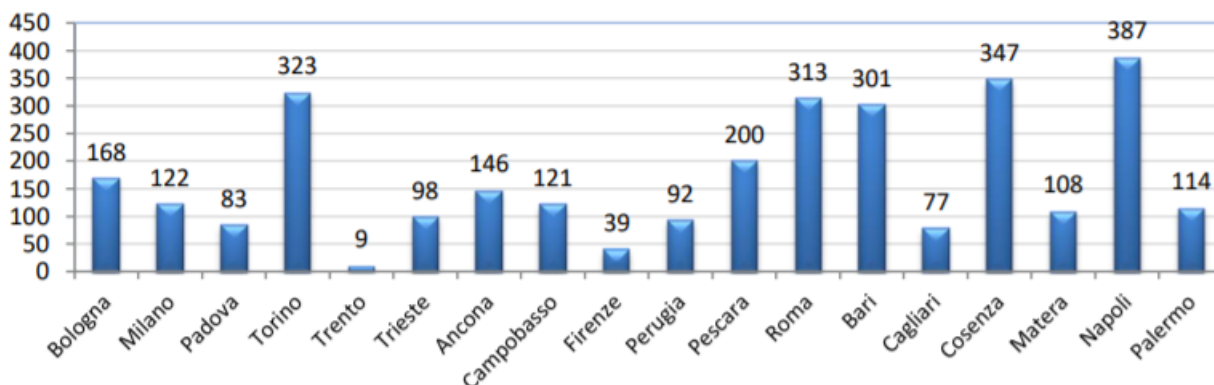


Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista 2017

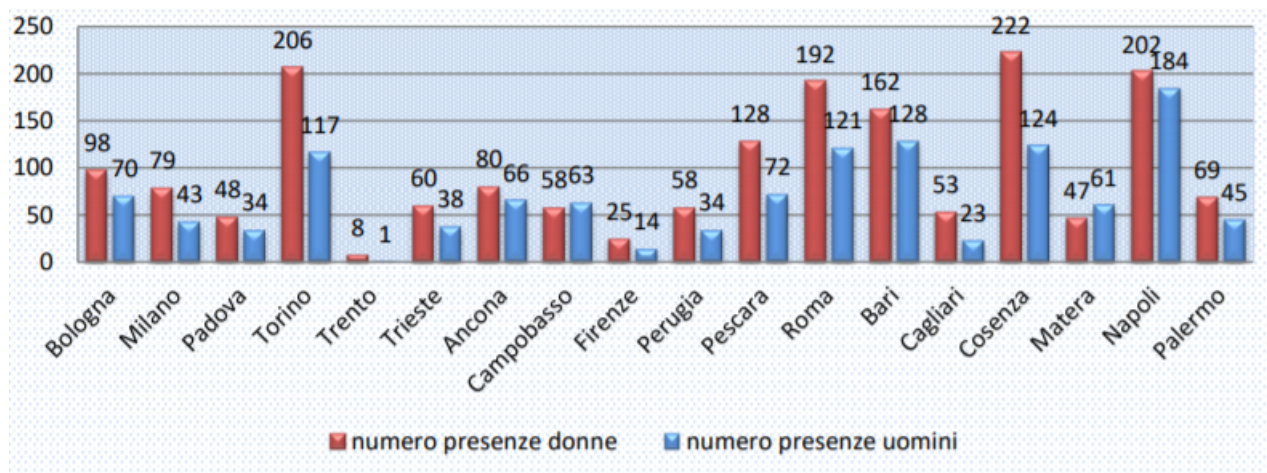
L'edizione 2017 della Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista si è svolta il 20 e il 21 maggio in 18 piazze italiane. Hanno preso parte all'evento 3.048 persone e la concentrazione maggiore si è registrata nelle città di Napoli (387), Cosenza (347) e Torino (323) (Fig. 1) con una presenza femminile più massiccia rispetto agli individui di sesso maschile (Fig. 2).

