

## **RIASSUNTO**

In questa seconda parte della monografia vengono presentati i principali risultati dell'indagine "INRAN-SCAI 2005-06" relativi all'elaborazione dei dati rilevati mediante i diari alimentari. Per facilitare la lettura dei dati, questa parte è stata suddivisa in 6 sezioni in cui vengono presentati i risultati ottenuti, quali le caratteristiche del campione, la ripartizione energetica giornaliera dei pasti, la distribuzione dei pasti, i luoghi di consumo (parte B1) ed i consumi medi giornalieri del campione totale e dei soli consumatori, per sesso e per classe di età. In particolare vengono presentati i consumi in termini di gruppi e sottogruppi alimentari a livello nazionale in grammi giornalieri (g/die) (parte B2) e in grammi per chilogrammo di peso corporeo (g/kg pc/die) (parte B4), a livello delle 4 principali aree geografiche (Centro, Nord Occidentale, Nord orientale, Sud e Isole) in grammi giornalieri (g/die) (parte B3) e in grammi giornalieri per chilogrammo di peso corporeo (g/kg pc/die) (parte B4). Infine vengono mostrati i consumi in termini di alimenti a livello nazionale del campione totale in grammi giornalieri (g/die) (parte B5) e in grammi giornalieri per chilogrammo di peso corporeo (g/kg pc/die) (parte B6).

Gli indicatori di media, mediana ed alti percentili (95<sup>mo</sup> e 99<sup>mo</sup> percentile) vengono presentati per i 15 gruppi, i 51 sottogruppi alimentari e le 266 "categorie di alimenti".

L'indagine "INRAN-SCAI 2005-06" è stata condotta su famiglie estratte casualmente dalla popolazione ed i consumi sono stati registrati per 3 giorni consecutivi mediante diario alimentare. La metodologia è stata illustrata dettagliatamente nella parte A di questa monografia.

Il campione finale è costituito da 3323 individui (1501 maschi e 1822 femmine) con età compresa tra 0,1 e 97,7 anni, appartenenti a 1329 famiglie. 52 bambini piccoli (0-2 anni), 193 bambini (3-9 anni), 247 adolescenti (10-17anni), 2313 adulti (18-64anni) e 518 anziani (65-97 anni). Tra tutte le famiglie che sono state invitate a partecipare, il 33% ha accettato.

Dall'analisi della distribuzione dell'energia nei pasti consumati durante la giornata è risultato che circa l'11% dell'energia giornaliera media deriva dalla colazione, il 43% dal pranzo, il 38% dalla cena e l'8% dagli spuntini. Inoltre, i pasti principali della giornata (colazione, pranzo e cena) risultano, per la maggior parte, essere consumati a casa.

L'elaborazione statistica delle 284.459 occasioni di consumo registrate, raccolte mediante i diari durante l'indagine ed incluse nella banca dati di consumo (espressa in alimenti e nutrienti), ha permesso di stimare i modelli di consumo della popolazione Italiana.

Il consumo medio di frutta e verdura del campione totale è risultato di 418 g/die pro-capite, quantità appena sopra il minimo raccomandato di 400 g di frutta e verdura al giorno stabilito dalla FAO (FAO/WHO, 2003).

Il consumo di carni rosse è stato di circa 700 g a settimana, espresso come peso crudo, contro i circa 400-450 g raccomandati per la prevenzione di alcuni tumori del colon e del retto (WCRF/AICR, 2007).

