco sono ormai integrate nella quotidianità e funzionano come automatismi consolidati. In mezzo, si collocano generazioni che combinano intenzioni, strumenti e difficoltà in modi differenti, delineando profili non lineari ma comunque coerenti.

L'obiettivo di questo contributo è proporre una lettura strutturata di tali differenze, mettendo in evidenza non solo i dati principali emersi dal report, ma anche le possibili motivazioni sottostanti. L'ipotesi interpretativa di fondo è che lo spreco alimentare costituisca una lente privilegiata per osservare una questione più ampia: l'indebolimento, nella società contemporanea, dei meccanismi di trasmissione quotidiana delle competenze pratiche tra generazioni. In questa prospettiva, ridurre lo

sprego non significa soltanto promuovere singoli comportamenti virtuosi, ma anche ricostruire un equilibrio nello scambio di saperi, pratiche e strumenti tra età diverse della popolazione.

Perché leggere lo spreco in chiave generazionale

Lo spreco alimentare non cambia solo in quantità tra le generazioni: cambia nel modo in cui prende forma nella vita quotidiana. Ogni generazione sviluppa infatti un proprio modo di fare la spesa, conservare gli alimenti, gestire gli avanzi e valutare il significato stesso del “buttare via” il cibo.

Nel caso delle generazioni più adulte, il cibo tende a mantenere un valore fortemente materiale e simbolico: si conserva, si riutilizza, si controlla, si adatta. Le pratiche antispreco sono spesso incorporate nella routine senza bisogno di essere continuamente tematizzate. Per le generazioni più giovani, invece, il rapporto con il cibo si inserisce in vite più mobili, in routine meno prevedibili e in modelli di consumo più esposti alla frammentazione dei tempi e degli spazi. In questo senso, lo spreco può diventare il prodotto non tanto di disinteresse, quanto di una difficoltà a stabilizzare comportamenti quotidiani coerenti.

La prospettiva generazionale permette inoltre di evidenziare come lo spreco non dipenda solo dalle conoscenze, ma dalla possibilità concreta di trasformarle in pratica. Sapere che sarebbe opportuno consumare prima i cibi deperibili, organizzare la dispensa o pianificare meglio le quantità non garantisce, di per sé, che questi comportamenti vengano adottati. Ciò che conta è il modo in cui tali pratiche si intrecciano con i ritmi di vita, con il carico mentale della gestione domestica e con la presenza o meno di competenze sedimentate nel tempo.

Per questo motivo, i dati generazionali non vanno letti soltanto come un confronto tra chi spreca di più e chi spreca di meno. Più profondamente, essi mostrano come cambino le condizioni che rendono possibile o difficile l'adozione di pratiche antispreco. E mostrano anche un altro aspetto rilevante: che la società contemporanea rischia di perdere, insieme ad alcune abitudini quotidiane, anche quella continuità nello scambio di saperi pratici che per lungo tempo ha consentito di trasmettere forme implicite di educazione al cibo.

I principali risultati: il gradiente generazionale dello spreco

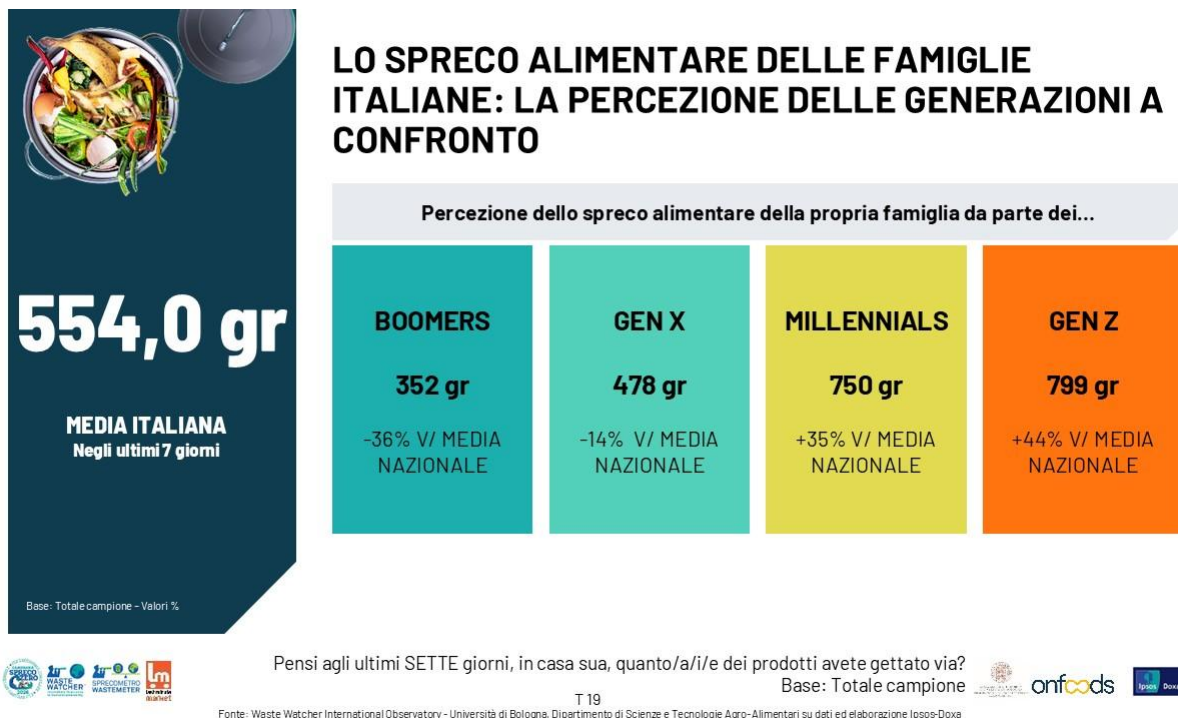


Figura 8 - Lo spreco alimentare delle famiglie italiane: la percezione delle generazioni a confronto

I dati del report Waste Watcher International evidenziano con chiarezza un andamento sistematico dello spreco alimentare lungo le diverse generazioni. Il fenomeno non si distribuisce in modo casuale, ma segue un vero e proprio gradiente: i livelli di spreco risultano più elevati tra le generazioni più giovani e diminuiscono progressivamente con l'età.