Fig. 1 Presenze per città Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista 2017



Fonte: Elaborazione propria

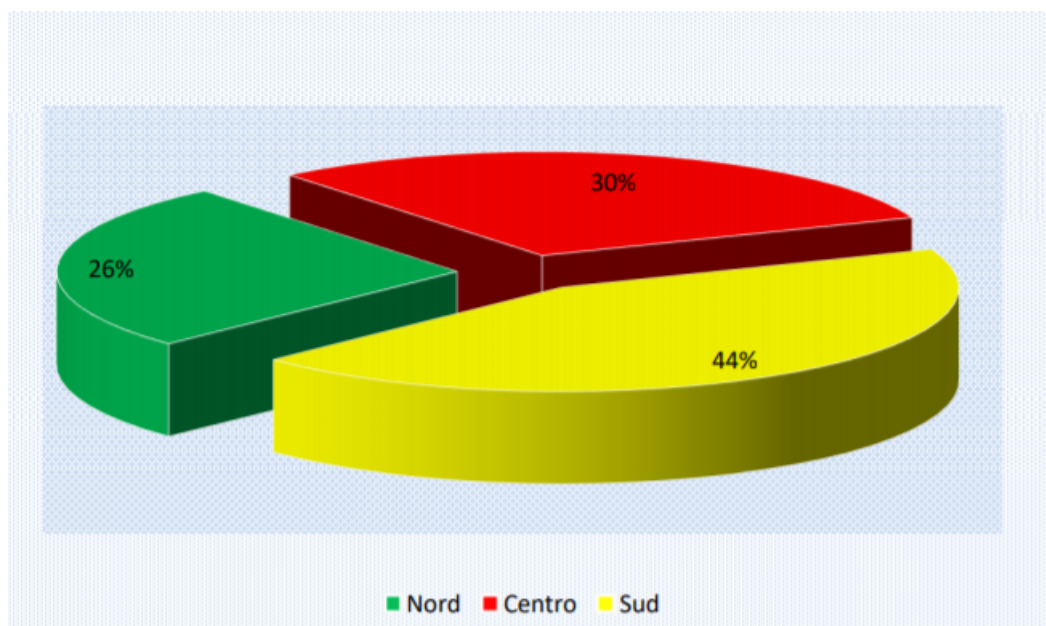
Fig. 2 Numero di presenze per città divise per sesso Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista 2017



Fonte: Elaborazione propria

La partecipazione più cospicua si è verificata al Sud (44%), seguito dal Centro (30%) e dal Nord (26%) e (Fig.3).

Fig. 3 Ripartizione delle presenze per area geografica Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista 2017



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 2017

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%	16	2%	308	39%	322	40%	148	19%	798
CENTRO	9	1%	37	4%	225	25%	416	46%	220	24%	907
SUD	12	1%	49	4%	451	34%	578	44%	229	17%	1319
TOTALE	25		102		984		1316		597		3024

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 ha dato risultati diversi a seconda della zona geografica e della fascia di età. Infatti, per quasi tutte le fasce di età del Nord, con esclusione dei giovani, vi è stato un peggioramento rispetto agli anni precedenti, per il Centro invece gli anziani hanno avuto

un discreto miglioramento e al Sud gli adolescenti e i giovani hanno riportato risultati migliori. Le percentuali indicano che l'obesità addominale raggiunge il 48% degli uomini e il 50% delle donne. Per la fascia di età "adulti" e "anziani", in tutte e tre le zone geografiche il girovita risulta essere superiore ai valori consentiti, ad esclusione del campione di sesso maschile del nord della fascia di età "adulti" che rientra nei parametri.

Per quanto riguarda il tempo dedicato all'attività fisica, si evince che la percentuale più alta di persone che dedicano più tempo allo sport corrisponde al campione della zona geografica del Nord, con una prevalenza del sesso maschile a prescindere dalla zona di appartenenza.

