



C E N S I S

GLI ITALIANI A TAVOLA: COSA STA CAMBIANDO

**Il valore sociale dell'alimento carne
e i rischi delle nuove disuguaglianze**

Sintesi dei principali risultati

Roma, 26 ottobre 2016

INDICE

1. Gli italiani a tavola: tornano le differenze di ceto	1
2. Dal “miracolo economico” alla “tempesta perfetta”: il cibo come paradigma dell’evoluzione della società italiana	4
3. Il <i>Food social gap</i> colpisce la dieta buona e salutare	5
4. La crisi: dai tagli agli sprechi al <i>Food social gap</i>	7
5. Meno carne a tavola, ma non per tutti allo stesso modo	8
6. Le tavole degli altri europei	10
7. I falsi miti che minacciano il consumo di carne	14

1. GLI ITALIANI A TAVOLA: TORNANO LE DIFFERENZE DI CETO

La ricerca realizzata dal Censis nei mesi di settembre e ottobre 2016 offre un quadro aggiornatissimo della dieta degli italiani e delle nuove disuguaglianze sociali a tavola, e una interpretazione dei principali *trend* emersi negli anni della crisi (2007-2015), evidenziando come quegli alimenti da sempre costitutivi di una dieta varia e bilanciata sono oggi oggetto di riduzioni più o meno significative da parte delle famiglie italiane. Emblematico delle tendenze in atto è il caso della carne e, in particolare, di quella bovina.

La dieta degli italiani e il consumo di carne sono una chiave molto efficace per raccontare come è cambiata la società italiana e soprattutto come sta cambiando. Infatti, se mangiare ogni giorno, tutti e bene è stato il simbolo del raggiunto benessere degli italiani, oggi le diete sempre più riflettono sia accentuate disuguaglianze sociali che nuove esigenze e valori.

La riduzione del consumo di alimenti come carne, pesce, frutta e verdura minaccia l'equilibrio nutrizionale della dieta delle famiglie italiane: quella dieta da sempre considerata nel mondo un modello a cui ispirarsi – perché fondamento del mangiare bene – e allo stesso tempo straordinaria ambasciatrice all'estero del made in Italy.

A minacciare il modello alimentare italiano, oltre alle leggende metropolitane proliferanti sul web che demonizzano alcuni suoi alimenti di base (con la carne in testa), sono le *nuove disuguaglianze alimentari*, a causa del più netto taglio della spesa alimentare operato dalle famiglie meno abbienti, che nel tempo hanno opportunità via via minori di accedere agli alimenti con un migliore valore nutrizionale.

Nell'ultimo anno, secondo l'indagine del Censis, 16,6 milioni di italiani hanno ridotto il consumo di carne, 10,6 milioni quello di pesce, 3,6 milioni la frutta, 3,5 milioni la verdura. Il minore consumo degli alimenti di base della buona dieta italiana, spesso sostituiti con prodotti artefatti e iperelaborati a basso contenuto di nutrienti, genera una minaccia per l'equilibrio nutrizionale delle diete quotidiane delle famiglie italiane e nuovi rischi per la salute.

Sono le famiglie meno abbienti a ridurre di più gli alimenti di base della buona dieta italiana. Nell'ultimo anno hanno ridotto il consumo di carne il



45,8% delle famiglie a basso reddito contro il 32% di quelle benestanti. Per il pesce, il 35,8% delle meno abbienti e il 12,6% delle più ricche. Per la verdura, riducono il consumo il 15,9% delle famiglie a basso reddito e il 4,4% delle benestanti. Per la frutta, il 16,3% delle meno abbienti e solo il 2,6% delle più ricche. *Se nell'Italia del ceto medio vinceva la dieta equilibrata dal punto di vista nutrizionale disponibile per tutti, nell'Italia delle disuguaglianze il buon cibo lo acquista solo chi può permetterselo.*

È il *Food social gap*, la nuova disuguaglianza a tavola, che diversifica la possibilità di accedere ai prodotti buoni, genuini e salutari della dieta italiana. Le quote di famiglie meno abbienti che hanno ridotto i consumi di carne, pesce, frutta e verdura sono sistematicamente superiori alle quote di famiglie benestanti che hanno ridotto il consumo di tali cibi.

Paradigmatico del *Food social gap* è proprio il consumo di carne. Nel periodo 2007-2015 hanno ridotto la spesa per acquistare la carne soprattutto le famiglie operaie (-20% in termini reali) e quelle con a capo un disoccupato (-26,7%), molto più che le famiglie con a capo un imprenditore (-15,5%). Per l'acquisto di carne bovina, in particolare, la spesa delle famiglie operaie si è ridotta nel periodo del 38,5%, quella delle famiglie dei disoccupati del 46,1%, quella delle famiglie degli imprenditori del 34,3%.