In termini quantitativi, la Gen Z registra il valore più alto di spreco percepito, pari a 799 grammi settimanali per famiglia, seguita dai Millennials con 750 grammi. I valori scendono in modo significativo nella Gen X (478 grammi) e raggiungono il livello più basso tra i Boomers, con 352 grammi settimanali. Il confronto con la media nazionale rende ancora più evidente questa dinamica: le generazioni più giovani si collocano nettamente al di sopra della media, mentre quelle più adulte si attestano al di sotto.

Questo andamento trova conferma anche in altri indicatori comportamentali. La frequenza dello spreco, ad esempio, mostra differenze marcate: tra i Boomers la quota di chi dichiara di buttare cibo meno di una volta a settimana è molto elevata, mentre tra i più giovani il fenomeno appare più ricorrente. Allo stesso modo, cresce con l'età la percentuale di individui che dichiarano di non avere

particolari difficoltà nell'adottare comportamenti antispreco, segnalando una maggiore stabilità e interiorizzazione delle pratiche.

Parallelamente, le cause dichiarate di spreco mostrano una distribuzione coerente con questo gradiente. Tra i più giovani prevalgono fattori legati alla gestione quotidiana: dimenticanze, errori nel calcolo delle quantità, acquisti eccessivi o non adeguati alle reali esigenze. Con l'aumentare dell'età, queste criticità tendono a ridursi, mentre cresce la capacità di pianificare e adattare il consumo, anche attraverso il riutilizzo degli avanzi e una migliore gestione delle scorte.

Tuttavia, il gradiente generazionale non riguarda solo l'intensità dello spreco, ma anche la natura delle pratiche adottate per evitarlo. In tutte le generazioni, la riduzione dello spreco è associata soprattutto alla gestione del cibo già acquistato, come consumare prima gli alimenti deperibili o utilizzare il congelamento. Ciò che cambia è il peso relativo delle strategie preventive rispetto a quelle reattive. Le generazioni più adulte mostrano una maggiore propensione ad agire "a monte", attraverso la pianificazione degli acquisti e delle quantità, mentre tra i più giovani prevalgono strategie più flessibili e situazionali, che intervengono "a valle", una volta che il cibo è già presente in casa.

Un elemento particolarmente rilevante riguarda la presenza di alcune criticità trasversali, che non si distribuiscono in modo differenziato tra le generazioni. La deperibilità di frutta e verdura, ad esempio, emerge come una delle principali cause di spreco in tutte le fasce d'età, suggerendo l'esistenza di un problema strutturale legato alla gestione dei prodotti freschi. Questo indica che, accanto alle differenze generazionali, esistono fattori comuni che richiedono interventi sistemici e non esclusivamente comportamentali.

Nel complesso, i risultati delineano un quadro coerente: lo spreco alimentare tende a ridursi con l'età perché le pratiche di gestione del cibo diventano progressivamente più routinizzate, automatizzate e integrate nella vita quotidiana. Allo stesso tempo, tra le generazioni più giovani emergono maggiori difficoltà nel mantenere continuità nell'adozione dei comportamenti antispreco, a causa di vincoli pratici, organizzativi e percettivi.

Questa evidenza rappresenta il punto di partenza per un'analisi più approfondita dei singoli profili generazionali, utile a comprendere non solo quanto si spreca, ma anche perché e in quali condizioni lo spreco si manifesta.

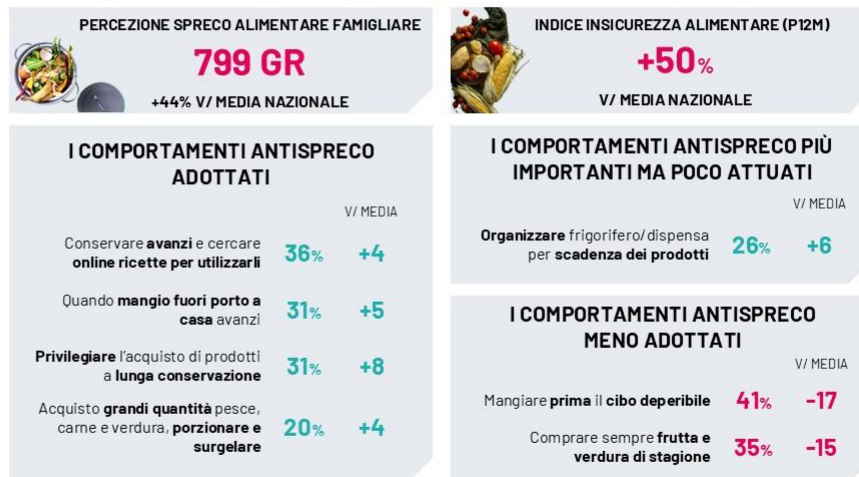
Profili generazionali

Gen Z: consapevolezza alta, difficoltà operative



GEN Z: DIGITALI MA DISCONNESSI

Padroneggiano la tecnologia e le app, ma perdono le basi dell'antispreco quotidiano



T 22

Fonte: Waste Watcher International Observatory - Università di Bologna, Dipartimento di Scienze e Tecnologie Agro-Alimentari su dati ed elaborazione Ipsos-Doxa



Figura 9 - Gen Z: digitali ma disconnessi

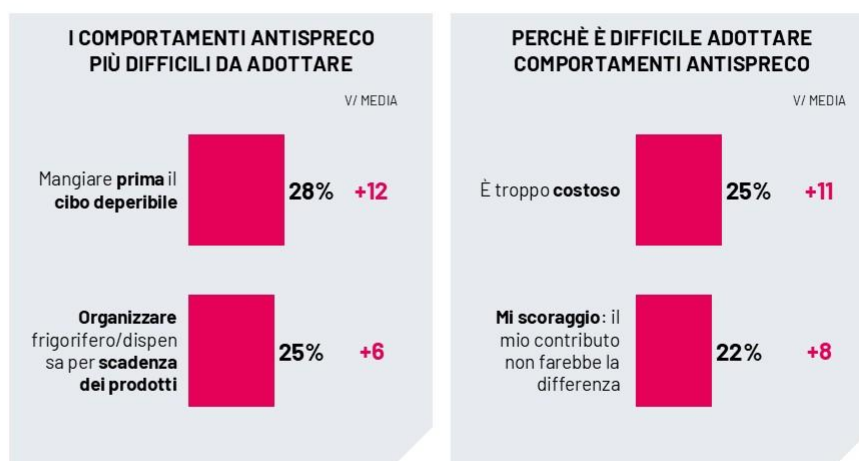
La Gen Z rappresenta la generazione con il più alto livello di spreco percepito, pari a 799 grammi settimanali per famiglia, un valore significativamente superiore alla media nazionale. Questo dato, tuttavia, non può essere interpretato come un segnale di disinteresse o scarsa sensibilità verso il tema. Al contrario, i dati mostrano una generazione attenta e consapevole, ma che incontra difficoltà nel tradurre questa attenzione in pratiche quotidiane stabili.

