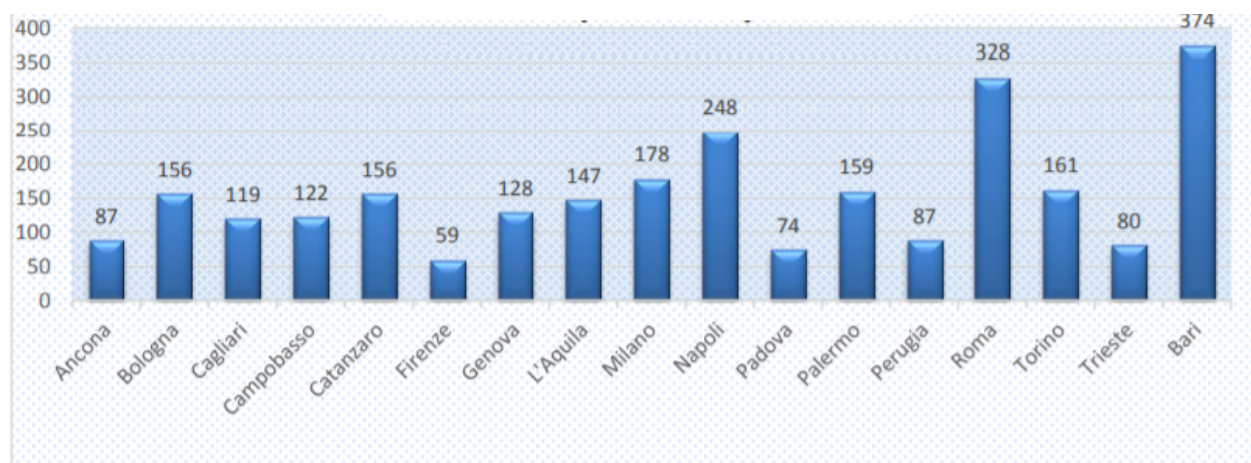


## Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista 2016

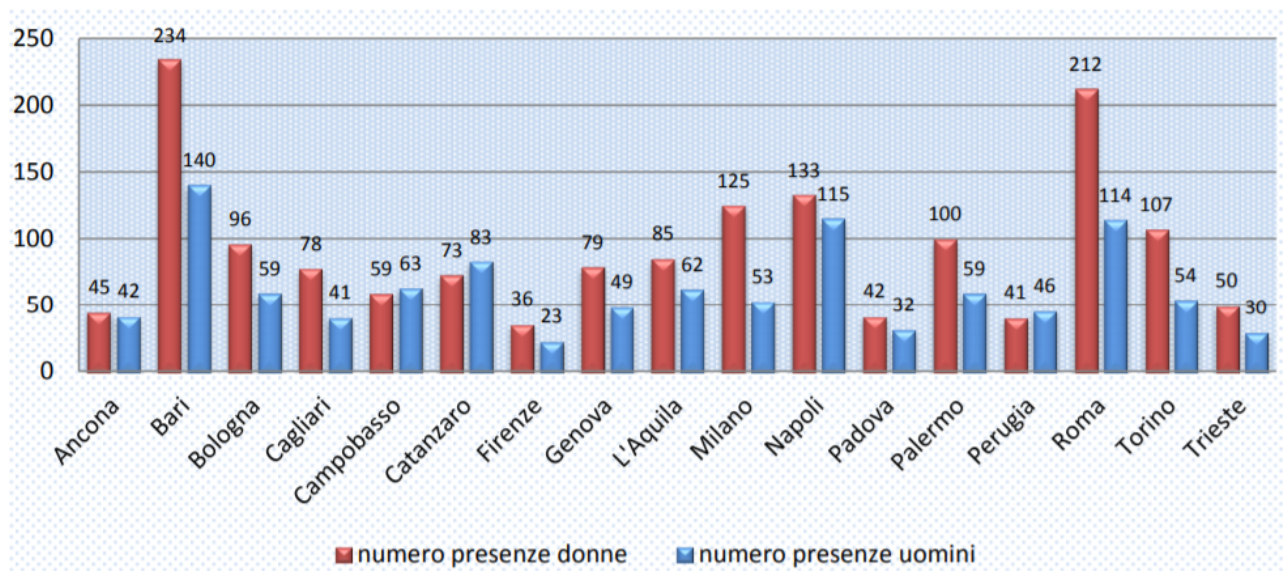
L'edizione della Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista si è svolta il 21 e il 22 maggio in 17 piazze italiane. Hanno preso parte all'evento 2.663 persone e la concentrazione maggiore si è registrata nelle città di Bari (374), Roma (328) e Napoli (248) (Fig. 1) con una presenza femminile più massiccia rispetto agli individui di sesso maschile (Fig. 2).