Le analisi hanno confermato alcuni aspetti tradizionali dei consumi alimentari degli italiani: i consumi più elevati risultano quelli di pane, pasta e pizza per il gruppo dei "Cereali e prodotti da forno", di olio di oliva per il gruppo degli "Oli e grassi" e di vino per quello delle "Bevande alcoliche e loro sostituti". Nel campione totale, gli alimenti appartenenti ai gruppi "Cereali e prodotti da forno", "Verdura ed ortaggi, freschi e conservati", "Frutta fresca e conservata", "Carne, insaccati e sostituti della carne", "Latte, prodotti del latte e sostituti", "Dolciumi e sostituti", "Oli e grassi" e "Acqua e altre bevande analcoliche" sono stati consumati da più del 90% dei soggetti almeno una volta durante i 3 giorni di indagine. Gli alimenti appartenenti ai gruppi "Patate", "Pesce e frutti di mare", "Uova" e "Bevande alcoliche e sostituti" sono stati consumati almeno una volta da circa il 70% dei soggetti. Gli alimenti appartenenti al gruppo alimentare "Legumi, freschi e conservati" sono stati consumati almeno una volta da circa un terzo dei soggetti, mentre in totale soltanto 7 soggetti hanno consumato alimenti del sottogruppo "sostituti della carne".

Nell'ambito del gruppo alimentare "Acqua e bevande non alcoliche" il campione totale ha consumato giornalmente in media 81 g/die di "caffè", 27 g/die di "tè", 19 g/die di "bevande a base di cola", 16 g/die di "succhi di frutta (pera, pesca, mela e albicocche)" e 11 g/die di "succhi di frutta, altri tipi", che sono stati rispettivamente consumati dal 79%, 19%, 16%, 13% ed 8% del campione totale.

Nel gruppo "Bevande alcoliche" la categoria di alimenti maggiormente consumata è stata il "vino rosso" (50 g/die in media) seguito dalla "birra" (25 g/die in media) e dal "vino bianco" (14g/die in media), consumati rispettivamente dal 44%, 17% e 51% del campione totale.

Nel gruppo "Carne, insaccati e sostituti della carne" la categoria "carne di bovino" è stata consumata in una quantità media giornaliera (43 g/die) maggiore rispetto alla "carne di pollame" (21 g/die) e della "carne di suino" (19 g/die) e sono state consumate rispettivamente dal 75%, 42% e 44% del campione totale.

Il consumo medio giornaliero della categoria alimentare "merluzzo" da parte del campione totale (8 g/die) è risultato il maggiore del gruppo alimentare "Pesce e frutti di mare" seguito dal "tonno in scatola" (4 g/die) e dai "crostacei" (4 g/die) consumati rispettivamente dal 16%, 25% e 10% del campione totale.

Per quanto riguarda i “derivati del latte” ed in particolare i formaggi, il campione totale ha consumato in media 23 g/die di “mozzarella di mucca”, 7 g/die di “parmigiano”, 4 g/die di “mozzarella di bufala” e 3 g/die di “caciotte e simili” consumati rispettivamente dal 59%, 74%, 7% e 14% del campione totale.

Tra i “Cereali e prodotti da forno” le categorie di alimenti maggiormente consumate sono state quelle del “pane di frumento” (94 g/die) e della “pasta di semola” (50 g/die) consumati dall’ 87% e dal 90% del campione totale.

Tra la “Frutta” le categorie maggiormente consumate dal campione totale sono state quelle della “mela” (59 g/die in media) e dell’“arancia” (30 g/die), consumate rispettivamente dal 61% e dal 26% del campione totale.

Per quanto riguarda la “Verdura”, escludendo i “pomodori crudi” e i “pomodori, conserva” che possono essere stati consumati anche come ingredienti di molte ricette standard, le categorie maggiormente consumate sono state la “lattuga” (17 g/die), le zucchine (14 g/die) e le carote (10 g/die) che sono state consumate rispettivamente dal 67%, 29% e 57% del campione totale.

I dati sui consumi rilevati in questa indagine alimentare saranno la chiave di riferimento per la stima dei consumi alimentari degli italiani nei prossimi anni e potranno essere utilizzati per vari scopi, tra i quali la valutazione dell’assunzione di nutrienti, del rischio alimentare e anche dell’impatto che i vari modelli alimentari hanno sull’ambiente.