Le cause di spreco dichiarate confermano questa lettura. Tra i più giovani emergono soprattutto criticità legate alla gestione del cibo nel quotidiano: la dimenticanza degli alimenti fino alla scadenza coinvolge circa la metà degli intervistati, mentre risultano frequenti anche errori nel calcolo delle quantità e situazioni di sovra-acquisto, sia in termini di prodotti acquistati in eccesso sia di confezioni non adeguate alle reali esigenze. A questi fattori si aggiunge una maggiore diffusione della preoccupazione di non avere cibo a sufficienza, che può portare a comportamenti di acquisto più abbondanti del necessario.



GEN Z: DIGITALI MA DISCONNESSI

Padroneggiano la tecnologia e le app, ma perdono le basi dell'antispreco quotidiano



T 23



Fonte: Waste Watcher International Observatory - Università di Bologna, Dipartimento di Scienze e Tecnologie Agro-Alimentari su dati ed elaborazione Ipsos-Doxa

Figura 10 - Gen Z: digitali ma disconnessi (2)

Dal punto di vista delle pratiche antispreco, la Gen Z mostra una maggiore familiarità con strategie flessibili e adattive. È più diffuso, ad esempio, il ricorso a soluzioni come la conservazione degli avanzi, la ricerca di ricette per riutilizzarli o il recupero del cibo fuori casa. Si tratta di pratiche che intervengono "a valle" del processo di consumo, quando il cibo è già stato acquistato e si rende necessario gestirlo nel breve periodo. Al contrario, risultano meno consolidate le strategie preventive, come la pianificazione degli acquisti, l'organizzazione della dispensa e del frigorifero o la gestione delle priorità di consumo in base alla deperibilità degli alimenti.

Le difficoltà dichiarate riflettono ulteriormente questa configurazione. Una quota rilevante di giovani segnala ostacoli legati ai costi percepiti dell'antispreco e a un senso di efficacia individuale limitato: una parte significativa ritiene che evitare lo spreco sia troppo oneroso o che il proprio comportamento

non produca un impatto rilevante. A questi elementi si aggiungono fattori più pratici, come la fatica nel mantenere attenzione costante e nel gestire in modo continuativo le scorte alimentari.

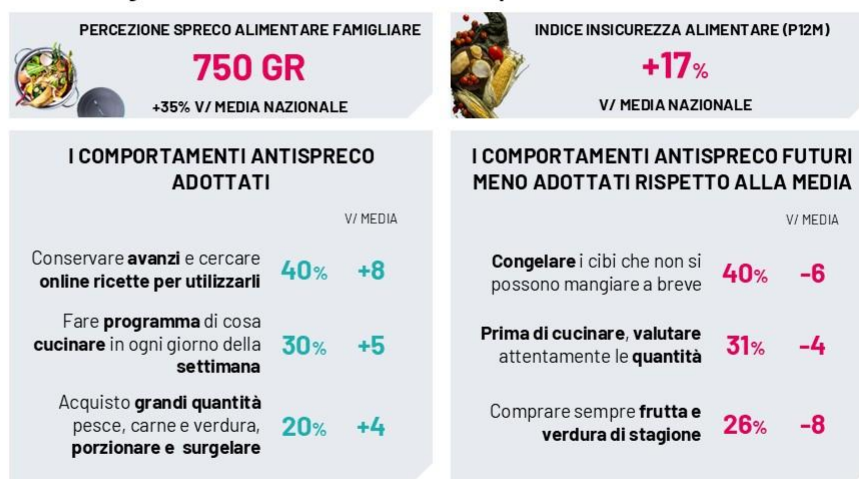
Nel complesso, il profilo della Gen Z suggerisce che lo spreco alimentare, in questa fascia di popolazione, non deriva da una mancanza di consapevolezza, ma da una difficoltà di integrazione delle pratiche antispreco nella routine quotidiana. Stili di vita più frammentati, minore esperienza nella gestione domestica e una minore stabilità delle abitudini rendono più complesso trasformare l'intenzione in comportamento. In questo senso, lo spreco appare come l'esito di fragilità organizzative più che di scelte intenzionali.

Millennials: tra intenzione e vincoli di tempo



MILLENNIALS: PIANIFICATORI SENZA TEMPO

Hanno tutti gli strumenti e le intenzioni, ma il tempo li tradisce



T 24



Fonte: Waste Watcher International Observatory - Università di Bologna, Dipartimento di Scienze e Tecnologie Agro-Alimentari su dati ed elaborazione Ipsos-Doxa

Figura 11 - Millennials: pianificatori senza tempo

I Millennials si collocano in una posizione intermedia nel gradiente generazionale dello spreco alimentare, con un livello percepito pari a 750 grammi settimanali per famiglia, ancora significativamente superiore alla media nazionale. A differenza della Gen Z, tuttavia, il loro profilo appare meno legato a fragilità operative di base e più caratterizzato da una tensione tra intenzione e possibilità concreta di implementazione.

Le cause di spreco dichiarate riflettono questa condizione. Anche in questa generazione emergono dimenticanze, errori nel calcolo delle quantità e acquisti non adeguati alle esigenze domestiche, ma in

misura leggermente più contenuta rispetto ai più giovani. Il dato rilevante riguarda piuttosto la difficoltà nel mantenere continuità nelle pratiche di gestione del cibo: il 30% dei Millennials dichiara che adottare comportamenti antispreco richiede troppo tempo, indicando come il vincolo temporale rappresenti un fattore determinante.

Dal punto di vista delle pratiche, i Millennials mostrano una maggiore propensione rispetto alla Gen Z verso forme di pianificazione. È più diffusa, ad esempio, l'intenzione di organizzare i pasti durante la settimana o di prestare attenzione alle quantità da cucinare. Tuttavia, queste strategie non sempre riescono a tradursi in comportamenti sistematici. Il risultato è una configurazione in cui coesistono elementi di prevenzione e di adattamento, senza che nessuno dei due approcci si stabilizzi pienamente.