Fig. 1 Presenze per città Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista 2016



Fonte: Elaborazione propria

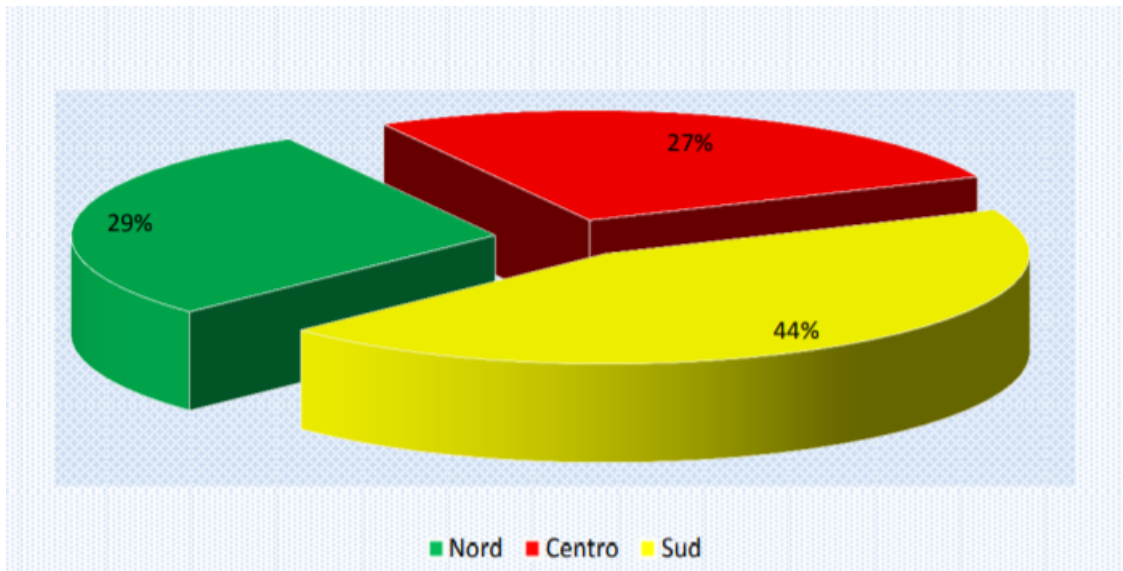
Fig. 2 Numero di presenze per città divise per sesso Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista 2016



Fonte: Elaborazione propria

La partecipazione più cospicua si è verificata al Sud (44%), seguito dal Nord (29%) e dal Centro (27%) (Fig.3).

**Fig. 3 Ripartizione delle presenze per area geografica Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista 2016**



Fonte: Elaborazione propria

Focalizzando l'attenzione sull'età anagrafica dei partecipanti, si è osservato che sono stati maggiormente gli adulti a partecipare, ma si è verificata anche una consistente partecipazione tra i "giovani" e gli "anziani" (Fig. 4).

**Fig. 4 Ripartizione per fasce d'età Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista 2016**

Zona geografica	Bambini (6 - 12 anni)		Adolescenti (13 - 18 anni)		Giovani (19 - 39)		Adulti (40 - 62)		Anziani (63 anni in su)		TOTALI
	n.	%	n.	%	n.	%	n.	%	n.	%	
NORD	4	1%	10	1%	264	34%	368	47%	131	17%	<b>777</b>
CENTRO	8	1%	17	2%	201	29%	335	48%	144	20%	<b>705</b>
SUD	4	0%	27	2%	344	29%	537	46%	264	22%	<b>1176</b>
<b>TOTALE</b>	<b>16</b>		<b>54</b>		<b>809</b>		<b>1240</b>		<b>539</b>		<b>2658</b>

Fonte: Elaborazione propria

Sono state rivolte ai partecipanti domande che hanno indagato argomenti quali la circonferenza vita, l'attività fisica e lo stato nutrizionale.