“Meno puoi mangiare carne, più ne dovrai ridurre il consumo”: è questa la logica socialmente regressiva che *riporta le lancette della nostra società indietro alla “tavola per ceti”*, quando l'accesso alla carne era il segno di un raggiunto status di benessere.

Così, la riduzione del consumo di alimenti fondamentali della dieta italiana genera un rischio per la salute, perché l'effetto di prevenzione della nostra dieta rispetto a una molteplicità di patologie tenderà a ridursi, con alti costi sociali sulla salute e sul servizio sanitario.

Se carne, pesce, frutta e verdura svaniscono dalle tavole degli italiani, aumenta il rischio di patologie. I tassi di obesità sono più alti nelle regioni con redditi inferiori e spesa alimentare in picchiata. Infatti, nel Sud, con un reddito inferiore del 24,2% rispetto al valore medio nazionale e una spesa alimentare in caduta del 16,6% nel periodo 2007-2015, gli obesi sommati alle persone in sovrappeso arrivano al 49,3% della popolazione, mentre al Nord (42,1%) e al Centro (45%), dove i redditi sono mediamente più alti e la spesa alimentare ha registrato una minore decrescita, le quote corrispondenti sono inferiori.



La posta in palio è evidente: che sia per le rudi difficoltà economiche o per le suadenti lusinghe di alcuni falsi miti alimentari in circolazione soprattutto sul web, la dieta quotidiana degli italiani rischia di allontanarsi dal virtuoso sentiero nutrizionale finora conosciuto, per incamminarsi verso prodotti artefatti, iper-elaborati e in realtà a basso valore nutrizionale, con negative conseguenze sulla salute di tutti.

Il *Food social gap* misurato dal Censis prova che il rischio per la salute è progressivamente più alto per le famiglie meno abbienti, con un pericoloso effetto di espansione delle disuguaglianze dalla tavola alla salute delle persone. Il minore potere d'acquisto delle famiglie meno abbienti vuol dire minore possibilità di scelta a detrimento sia degli alimenti con maggiore valore nutrizionale (in termini di proteine nobili, vitamine, ecc.), che della loro varietà, salubrità e qualità, con conseguente più alto rischio di sviluppare patologie indotte da squilibri nutrizionali.

Per questo suona come vuoto e inconsistente un dibattito sulla dieta degli italiani che non parta dalla verità del *Food social gap*, che indica come a comandare sia oggi la diversa capacità economica degli italiani di acquistare i prodotti alimentari nelle quantità adeguate a costruire una dieta salutare.



2. DAL “MIRACOLO ECONOMICO” ALLA “TEMPESTA PERFETTA”: IL CIBO COME PARADIGMA DELL’EVOLUZIONE DELLA SOCIETÀ ITALIANA

La dieta degli italiani è una chiave molto efficace per raccontare come è cambiata la società italiana e come sta cambiando oggi:

- nell’onda lunga di conquista e qualificazione del benessere, che va dal miracolo economico degli anni ’60 fino agli anni ’90 compresi, vince la *logica incrementale*, che vede finalmente un graduale accesso alla sicurezza alimentare, nella doppia accezione della certezza di accesso a quantità adeguate di cibo (*food security*) e dell’accesso a cibo sicuro dal punto di vista igienico-sanitario (*food safety*). È il tempo della *conquista di una dieta quotidiana adeguata, salutare, con al centro pasta e carne*. Anche simbolicamente, questa alimentazione segna l’avvenuta conquista del benessere, con la fine definitiva dell’era della scarsità alimentare e delle malattie connesse (dalla pellagra allo scorbuto), una spinta in alto di speranza di vita, longevità e anche prestanza fisica degli italiani;
- *nel nuovo millennio rallenta la spinta di redditi e consumi*, trovano consenso sociale nuovi valori di sostenibilità e stili di vita improntati a un’attenta considerazione degli impatti sociali, culturali e ambientali dei consumi. La verifica di qualità, genuinità, salubrità e sicurezza degli alimenti diventa una esigenza diffusa e la produzione alimentare italiana garantisce risposte concrete e verificabili alla nuova domanda alimentare;
- *la crisi cambia lo scenario e impone la sobrietà nei consumi*, mentre entrano in gioco pesantemente le nuove disuguaglianze sociali che, oltre a generare un necessario taglio a eccessi e sprechi, differenziano le diete degli italiani in relazione alla condizione socio-economica. Così le diete, prima ancora che da valori e stili di vita, tornano ad essere condizionate soprattutto dalle *nuove reali e diversificate disponibilità di reddito e di spesa delle famiglie*.