In riferimento al peso corporeo percepito e al peso reale, per il campione di sesso femminile le obese accertate sono il triplo rispetto a quelle che si percepiscono tali, invece le donne realmente in sovrappeso sono più della metà rispetto a quelle che si percepiscono in tale stato. Per il campione di sesso maschile, l'unico dato che risulta essere di effettivo interesse è quello riferito all'obesità. Vi è una considerevole discordanza tra il peso percepito con quello reale dove, per tutte e tre le aree geografiche, la percentuale di uomini che rientra in tale fascia di peso è di almeno quattro/cinque volte superiore rispetto al peso percepito.

Nello specifico, viene confermato che il campione di sesso femminile che rientra nella fascia di peso delle "obese", ha una bassissima percezione del proprio stato, infatti il peso accertato delle stesse, per tutte le fasce di età e per le tre aree geografiche interessate, è di diversi punti percentuale superiore al percepito. Il campione di sesso maschile sembra avere, invece, una sottostima della percezione del peso rispetto al dato accertato, nella fascia riguardante l'obesità. Questo avviene per tutte le fasce di età e per tutte e tre le aree geografiche.

Per quanto riguarda le diete, per tutto il territorio nazionale, la percentuale di intervistati che ha approcciato ad una dieta fai da te si avvicina quasi alla metà, con un valore leggermente più alto al Nord. Nello specifico nella zona geografica del Nord, le fasce di età giovani e adulti hanno la percentuale più alta di diete fai da te; in quella del Centro invece, con esclusione dei bambini e degli adolescenti che hanno la percentuale più bassa, le altre fasce di età si equiparano; nella zona del Sud sono gli adolescenti ad avere il picco massimo di percentuale che pratica diete fai da te, mentre le altre fasce di età si eguagliano.

Al massimo il 10% del campione ha effettuato più di due diete, mentre il 20% almeno una volta ha praticato una dieta. La restante parte, che risulta di percentuale elevata (mediamente per tutte e tre le zone il 64%) non ha mai effettuato diete. La percentuale più alta di coloro che hanno già effettuato diete è sicuramente quella del sesso femminile, indifferentemente dal numero di diete praticate, pur rimanendo nel complessivo (uomini e donne) una percentuale molto più bassa rispetto a coloro che non hanno mai fatto diete.

Tra le abitudini alimentari, risulta che per tutto il territorio nazionale e per tutte le fasce d'età la dieta onnivora è quella più praticata. Mentre al Centro c'è un decremento della dieta tipo vegetariana e vegana a favore dell'onnivora, al Sud c'è la tendenza opposta che va verso un lieve incremento della dieta vegetariana e vegana a sfavore di quella onnivora.

Tra le abitudini alimentari meno osservate in tutto il territorio nazionale troviamo la consumazione degli spuntini nell'arco della giornata, senza trascurare come condotta scorretta il "disordine e piluccamento" e una "Alimentazione monotona". Da notare anche un'alta percentuale,

soprattutto al Nord e al Centro, nel “consumo abituale di pasti fuori casa”. Assenza della prima colazione (soprattutto al Nord e tra gli adolescenti e gli adulti), disordine e piluccamento (soprattutto tra le donne), consumo regolare di pasti precotti o confezionati (soprattutto i giovani” al Nord e i bambini, gli adolescenti e i giovani al Centro e al Sud e il consumo abituale di pasti fuori casa sono tra i comportamenti maggiormente praticati.

Risultano equivalenti tra le diverse aree geografiche i dati che si riferiscono ad un particolare consumo di dolci e bevande zuccherate, mentre il consumo di alcool ha la percentuale più bassa. In riferimento allo scarso consumo di alimenti, pesce e proteine vegetali scarseggiano al Nord. Per gli altri alimenti le percentuali sono pressoché uniformi nelle altre zone geografiche. I dati evidenziano, inoltre, che al Nord gli uomini conducono uno stile alimentare più disordinato rispetto alle donne e lo scarso consumo di prodotti integrali trova la percentuale più alta nel campione di sesso maschile in tutte e tre le zone geografiche.

Quasi il 50% del campione intervistato ha ritenuto valido il consumo di sale iodato. Dall’analisi, inoltre, si evince che il consumo di prodotti privi di glutine, sia che si tratta di persone con patologia accertata che solamente sensibili, deriva da un’autoprescrizione.