Dai dati raccolti, l'obesità addominale è risultata essere in costante incremento in tutte e tre le aree geografiche prese in esame e soprattutto nelle fasce di età degli adulti e degli anziani, mentre

c'è un lieve miglioramento nelle fasce di età più giovani. Le percentuali relative all'obesità addominale raggiunge il 51% tra gli uomini e il 54% tra le donne e in generale interessa il 52,5% della popolazione. In particolare, al Centro e al Sud si registra un girovita alterato, mentre il campione del Nord, per entrambi i sessi, sembra essere più virtuoso. Questi dati collocano l'Italia in una sorta di "centro classifica" nell'ambito dei paesi industrializzati in cui sono state condotte analisi epidemiologiche simili.

Al Nord gli individui sembrano dedicare, inoltre, più tempo all'attività fisica, con più attenzione soprattutto da parte degli uomini che, in generale, sembrano praticare più sport rispetto alle donne e da parte della fascia d'età più giovane.

La terza area tematica ha approfondito il tema del peso corporeo facendo una distinzione tra la percezione personale e il peso accertato. Si è evidenziato un modesto discostamento dei dati tra il peso percepito ed il peso reale. Pur rimanendo il normopeso ed il sovrappeso il range dove si colloca la maggior parte del campione esaminato sia per il peso percepito che per quello reale, spesso chi ha qualche chilo di troppo rischia di non vederlo e di crederci normopeso o addirittura sottopeso, mentre chi rientra nella fascia del "sottopeso", avendo una percezione di bellezza ispirata a modelli di estrema magrezza, vede il proprio corpo sempre "troppo pesante". Tutto ciò risulta essere particolarmente veritiero in riferimento al campione di sesso femminile per il quale le obese accertate sono il doppio rispetto a quelle che si percepiscono tali, invece le donne realmente in sovrappeso sono la metà rispetto a quelle che si percepiscono in tale stato. Altrettanto interessante risulta anche il campione "sottopeso", perché le donne che rientrano in questa fascia di peso, in realtà, sono più del doppio rispetto alla percezione del loro peso.

Dall'esame dei dati appare che la dieta onnivora sia quella più osservata in tutto il territorio nazionale e da tutte le fasce di età, con un tendenziale decremento della dieta tipo vegetariana e vegana al Centro a favore dell'onnivora. Tra le abitudini alimentari, meno osservata in tutto il territorio nazionale è la consumazione degli spuntini nell'arco della giornata. Rapportandole alle diverse fasce d'età, gli italiani sembrano anche saltare la colazione, avere un'alimentazione monotona, consumare pasti precotti o confezionati accompagnati da disordine, piluccamento ed inoltre consumano in maniera frequente pasti fuori casa. Esaminando i picchi di consumo degli alimenti, si è rilevato che in particolare tra i bambini al Nord si eccede in bevande zuccherate, al Centro in olio, carboidrati complessi e grassi animali, al Sud con sale, carboidrati complessi e grassi animali. Tra gli adolescenti, invece, al Nord si eccede in bevande zuccherate, al Centro in olio, carboidrati complessi e bevande zuccherate, al Sud, invece, grassi animali e bevande zuccherate. Sul versante opposto, analizzando la scarsità dei consumi di alcuni alimenti, al Nord i bambini consumano in maniera scarsa frutta e verdura e gli anziani sono carenti nel consumo di pesce; al Centro gli eccessi nella carenza dei consumi provengono dalla fascia di età degli adolescenti e nello specifico per lo scarso consumo di proteine vegetali, prodotti integrali e pesce, al Sud il picco più alto si ha nella fascia di età dei bambini in relazione allo scarso consumo di pesce.

Le fonti attraverso le quali gli italiani vengono in contatto con la nutrizione sono, in ordine di consultazione, il web, il medico di famiglia ed il nutrizionista, la televisione, la radio, le riviste, i giornali, il passaparola, i libri e i manuali tecnici. In particolare al Nord si utilizza di più il Web, al Centro invece c'è un uso più variegato delle diverse fonti e al Sud ci si rivolge maggiormente al web, alla televisione e alla comunicazione interpersonale.