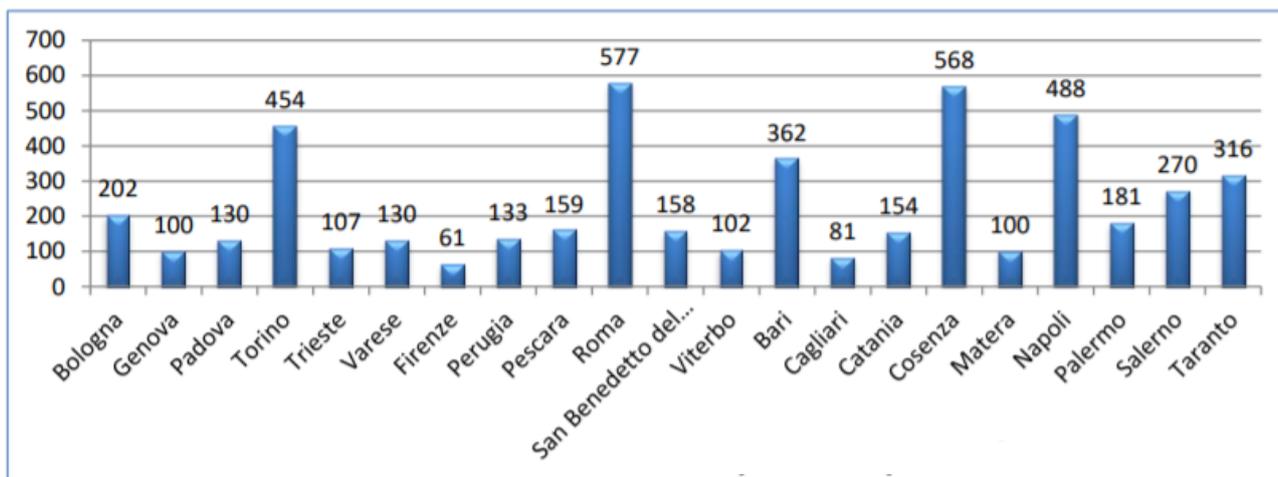


Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista 2018

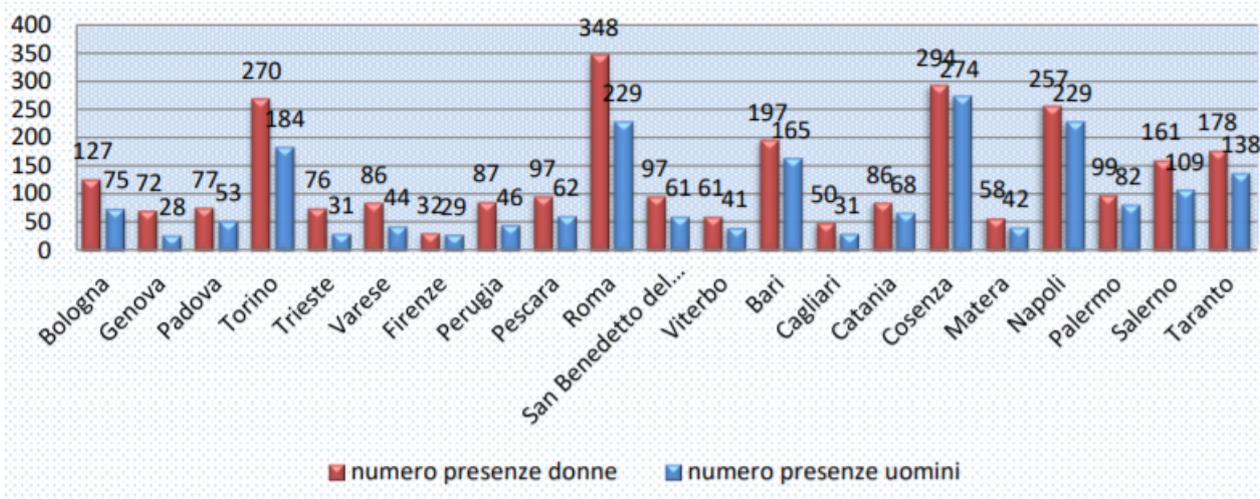
L'edizione 2018 della Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista si è svolta il 19 e il 20 maggio in 21 piazze italiane. Hanno preso parte all'evento 4.833 persone e la concentrazione maggiore si è registrata nelle città di Roma (577), Cosenza (568) e Napoli (488) (Fig. 1) con una presenza femminile più massiccia rispetto agli individui di sesso maschile (Fig. 2).