3. IL *FOOD SOCIAL GAP* COLPISCE LA DIETA BUONA E SALUTARE

Il *Food social gap* nel 2016 si sostanzia in una *diversa capacità di accesso ad alimenti fondanti la dieta mediterranea, come frutta e verdura, pasta, pesce e carne*, a seconda della condizione economica familiare. Dall'indagine del Censis emerge, infatti, che (fig. 1):

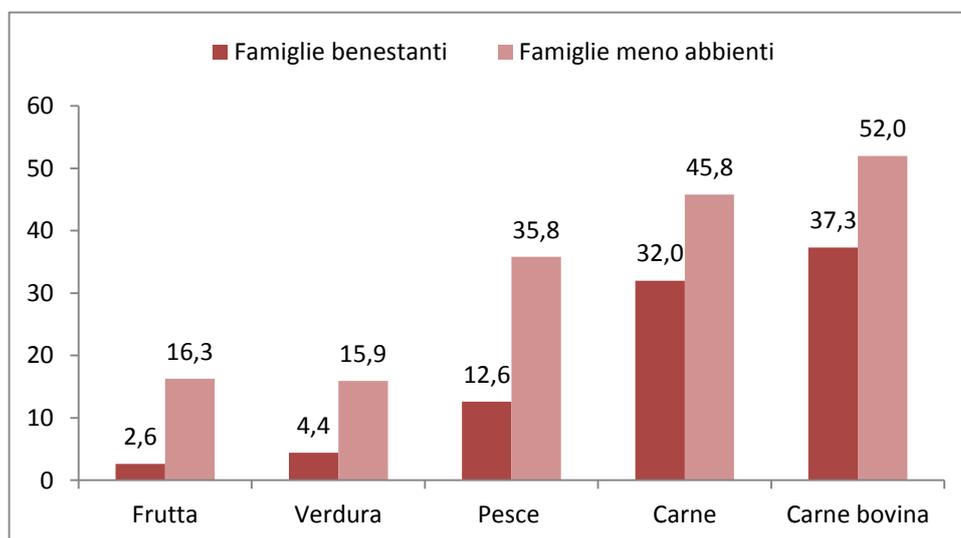
- per quanto riguarda la *frutta*, ne ha diminuito il consumo nell'ultimo anno il 2,6% delle famiglie con maggiore capacità economica e ben il 16,3% di quelle meno abbienti;
- per quanto riguarda la *verdura*, la riduzione ha interessato il 4,4% delle famiglie più benestanti e il 15,9% delle famiglie a basso reddito;
- per il *pesce*, ne ha ridotto il consumo il 12,6% dei nuclei familiari più benestanti e il 35,8% di quelli meno abbienti;
- per quanto riguarda la *carne*, il 32% delle famiglie benestanti e contro il 45,8% di quelle a basso reddito;
- infine, per la *carne bovina* in particolare emerge che il 37,3% delle famiglie benestanti e addirittura il 52% di quelle a basso reddito ne hanno diminuito il consumo.

La carne, quindi, e la carne bovina in particolare, è l'alimento più degli altri oggetto di una riduzione trasversale tra le famiglie italiane, con particolare riferimento però alle famiglie meno abbienti. Per la carne le riduzioni diversificate nel consumo rendono ancora più eclatante una situazione che vede la quota di famiglie che non la mangiano aumentare al ridursi del reddito: infatti, non mangia per niente carne l'8% delle famiglie benestanti contro il 15,3% di quelle a basso reddito.

È la dimostrazione plastica del *Food social gap*: sempre più si mangia quello che ci si può permettere, con un vincolo significativo alla reale libertà di scelta a tavola.



Fig. 1 - Famiglie che nell'ultimo anno hanno ridotto il consumo di alcuni alimenti (val. %)



Fonte: indagine Censis, 2016

Come segnalato dai dati, la dinamica regressiva tocca anche frutta e verdura, e in misura minore il pesce, tanto che, *se la dieta mediterranea è il faro dell'alimentazione buona, salutare e genuina, è evidente che i ceti meno abbienti stanno subendo una perdita della capacità economica di farne il proprio stile alimentare.*

In questa dinamica divaricante nell'accesso alla dieta salutare, e nello specifico alla carne, ci sono gli esclusi *in toto* che, come rilevato, appartengono in netta maggioranza alle famiglie meno abbienti.