Le difficoltà dichiarate confermano questa dinamica. Accanto ai vincoli di tempo, emergono elementi legati alla gestione della complessità quotidiana: impegni lavorativi, organizzazione familiare e variabilità delle routine incidono sulla capacità di mantenere comportamenti coerenti nel lungo periodo. A differenza della Gen Z, risultano meno rilevanti le barriere legate alla percezione dei costi o al senso di efficacia individuale, mentre appare centrale la difficoltà di conciliare le pratiche antispreco con ritmi di vita intensi e frammentati.



MILLENNIALS: PIANIFICATORI SENZA TEMPO

Hanno tutti gli strumenti e le intenzioni, ma il tempo li tradisce



T 25

Fonte: Waste Watcher International Observatory - Università di Bologna, Dipartimento di Scienze e Tecnologie Agro-Alimentari su dati ed elaborazione Ipsos-Doxa



Figura 12 - Millennials: pianificatori senza tempo (2)

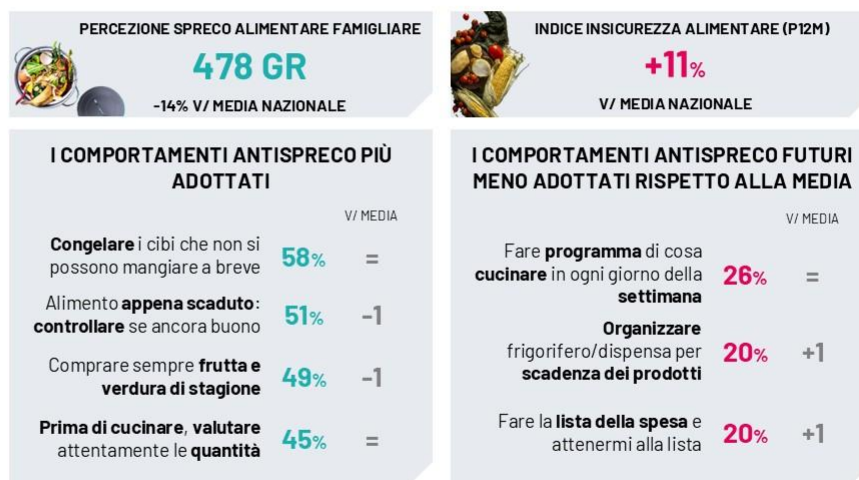
Nel complesso, il profilo dei Millennials può essere interpretato come una fase di transizione. Le competenze di gestione del cibo sono presenti, così come la consapevolezza del problema, ma l'integrazione di queste pratiche nella quotidianità è ostacolata da vincoli esterni, in particolare dalla disponibilità di tempo. Lo spreco, in questo caso, non deriva tanto da una mancanza di capacità, quanto da una difficoltà di stabilizzazione delle routine.

Gen X: l'equilibrio della routine



GEN X: GLI EQUILIBRISTI SILENZIOSI

Nella media su tutto, senza eccessi né mancanze



T 26



Fonte: Waste Watcher International Observatory - Università di Bologna, Dipartimento di Scienze e Tecnologie Agro-Alimentari su dati ed elaborazione Ipsos-Doxa

Figura 13 - Gen X: l'equilibrio della routine

La Gen X segna un punto di svolta nel gradiente generazionale dello spreco alimentare. Con un livello percepito pari a 478 grammi settimanali per famiglia, si colloca al di sotto della media nazionale, evidenziando un passaggio verso modalità di gestione del cibo più stabili ed efficaci.

Le cause di spreco risultano in questa fascia significativamente ridimensionate rispetto alle generazioni più giovani. Le dimenticanze, gli errori nel calcolo delle quantità e il sovra-acquisto sono meno frequenti, segnalando una maggiore capacità di pianificazione e controllo. Questo non implica l'assenza di criticità, ma indica che tali criticità vengono gestite in modo più sistematico e meno episodico.

Dal punto di vista delle pratiche antispreco, la Gen X mostra un approccio marcatamente pragmatico. È più diffuso il ricorso al congelamento degli alimenti non consumati, così come il controllo dei prodotti

prossimi alla scadenza prima di decidere se eliminarli. Anche l'attenzione alle quantità da cucinare risulta più consolidata. In generale, emerge una combinazione equilibrata tra strategie preventive e strategie di gestione, che consente di intervenire sia "a monte" sia "a valle" del processo di consumo.

Le difficoltà dichiarate risultano meno pervasive e meno strutturali. A differenza dei Millennials, il vincolo di tempo appare meno centrale, mentre rispetto alla Gen Z diminuiscono sensibilmente le barriere legate alla gestione operativa del cibo. Questo suggerisce che molte delle pratiche antispreco sono ormai integrate nella routine quotidiana e richiedono un minore sforzo cognitivo e organizzativo per essere mantenute.

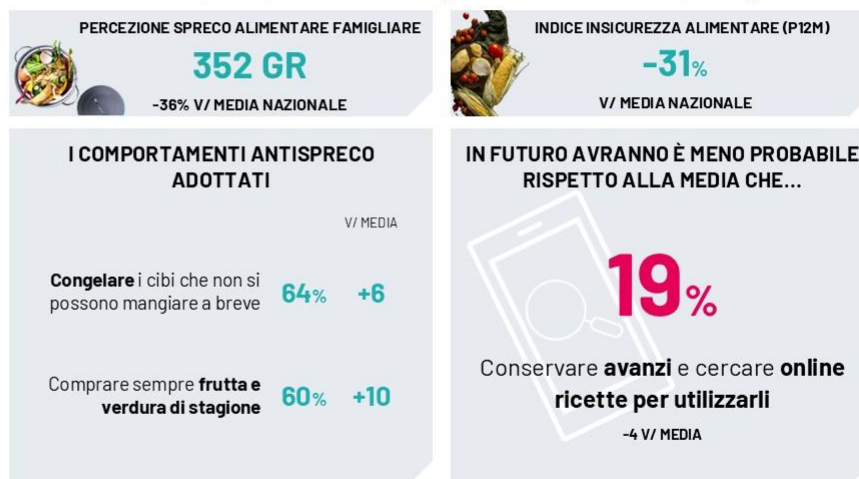
Nel complesso, il profilo della Gen X può essere interpretato come una fase di equilibrio. Le competenze acquisite nel tempo si traducono in comportamenti relativamente stabili, capaci di adattarsi alle esigenze quotidiane senza richiedere un'attenzione costante. Lo spreco si riduce non tanto perché vengono adottate strategie particolarmente innovative, ma perché le pratiche di gestione del cibo sono diventate parte integrante della quotidianità.