Fig. 1 Presenze per città Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista 2018



Fonte: Elaborazione propria

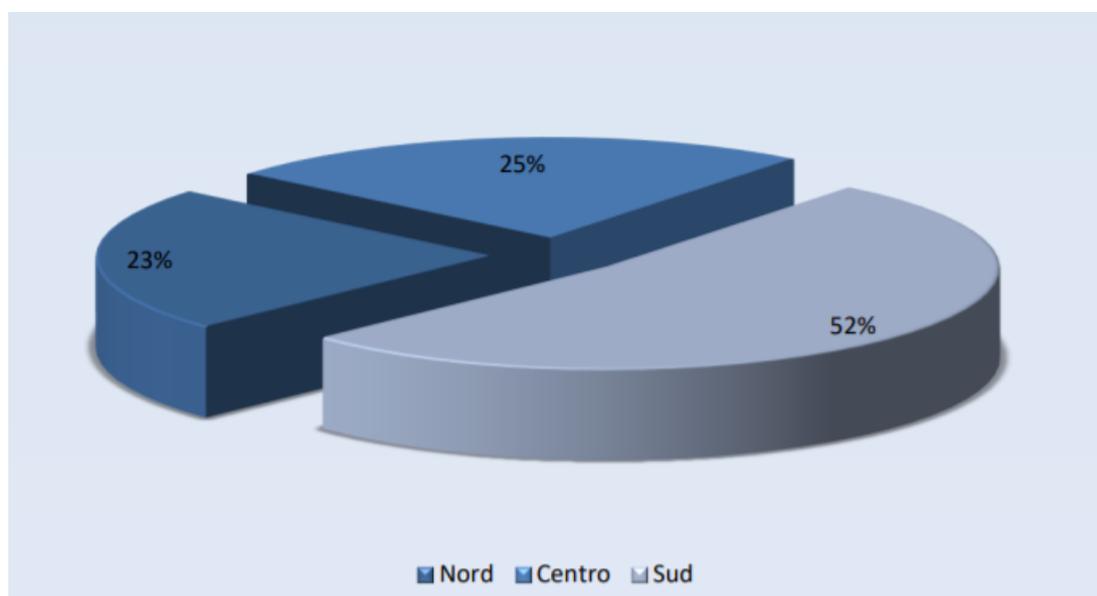
Fig. 2 Numero di presenze per città divise per sesso Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista 2018



Fonte: Elaborazione propria

La partecipazione più cospicua si è verificata al Sud (52%), seguito dal Centro (25%) e dal Nord (23%) e (Fig.3).

Fig. 3 Ripartizione delle presenze per area geografica Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista 2018



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	9	1%	17	2%	316	28%	492	44%	287	26%	1121
CENTRO	7	1%	30	3%	308	26%	578	49%	259	22%	1182
SUD	18	1%	76	3%	756	30%	1080	43%	581	23%	2511
TOTALE	34		123		1380		2150		1127		4814

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 sia per il campione di sesso femminile che per quello maschile; la circonferenza vita risulta essere alterata, in totale, per una percentuale del 54% circa.

Confrontando i dati relativi alla circonferenza vita degli anni precedenti, per quasi tutte le fasce di età del Nord, con esclusione dei giovani di sesso maschile, vi è stato un miglioramento rispetto agli precedenti. Per il Centro, invece, si registra un generale peggioramento, con esclusione delle categorie adolescenti e anziane, mentre nella zona geografica del Sud vi è un generale miglioramento nelle categorie di età più grandi, a discapito dei più giovani e giovanissimi.

