

# **Osservatorio Mamme - Alimentazione**

**Mamme sensibili alla qualità del cibo, attente alla dieta dei piccoli ma che necessitano di una maggiore educazione in ambito alimentare.**

**È quanto emerge dall'Osservatorio Mamme - Alimentazione realizzato da Sfera Editore, Food Education Italy e in collaborazione scientifica con il Politecnico di Milano e con l'Università Campus Bio-Medico di Roma.**

Milano, 24 novembre 2015 - L'Osservatorio Mamme - Alimentazione realizzato da Sfera Editore (RCS MediaGroup), leader nel settore dell'infanzia, e da Food Education Italy, Fondazione Italiana per l'Educazione Alimentare, con la collaborazione scientifica della School of Management del Politecnico di Milano e dell'Università Campus Bio-Medico di Roma, ha presentato questa mattina a Milano una "fotografia" delle famiglie a tavola.

A commentare quanto emerso dagli oltre 15.000 questionari raccolti e analizzati, i curatori della ricerca Andrea Boaretto, Head of Marketing Projects School of Management del Politecnico di Milano e Giorgio Donegani, Direttore Scientifico Food Education Italy, affiancati da Laura De Gara, Presidente del Corso di Laurea Magistrale in Scienze dell'Alimentazione e della Nutrizione Umana presso l'Università Campus Bio-Medico di Roma, Riccardo Garosci, Presidente del Comitato Tecnico Scientifico "Cibo e Scuola" del MIUR, Massimo Agosti, neonatologo, pediatra e Direttore del Dipartimento Materno Infantile dell'Azienda Ospedaliera di Varese e Miriam Guana, professore associato di Scienze Ostetrico-Ginecologiche Neonatali presso l'Università di Brescia.

Giunto al quinto anno di attività, l'Osservatorio Mamme ha dato vita all'Osservatorio Mamme - Alimentazione. Prosegue lo studio del processo informativo e di acquisto delle donne con figli e indaga in particolare sull'attenzione delle madri verso le scelte alimentari della famiglia, con focus su donne in gravidanza e con bambini fino ai 6 anni di età.

Dall'analisi dei questionari, emerge che per l'83% delle mamme la cura dell'alimentazione per la propria salute è importante e ben il 95% ritiene di avere un livello d'informazione e conoscenza dei prodotti alimentari da sufficiente a ottimo. Un dato però in contrasto con la realtà: in Italia, infatti, il 32% degli adulti è sovrappeso e il 10% obeso (Dati Passi 2011-2014), il 20.9% dei bambini (8-9 anni) è sovrappeso e il 9-8% obeso (Dati OKkio alla salute 2014).

Altro aspetto indagato è il comportamento a tavola che viene considerato dal 60% come una piacevole occasione per esplorare le novità e stare insieme e per l'83% delle mamme come un utile momento di conversazione. Contestualmente emerge anche che mentre si è a tavola, il 45% guarda la televisione, il 30% naviga su internet e il 13% utilizza il telefono e che il 30% delle mamme non ritiene fondamentale l'esempio dei genitori a tavola.

Grande consapevolezza circa l'essenzialità di una buona alimentazione per la salute e la crescita del bambino, tanto che il 66% delle mamme dichiara di dedicare più cura alla scelta degli alimenti per i figli che non per i propri e l'80% delle future mamme e neomamme che allattano è consapevole che la propria alimentazione giochi un ruolo primario per la salute del neonato. In contrasto emergono però anche alcuni errori, come sottovalutare la necessità di idratarsi in gravidanza (39%) o quello di non eliminare gli alcolici durante la gestazione (16%).

Dall'analisi emergono due tipi di mamme: le "Determinate" (19%), che seguono un regime alimentare particolare (dieta dimagrante, dieta per patologia/intolleranze, vegetariane e vegane) e le "Libere" (81%), che non seguono particolari indicazioni.

Le prime, sono attente alla composizione e quantità dei cibi, fanno pasti più regolari e amano cucinare. Per loro alimentarsi significa prendersi cura del proprio benessere. Nella scelta dei cibi sono più attente al valore nutritivo, al rispetto dei principi etici di produzione e alla sostenibilità, per questo acquistano maggiormente su internet o tramite gruppi di acquisto solidali.

Le "Libere", pari all'81%, pur riconoscendo che l'alimentazione è fondamentale per la salute, restano legate alla tradizione alimentare, prediligono cibi italiani perché per loro mangiare significa soprattutto piacere. Per gli acquisti di tutta la famiglia, utilizzano principalmente i supermercati e quindi prodotti industriali.

I dati emersi dalla ricerca confermano che l'alimentazione è molto importante per le mamme, che si ritengono ben informate e pensano di mangiare in modo sano, hanno grande fiducia nella "tradizione" e giudicano lo stare a tavola un importante momento conviviale. Al contempo, emergono però errori nell'impostazione dell'alimentazione e diffidenze sul piano della sicurezza, così come comportamenti effettivi che sfavoriscono la convivialità e emerge quindi l'esigenza di una maggior educazione in ambito alimentare.

L'Osservatorio ha inoltre analizzato lo scenario digitale da cui emerge che il 95% delle mamme possiede una connessione internet a casa e, rispetto al 2013, evidenzia un aumento del possesso di device digitali: in particolare il tablet, utilizzato principalmente per momenti di svago, è in crescita dell'88%, e lo smartphone, più fortemente connotato all'uso dei social network, del 47%.

Elevato anche l'utilizzo di internet nel processo di acquisto, sia come fonte per la ricerca di informazioni (95%) che per l'acquisto prodotti e servizi online (utilizzato per il 93% nell'ultimo anno).

Dalla ricerca emergono infine 5 tipi di mamme: le multiscreen (44%), che possiedono pc, smartphone e tablet; le tecno-tradizionali (35%), solo pc e smartphone; le only-mobile (9%), solo dispositivi mobile; le pc centriche (5%), solo pc; nessun dispositivo è invece utilizzato dalle no internet (7%).

**Per ulteriori informazioni:**

**Media Relations RCS MediaGroup**

**Sistema Verticali, Gruppo Sfera e Digicast**

Barbara Ruggeri - tel. +39 0225845414 - [barbara.ruggeri@rcs.it](mailto:barbara.ruggeri@rcs.it)

Eleonora Riva - tel. +39 0225843296 - [eleonora.riva@guest.rcs.it](mailto:eleonora.riva@guest.rcs.it)

[www.quimamme.it](http://www.quimamme.it) - [www.rcsmediagroup.it](http://www.rcsmediagroup.it)