Boomers: l'automatismo delle pratiche consolidate



BOOMERS: MAESTRI INCONSAPEVOLI

Eccellono nell'antispreco per automatismo generazionale, senza sapere il perché



T 27

Fonte: Waste Watcher International Observatory - Università di Bologna, Dipartimento di Scienze e Tecnologie Agro-Alimentari su dati ed elaborazione Ipsos-Doxa



Figura 14 - Boomers: maestri inconsapevoli

I Boomers rappresentano la generazione con il livello più basso di spreco alimentare, pari a 352 grammi settimanali per famiglia. Il dato si colloca nettamente al di sotto della media nazionale e segna l'estremo inferiore del gradiente generazionale osservato.

Le cause di spreco risultano in questa fascia significativamente meno diffuse. Le dimenticanze, gli errori nel calcolo delle quantità e il sovra-acquisto sono presenti, ma in misura ridotta rispetto alle generazioni più giovani. Parallelamente, diminuisce anche il rifiuto degli avanzi e la difficoltà nella conservazione degli alimenti, segnalando una maggiore capacità di adattamento e riutilizzo.

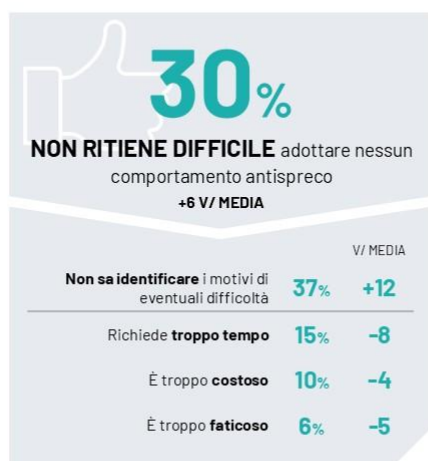
Dal punto di vista delle pratiche antispreco, emerge un elemento distintivo: molte strategie non appaiono come scelte deliberate, ma come automatismi consolidati. Il congelamento degli alimenti, l'acquisto di prodotti di stagione, la gestione attenta delle quantità e il riutilizzo degli avanzi fanno parte di una routine quotidiana che richiede un basso livello di sforzo cognitivo. Non si tratta tanto di comportamenti pianificati di volta in volta, quanto di abitudini sedimentate nel tempo.

Le difficoltà dichiarate sono coerenti con questo quadro. Una quota significativa di individui in questa fascia d'età afferma di non incontrare particolari ostacoli nell'adottare comportamenti antispreco, indicando che tali pratiche sono ormai integrate nella gestione ordinaria della vita domestica. A differenza delle generazioni più giovani, risultano meno rilevanti sia i vincoli operativi sia le barriere percettive.



BOOMERS: MAESTRI INCONSAPEVOLI

Eccellono nell'antispreco per automatismo generazionale, senza sapere il perché



T 28

Fonte - Waste Watcher International Observatory - Università di Bologna, Dipartimento di Scienze e Tecnologie Agro-Alimentari su dati ed elaborazione Ipsos-Doxa



Figura 15 - Boomers: maestri inconsapevoli (2)

Nel complesso, il profilo dei Boomers suggerisce che la riduzione dello spreco alimentare è strettamente legata alla stabilizzazione delle pratiche nel tempo. L'esperienza accumulata, insieme a modelli culturali in cui il cibo ha storicamente avuto un valore economico e simbolico rilevante, ha contribuito a costruire un insieme di competenze pratiche che oggi si traducono in comportamenti efficaci e sistematici.

Oltre i dati: cosa spiegano davvero queste differenze

Il gradiente generazionale dello spreco alimentare, così come emerge dai dati, non può essere interpretato semplicemente come una differenza di attenzione o responsabilità individuale. Al contrario, esso riflette condizioni strutturali e pratiche profondamente diverse nel modo in cui le generazioni organizzano il proprio rapporto quotidiano con il cibo.

Un primo elemento chiave riguarda la progressiva routinizzazione delle pratiche. Con l'aumentare dell'età, le attività legate alla gestione del cibo – dall'acquisto alla conservazione, fino al riutilizzo – tendono a diventare più automatiche e meno dipendenti da uno sforzo intenzionale (Warde, 2005; Shove et al., 2012). Ciò riduce il carico cognitivo associato a queste decisioni e rende più probabile l'adozione continuativa di comportamenti antispreco. Al contrario, nelle fasi più giovani della vita, tali pratiche richiedono ancora un elevato livello di attenzione e coordinamento, risultando quindi più esposte a interruzioni, dimenticanze e incoerenze.

Un secondo elemento riguarda la struttura delle routine quotidiane. Le generazioni più giovani si collocano più frequentemente in contesti caratterizzati da orari variabili, maggiore mobilità e una minore stabilità organizzativa. In queste condizioni, la pianificazione degli acquisti, la gestione delle scorte e la preparazione dei pasti diventano più difficili da sistematizzare. Le generazioni più adulte, invece, operano più spesso all'interno di routine consolidate, che facilitano l'integrazione delle pratiche antispreco nella vita quotidiana, confermando come lo spreco alimentare emerga spesso da disallineamenti tra pratiche quotidiane e gestione del cibo (Evans, 2012).

Un terzo aspetto riguarda la trasformazione delle competenze domestiche. Le capacità di conservare, riutilizzare e adattare il cibo non sono distribuite in modo uniforme tra le generazioni, ma si sviluppano nel tempo attraverso l'esperienza. I dati mostrano chiaramente come alcune difficoltà – ad esempio la gestione della conservazione o il riuso degli avanzi – diminuiscano con l'età, suggerendo un processo di

apprendimento progressivo. Tuttavia, questo processo non è automatico né garantito: dipende dalle opportunità di apprendimento e dalle occasioni di pratica.

Infine, emerge un tema legato alla percezione dell'efficacia individuale e dei costi dell'azione. Le generazioni più giovani mostrano più frequentemente la percezione che evitare lo spreco sia oneroso o poco rilevante in termini di impatto, mentre queste barriere risultano meno presenti nelle generazioni più adulte. Questo indica che il comportamento antispreco non dipende solo da competenze e routine, ma anche da come viene percepito il valore dell'azione individuale.