Per quanto riguarda l'attività fisica, la percentuale degli individui che vi dedicano più tempo appartiene alla zona geografica del Nord. Anche se il sesso maschile sembra quello più dedito all'attività fisica come è apparso negli anni precedenti, a differenza del 2017 il campione di sesso femminile della zona geografica del Centro è quello che dedica più tempo all'attività fisica. In riferimento alle fasce d'età, nelle zone geografiche del Nord e del Sud (con eccezione dei bambini nella zona meridionale) prevale sempre il campione di sesso maschile che dedica più tempo allo sport, mentre nella zona del centro i giovani di sesso maschile sono quelli che riservano la percentuale più alta di tempo destinato all'attività fisica, mentre nelle categorie di adulti e anziani le sono le donne a prevalere. La tipologia di attività fisica preferita dal campione intervistato è caratterizzata dagli esercizi di tipo aerobico.

Confrontando i dati degli anni passati, possiamo dire che per tutte le fasce di età (con esclusione degli adolescenti), il Nord sembra aver avuto in generale un incremento in termini di tempo dedicato all'attività fisica, così pure, anche se non nella stessa percentuale, il campione del Sud. Chi, invece, ha riportato un peggioramento rispetto agli anni passati è il Centro.

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. Generalmente, nell'approccio ad una dieta fai da te, è il sesso femminile a segnare la percentuale più alta in tutte e tre le zone geografiche, con eccezione degli anziani di sesso maschile al Nord. La dieta mediterranea, per entrambi i sessi e per le tre zone geografiche, è quella più praticata. Tuttavia, non sono da trascurare i dati relativi alla dieta iperproteica che, tra tutti e due i sessi e tra le zone geografiche esaminate, riscuote un discreto successo. Il sesso maschile segue prevalentemente la dieta mediterranea in tutte le zone geografiche, mentre per il campione di sesso femminile vi è una discordanza di dati, perché al Nord prevale quasi la dieta iperproteica, al Centro si equiparano, mentre al Sud è quella mediterranea a prevalere.

Nell'intraprendere una dieta, la percentuale di persone che si rivolge a professionisti è più bassa rispetto a quella di chi, invece, osserva una dieta fai da te. A coloro che si rivolgono a professionisti, la dieta che viene proposta, per entrambe i sessi e per le tre zone geografiche, è quella mediterranea, mentre le altre tipologie registrano una percentuale di utilizzo residuale. In tutto il contesto nazionale, un tipo di alimentazione onnivora sembra essere la più gettonata.

In tutto il territorio nazionale il campione intervistato consuma abitualmente i tre pasti principali nella propria abitazione, per una percentuale che supera di gran lunga il 50%. Gli uomini sembrano, però, consumare più abitualmente pasti fuori casa rispetto alle donne.

L'indagine si è proposta anche l'obiettivo di indagare quanto abbiano leva le fake news alimentari sulla popolazione. Emerge che circa il 50% degli intervistati, indipendentemente dalla zona geografica e dal sesso, ritiene che consumare carboidrati la sera fa ingrassare; il 30%-35% ritiene, invece, che esistono alimenti brucia grassi; la percentuale più bassa, poco più del 10%, è il campione che ritiene dimagranti i prodotti senza glutine, il 30% circa pensa che le intolleranze alimentari facciano ingrassare; la percentuale più alta, circa il 60%, è convinta che i dolcificanti a base aspartame siano cancerogeni; la similitudine della cancerogenicità della carne rossa con quella del fumo delle sigarette è quella che divide la popolazione, poiché il 41% del campione del Sud ha risposto affermativamente, a differenza del 36% del Centro e del 28% del Nord.

Infine, il campione intervistato al quale è stata diagnosticata la celiachia è di bassissima percentuale. Una percentuale bassissima consuma prodotti privi di glutine su prescrizione medica, mentre una percentuale poco più alta (circa il 7%) consuma tali prodotti per scelta.