



**sge** Schweizerische Gesellschaft für Ernährung  
**ssn** Société Suisse de Nutrition  
**ssn** Società Svizzera di Nutrizione

**Ben informati, ben nutriti.** [sge-ssn.ch](http://sge-ssn.ch)

## La scelta sana di alimenti

Cosa sappiamo sui consumatori svizzeri?

### Sintesi

29.5.2012



## Sintesi

La Società Svizzera di Nutrizione SSN ha effettuato su mandato dell'Ufficio federale della sanità pubblica UFSP una ricerca bibliografica concernente la scelta di alimenti sani da parte dei consumatori in Svizzera. Il lavoro è stato svolto dal dicembre 2010 all'agosto 2011 e ha avuto come oggetto pubblicazioni e studi, trovati mediante ricerche in banche dati e su internet, come pure prendendo contatto con vari portatori di interesse. Complessivamente è stato possibile identificare 54 pubblicazioni rilevanti.

### **In Svizzera che importanza ha per un consumatore la scelta di alimenti sani?**

Da tutti gli studi risulta un grande interesse per il tema dell'alimentazione. In media tre persone su quattro affermano che per loro l'alimentazione è importante o quantomeno li interessa. Peraltro i dati disponibili spesso non permettono di sapere esattamente quali aspetti dell'alimentazione interessino o siano importanti per il consumatore in Svizzera. Le donne dedicano all'alimentazione maggiore attenzione degli uomini e le persone in sovrappeso più di quelle normopeso. Inoltre la consapevolezza dell'importanza dell'alimentazione aumenta con l'età e con il livello di formazione.

### **A cosa fa attenzione il consumatore in Svizzera quando acquista generi alimentari?**

In media il 77% dei consumatori guarda che il prodotto piaccia loro o comunque sia gustoso. Dovendo decidere fra piacere e salute o assegnare una priorità a tali aspetti, il piacere risulta leggermente in vantaggio. A tre consumatori su quattro interessa la composizione di un prodotto e il 71% afferma di ritenere importanti un'alimentazione equilibrata e la salute. Bisogna però domandarsi, in base a quali criteri giudichino le proprietà salutari e la composizione equilibrata di un prodotto, dato che meno della metà afferma di tenere conto del valore nutritivo e delle altre informazioni nutrizionali. Una buona metà dei consumatori guarda la provenienza e la sostenibilità. Più di un terzo guarda il prezzo, ma per molti la qualità e il piacere sono più importanti.

### **Cosa pensa il consumatore in Svizzera di una scelta sana?**

In Svizzera la (scarsa) comprensibilità delle informazioni sull'imballaggio, il fatto di "non averci pensato", le preferenze e le abitudini personali e le finanze sono fra i fattori citati con maggior frequenza come un ostacolo a un'alimentazione sana. Un consumatore su due fa fatica a comprendere le informazioni nutrizionali sugli imballaggi e uno su cinque ha difficoltà a giudicare quale sia un'alimentazione sana o meno sana oppure pensa che le raccomandazioni siano contraddittorie. Molto diffusa è anche l'erronea convinzione che un mangiare buono e sano non possa essere né gustoso né economico e che un'alimentazione sana sia qualcosa di complicato. Molti degli ostacoli menzionati dai consumatori rivelano come la competenza in materia alimentare sia insufficiente.



### **Quali misure di sostegno desidera il consumatore in Svizzera?**

In Svizzera tre consumatori su quattro desiderano una marcatura uniforme degli alimenti sani. Per il resto non si sa niente in merito al tipo di sostegno che il consumatore in Svizzera vorrebbe avere per la scelta dei generi alimentari. In relazione al sovrappeso si auspicano soprattutto misure che non causino costi diretti al singolo, bensì che creino un ambiente che promuova la salute, senza che il singolo venga costretto a utilizzare effettivamente quanto gli viene offerto.

### **Quali sono le misure di sostegno già esistenti in Svizzera?**

In Svizzera esiste un gran numero di misure, progetti e programmi, il cui obiettivo è promuovere la scelta di alimenti sani. Solo una piccola parte delle offerte identificate aiuta direttamente il consumatore al momento degli acquisti. Per la maggior parte si concentrano sulle conoscenze, le nozioni e le capacità nell'ambito dell'alimentazione e degli alimenti ovvero del mangiare, bere e cucinare (la cosiddetta *food literacy*) che dovrebbero acquisire i consumatori attuali e futuri.

### **Che cosa bisognerebbe intraprendere secondo la Società Svizzera di Nutrizione SSN?**

Chiunque dovrebbe potersi nutrire in modo sano, equilibrato e gustoso. Non si tratta di mettere sotto tutela il consumatore, ma di trasmettergli competenze sufficienti. Con informazioni comprensibili e facilmente accessibili deve essere messo in grado di fare una scelta informata, competente e sana. Particolarmente importante è che tutti gli attori nell'ambito dell'alimentazione, della formazione e della comunicazione alimentari trasmettano gli stessi messaggi e le stesse raccomandazioni.

Link per il rapporto (in tedesco): [www.sge-ssn.ch/it/scienza-ricerca/progetti-ssn/informazioni-i-consumatori](http://www.sge-ssn.ch/it/scienza-ricerca/progetti-ssn/informazioni-i-consumatori)