Nel loro insieme, questi elementi suggeriscono che lo spreco alimentare è il risultato di un'interazione complessa tra fattori comportamentali, organizzativi e culturali. Più che un indicatore di sensibilità, esso rappresenta un indicatore della capacità di integrare pratiche quotidiane in contesti di vita differenti.

Il nodo del patto generazionale

Se letti in questa prospettiva, i dati sullo spreco alimentare mettono in evidenza una questione che va oltre il singolo comportamento: la trasmissione intergenerazionale delle pratiche quotidiane legate al cibo.

Le generazioni più adulte mostrano livelli più bassi di spreco non solo perché dispongono di maggiore esperienza, ma anche perché hanno interiorizzato nel tempo un insieme di competenze pratiche che oggi operano come automatismi. Queste competenze – saper conservare correttamente gli alimenti, adattare le quantità, riutilizzare gli avanzi, valutare la commestibilità oltre la data di scadenza – rappresentano un patrimonio implicito, difficilmente sostituibile attraverso la sola informazione o sensibilizzazione, in linea con le prospettive che interpretano le pratiche quotidiane come forme di sapere incorporato e socialmente trasmesso (Bourdieu, 1977; Shove et al., 2012)

Allo stesso tempo, le generazioni più giovani portano con sé risorse diverse ma altrettanto rilevanti: una maggiore attenzione ai temi ambientali, una maggiore apertura all'innovazione e una maggiore familiarità con strumenti digitali che possono supportare nuove forme di gestione del cibo. Tuttavia, queste risorse non sempre si traducono automaticamente in pratiche quotidiane efficaci.

In questo quadro, emerge la necessità di ricostruire un patto generazionale che consenta di rimettere in circolo conoscenze, competenze e strumenti tra età diverse. Un patto che non sia unidirezionale, ma bidirezionale: dalle generazioni più adulte verso quelle più giovani, attraverso la trasmissione di

pratiche consolidate; e dalle generazioni più giovani verso quelle più adulte, attraverso l'introduzione di nuove sensibilità e modalità di gestione.

La rottura o l'indebolimento di questo scambio può contribuire a spiegare parte delle difficoltà osservate. In assenza di contesti in cui le pratiche quotidiane vengano apprese e condivise, il rischio è che alcune competenze si disperdano, rendendo più difficile la costruzione di routine efficaci. In questo senso, lo spreco alimentare diventa un indicatore non solo di comportamento individuale, ma anche di continuità o discontinuità nella trasmissione sociale dei saperi pratici.

Rafforzare questo patto significa quindi intervenire non solo sui comportamenti, ma anche sui contesti in cui essi si sviluppano: la famiglia, l'educazione, gli spazi di socializzazione e le politiche pubbliche. In questa prospettiva, lo spreco alimentare non è soltanto una questione di efficienza o sostenibilità, ma un indicatore della qualità dei legami tra generazioni. È proprio nella capacità di rimettere in circolo saperi, pratiche e responsabilità condivise che si gioca una parte rilevante della transizione verso sistemi alimentari più sostenibili.

INDICE DELLE TABELLE

Figura 1 - Perdita e spreco lungo la filiera agro-alimentare.....	9
Figura 2 - Spreco alimentare individuale	11
Figura 3 - Profilo delle famiglie che sprecano di più e di meno.....	13
Figura 4 - La mia famiglia spreca perchè.....	17
Figura 5 - L'indice di insicurezza alimentare (ultimi 12 mesi).....	21
Figura 6 - L'indice di insicurezza alimentare predittivo (prossimi 12 mesi).....	24
Figura 7 - Lo spreco alimentare delle famiglie italiane: la percezione delle generazioni a confronto ..	27
Figura 8 - Lo spreco alimentare delle famiglie italiane: la percezione delle generazioni a confronto ..	34
Figura 9 - Gen Z: digitali ma disconnessi	36
Figura 10 - Gen Z: digitali ma disconnessi (2)	37
Figura 11 - Millennials: pianificatori senza tempo	38
Figura 12 - Millennials: pianificatori senza tempo (2)	39
Figura 13 - Gen X: l'equilibrio della routine	40
Figura 14 - Boomers: maestri inconsapevoli	41
Figura 15 - Boomers: maestri inconsapevoli (2).....	42

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

Aschemann-Witzel, J., de Hooge, I., Amani, P., Bech-Larsen, T., & Oostindjer, M. (2015). Consumer-related food waste: Causes and potential for action. *Sustainability*.

Bourdieu, P. (1977). *Outline of a theory of practice*. Cambridge University Press.

Evans, D. (2012). Beyond the throwaway society: Ordinary domestic practice and a sociological approach to household food waste. *Sociology*, 46(1), 41–56. <https://doi.org/10.1177/0038038511416150>

FAO (2011). *Global Food Losses and Food Waste: Extent, Causes and Prevention*. Rome Food and Agriculture Organization of the United Nations.

FAO (2019). *The State of Food and Agriculture – Moving forward on food loss and waste reduction*. Rome Food and Agriculture Organization of the United Nations.

Poore, J., & Nemecek, T. (2018). Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. *Science*, 360(6392), 987–992. <https://doi.org/10.1126/science.aag0216>

Principato, L. (2018). *Food Waste at Consumer Level: A Comprehensive Literature Review*. Springer Briefs in Environmental Science.

Principato, L., Secondi, L., & Pratesi, C. A. (2015). Reducing food waste: an investigation on the behaviour of Italian youths. *British Food Journal*, 117(2), 731–748. <https://doi.org/10.1108/BFJ-10-2013-0314>

Quested, T., Marsh, E., Stunell, D., & Parry, A. (2013). Spaghetti soup: The complex world of food waste behaviours. *Resources, Conservation and Recycling*.

Stancu, V., Haugaard, P., & Lähteenmäki, L. (2016). Determinants of consumer food waste behaviour: Two routes to food waste. *Waste Management*, 56, 297–303.

van Herpen, E., van der Lans, I., Holthuysen, N., Nijenhuis-de Vries, M., & Quested, T. (2019). Comparing wasted apples and oranges: An assessment of methods to measure household food waste. *Waste Management*.

WRAP (2013). *Household Food and Drink Waste in the United Kingdom 2012*. Banbury, UK: Waste and Resources Action Programme.

WRAP (2020). *Food Surplus and Waste in the UK – Key Facts*. Banbury, UK: Waste and Resources Action Programme.

WRAP (2023). UK Household Food Waste Tracking Survey. Banbury, UK: Waste and Resources Action Programme.

van Geffen, L., van Herpen, E., & van Trijp, H. C. M. (2020). Household food waste—How to avoid it? An integrative review. *Food Policy*, 92, 101845. <https://doi.org/10.1016/j.foodpol.2020.101845>

Shove, E., Pantzar, M., & Watson, M. (2012). *The dynamics of social practice: Everyday life and how it changes*. SAGE Publications.

Warde, A. (2005). Consumption and theories of practice. *Journal of Consumer Culture*.

BIBLIOGRAFIA DI APPROFONDIMENTO

De Menna F.; Vittuari M.; Segrè A., 2014, *Food waste as a double energy waste. The case of Italy*, in *Leading Enabling Technologies for Societal Challenges LETS 2014* (atti del convegno, Bologna, 29 settembre – 1 ottobre 2014).

Desiderio E.; García-Herrero L.; Hall D.; Segrè A.; Vittuari M., 2022, *Social sustainability tools and indicators for the food supply chain: a systematic literature review*, "Sustainable Production and Consumption", 30, pp. 527-540.

Falascioni L.; Vittuari M.; Politano A.; Segrè A., 2015, *Food waste in school catering: an Italian case study*, "Sustainability", 7, pp. 14745-14760.

Falascioni L.; Cicatiello C.; Franco S.; Segrè A.; Setti M.; Vittuari M.; Cusano I., 2016, *Consumer approach to food waste: evidences from a large-scale survey in Italy*, in *The Value of Food. Internationalization, Competition and Local Development in Agro-Food Systems*, Firenze, Firenze University Press, vol. 71, pp. 266-277 (atti del 52° Congresso della Società Italiana di Economia Agraria, Roma/Viterbo, 17-19 settembre 2015).

Gaiani S.; Caldeira S.; Adorno V.; Segrè A.; Vittuari M., 2018, *Food wasters: profiling consumers' attitude to waste food in Italy*, "Waste Management", 72, pp. 17-24.

Iori E.; Masotti M.; Falascioni L.; Risso E.; Segrè A.; Vittuari M., 2022, *Tell me what you waste and I'll tell you who you are: an eight-country comparison of consumers' food waste habits*, "Sustainability", 15, Article 430, pp. 1-27.

Last Minute Market (LMM), 2010, *Dichiarazione congiunta per la riduzione dello spreco alimentare*, Parlamento Europeo, Bruxelles.

Osservatorio Waste Watcher International (WWI), 2013-2025, *Campagna Spreco Zero-Last Minute Market*, Bologna.

Segrè A., Falascioni L., 2002, *Abbondanza e scarsità nelle economie sviluppate*, Milano, Franco Angeli.

Id., 2004, *Lo spreco utile. Trasformare lo spreco in risorsa con i Last Minute Market*, Bologna, Pendragon.

Id. e Grossi A., 2007, *Dalla fame alla sazietà*, Palermo, Sellerio.

Id., 2008a, *Elogio dello -spr+eco. Formule per una società sufficiente*, Bologna, EMI.

Id., 2008b, *Manuale di politiche per lo sviluppo agricolo e sicurezza alimentare*, Roma, Carocci.

Id. e Cirri M., 2010a, *Dialogo sullo -Spr+Eco. Formule per non alimentare lo spreco*, Bologna, Promomusic.

Id., 2010b, *Last Minute Market. La banalità del bene e altre storie contro lo spreco*, Bologna, Pendragon.

Id., 2010c, *Lezioni di ecostile. Consumare, crescere, vivere*, Milano, Bruno Mondadori.

Id., 2011a, *Basta il giusto (quando e quanto). Lettera a uno studente sulla società della sufficienza. Manifesto per un nuovo civismo ecologico, etico, economico*, Milano, Altreconomia.

Id. e Falascioni L., 2011b, *Il libro nero dello spreco: il cibo*, Milano, Edizioni Ambiente.

Id., 2012a, *Cucinare senza sprechi*, Milano, Ponte alle Grazie.

Id., 2012b, *Economia a colori*, Torino, Einaudi.

- Id. e Falasconi L., 2012c, *Il libro blu dello spreco: l'acqua*, Milano, Edizioni Ambiente.
- Id. e Vittuari M., 2012d, *Il libro verde dello spreco: l'energia*, Milano, Edizioni Ambiente.
- Id. e Gaiani S., 2012e, *Transforming Food Waste into Resource*, Cambridge, Royal Chemistry Society.
- Id., 2013, *Vivere a spreco zero*, Venezia, Marsilio.
- Id., 2014a, *Primo non sprecare*, Milano, RCS.
- Id., 2014b, *Spreco*, Torino, Rosenberg & Sellier.
- Id., 2014c, *La prevenzione dello spreco alimentare per ridare valore al cibo: riflessioni di un agroeconomista*, "Giornale Italiano di Medicina del Lavoro ed Ergonomia", 36, pp. 203-206.
- Id.; Falasconi L.; Politano A.; Vittuari M., 2014d, *Background paper on the economics of food loss and waste*, Roma, Food and Agriculture Organization of the United Nations, pp. 76 [rapporto tecnico].
- Id., 2015a, *Cibo*, Bologna, Il Mulino.
- Id., 2015b, *L'oro nel piatto. Valore e valori del cibo*, Torino, Einaudi.
- Id., 2015c, *Educazione alimentare e spreco di cibo: per una nuova economia domestica*, in (a cura di T. Gregory e M. Bray), *Artusi. Una cultura per nutrire il pianeta*, Istituto della Enciclopedia italiana fondata da Giovanni Treccani, Roma, 2015, pp. 19-33.
- Id.; Falasconi L.; Bellettato C., 2015c, *Virtual Water in Diet, Shopping and Food Waste*, in *The Water We Eat: Combining Virtual Water and Water Footprints*, London, Springer International Publishing, pp. 79-89.
- Id., 2016, *Spreco alimentare. Dal recupero alla prevenzione*, Milano, Fondazione Feltrinelli.
- Id., 2017a, *Il gusto per le cose giuste. Lettera alla generazione Z*, Milano, Mondadori.
- Id., 2017b, *Mangia come sai. Cibo che nutre, cibo che consuma*, Bologna, EMI.
- Id., 2019, *Il metodo spreco zero*, Milano, BUR Rizzoli.
- Id., 2022a, *D(i)ritti al cibo. La mia playlist dallo spreco alla cittadinanza alimentare*, Trieste, Scienza Express.
- Id., 2022b, *L'insostenibile pesantezza dello spreco alimentare. Dallo spreco zero alla dieta mediterranea*, Roma, Castelvecchi.
- Id. e Riso, E., 2023, *Lo spreco alimentare in Italia e nel mondo. Quanto, cosa e perché. I rapporti dell'Osservatorio Waste Watcher International 2022-2023*, Roma, Castelvecchi.
- Id. e Pertot I. (prefazione Zuppi, M.), 2024, *La spesa nel carrello degli altri. L'Italia e l'impoverimento alimentare*, Milano, Baldini+Castoldi.
- Id., 2025, *La dieta sprecata. Dieta mediterranea, spreco alimentare e povertà*, in (Autori Vari), *Siamo ciò che mangiamo? Nutrire il corpo e la mente*, UTET, Milano, pp. 103-116.
- Id., 2026, *Contro lo spreco. Cibo, valore, futuro*, Roma, Treccani.
- Setti M.; Banchelli F.; Falasconi L.; Segrè A.; Vittuari M., 2018, *Consumers' food cycle and household waste. When behaviors matter*, "Journal of Cleaner Production", 185, pp. 694-706.

Id.; Falasconi L.; Segrè A.; Cusano I.; Vittuari M., 2016, *Italian consumers' income and food waste behavior*, "British Food Journal", 118, pp. 1731-1746.

Vittuari M.; De Menna F.; Gaiani S.; Falasconi L.; Politano A.; Dietershagen J.; Segrè A., 2017, *The second life of food: an assessment of the social impact of food redistribution activities in Emilia Romagna, Italy*, "Sustainability", 9, Article 1817, pp. 1-14.

Id.; De Menna F.; García Herrero L.; Pagani M.; Brenes Peralta L.; Segrè A., 2019, *Food systems sustainability: the complex challenge of food loss and waste*, in *Sustainable Food Supply Chains: Planning, Design, and Control through Interdisciplinary Methodologies*, Amsterdam, Elsevier, pp. 249-260.

Id.; Falasconi L.; Masotti M.; Piras S.; Segrè A.; Setti M., 2020, "Not in My Bin': consumers' understanding and concern of food waste effects and mitigating factors", "Sustainability", 12, Article 5685, pp. 1-23.

Id.; Masotti M.; Iori E.; Falasconi L.; Gallina Toschi T.; Segrè A., 2021, *Does the COVID-19 external shock matter on household food waste? The impact of social distancing measures during the lockdown*, "Resources, Conservation and Recycling", 174, Article 105815, pp. 1-11.

NOTA METODOLOGICA

Metodologia e campione



Metodologia

UNIVERSO DI
RIFERIMENTO

Popolazione residente in Italia dai
18 anni in su

TECNICA DI
RILEVAZIONE

CAWI

NUMERO INTERVISTE
ESEGUITE

2000 interviste complete

STRATIFICAZIONE DEL
CAMPIONE

Genere, età, area

PERIODO DI
RILEVAZIONE

15 dicembre 2025 – 17 dicembre 2025

Fasce d'età per generazioni analizzate

Generazione Z

18 anni - 28 anni

Millennials

29 anni - 44 anni

Generazione X

45 anni - 60 anni

Boomers

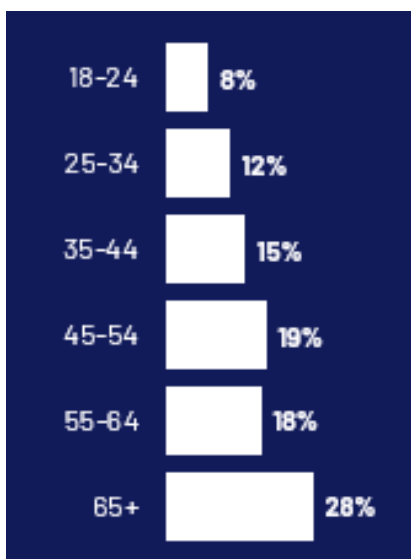
61 anni +

Il campione intervistato

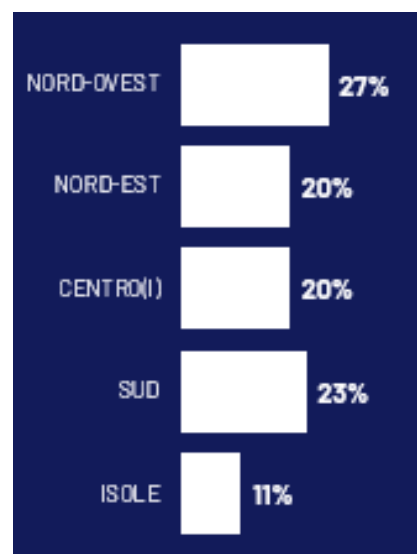
GENERE



ETÀ



AREA GEOGRAFICA



Waste Watcher International 2026

WINTER EDITION



A cura di Andrea Segrè e Luca Falasconi
con la collaborazione di Enzo Risso, Filippo Pini, Matteo Vittuari, Barbara Toci

Waste Watcher International

L'Osservatorio internazionale su cibo e sostenibilità

TEAM



- Prof. Andrea Segrè, Università di Bologna, Direttore scientifico WW, andrea.segre@unibo.it
- Dr. Enzo Riso, Direttore scientifico Ipsos-Doxa, enzo.riso@ipsos.com
- Prof. Matteo Vittuari, Università di Bologna, Coordinatore del report internazionale WW, matteo.vittuari@unibo.it
- Prof. Luca Falasconi, Università di Bologna, Coordinatore nazionale del report WW, luca.falasconi@unibo.it
- Dr. Filippo Pini, Università di Bologna, Segreteria Scientifica, filippo.pini5@unibo.it
- Dr.ssa Barbara Toci, Ipsos-Doxa Public Affairs Senior Researcher, barbara.toci@ipsos.com
- Dr.ssa Anna Barbero, Segretaria, sprecozero@lastminutemarket.it
- Dr. ssa Maria Virginia Fato, info@sprecometro.it
- PRESS OFFICE, ufficiostampa@volpesain.com +39 3922067895 +39 3490671710