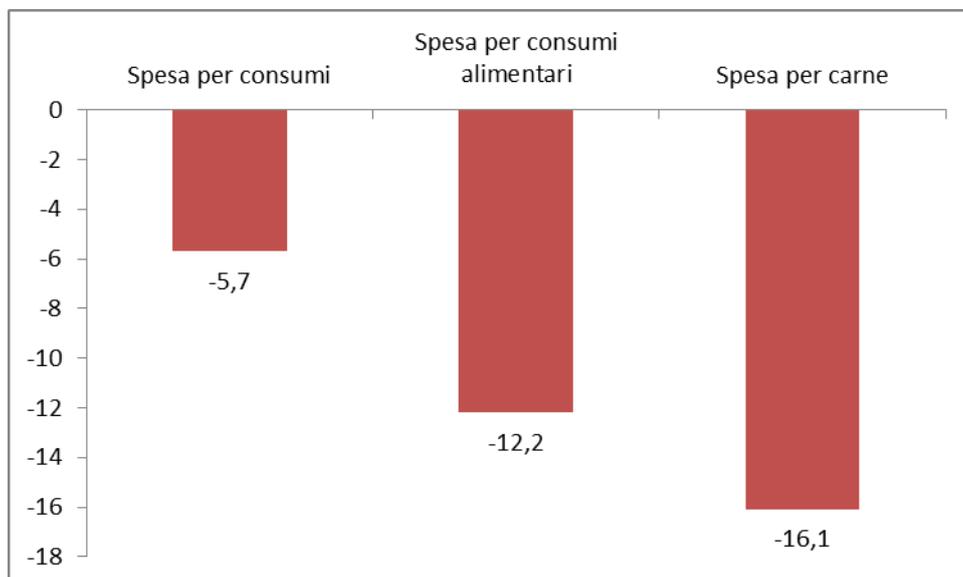
Le disuguaglianze alimentari sono oggi una nuova priorità economica e sociale che non può essere messa in ombra da dibattiti ideologici che pretendono di demonizzare taluni alimenti trasformando la loro scomparsa dalla tavola delle famiglie in una buona notizia: le tavole degli italiani sono oggi il luogo di una profonda ed evidente iniquità, dai rilevanti costi sociali, che richiede una diversa lettura e, più ancora, una tensione alla soluzione.

4. LA CRISI: DAI TAGLI AGLI SPRECHI AL *FOOD SOCIAL GAP*

La crisi generalizza la sobrietà nei consumi con tagli drastici: negli anni 2007-2015 i consumi calano del 5,7% in termini reali e quelli alimentari in misura ancora maggiore, del 12,2% (la spesa per acquistare la carne addirittura del 16,1%) (fig. 2).

In queste dinamiche negative entrano in gioco pesantemente le nuove disuguaglianze sociali che, al di là dei generalizzati tagli agli eccessi, finiscono per differenziare il contenuto di carrello, tavola e dispensa delle famiglie in relazione alla condizione socio-economica. Nella crisi la spesa alimentare delle famiglie si riduce significativamente: nelle famiglie operaie si riduce in termini reali del 19,4%, nelle famiglie con capofamiglia disoccupato del 28,9% e in quelle degli imprenditori “solo” del 17,7%.

Fig. 2 - La spesa delle famiglie italiane nella crisi, var. % 2007-2015



Fonte: elaborazione Censis su dati Istat

5. MENO CARNE A TAVOLA, MA NON PER TUTTI ALLO STESSO MODO

Come si è visto, nel periodo di crisi le famiglie italiane hanno ridotto la spesa per i consumi alimentari del 12,2% e in particolare del 16,1% quella per la carne – l'alimento che nei decenni passati segnava simbolicamente l'ingresso delle famiglie nel benessere.

È opportuno far parlare i dati, perché consentono di capire la reale natura dei fenomeni in atto:

- nel 2015 la spesa per acquistare la carne per i membri di famiglie operaie è stata dell'11,8% inferiore rispetto a quella delle famiglie di imprenditori, mentre la differenza si fermava al 6,9% nel 2007. Sempre nel 2015 le famiglie con a capo un disoccupato hanno sostenuto una spesa per la carne del 29,1% inferiore rispetto alle famiglie degli imprenditori, mentre era inferiore del 18,2% nel 2007;
- in termini di variazione percentuale, nel periodo di crisi le famiglie operaie (-20,0%) e quelle con a capo un disoccupato (-26,7%) hanno ridotto la spesa per la carne in misura maggiore rispetto alle famiglie degli imprenditori (per le quali si registra un -15,5% di spesa in meno) (fig. 3).

Sul consumo di carne bovina, in particolare, dai dati emergono tagli ancora più significativi nel periodo della crisi proprio da parte delle famiglie che già in precedenza consumavano quantità inferiori di questo alimento:

- le famiglie operaie sostengono nel 2015 una spesa per la carne bovina del 16,7% inferiore a quella delle famiglie di imprenditori, mentre il divario era dell'11% nel 2007. Le famiglie con a capo un disoccupato registrano una spesa per consumo di carne bovina del 30,8% in meno rispetto a quelle degli imprenditori, divario raddoppiato rispetto al 2007, quando era del 15,7%;
- in termini di variazione percentuale della spesa per la carne bovina, le famiglie operaie tagliano del 38,5%, quelle con capofamiglia in cerca di lavoro del 46,1%, mentre quelle degli imprenditori del 34,3%.

In sintesi:

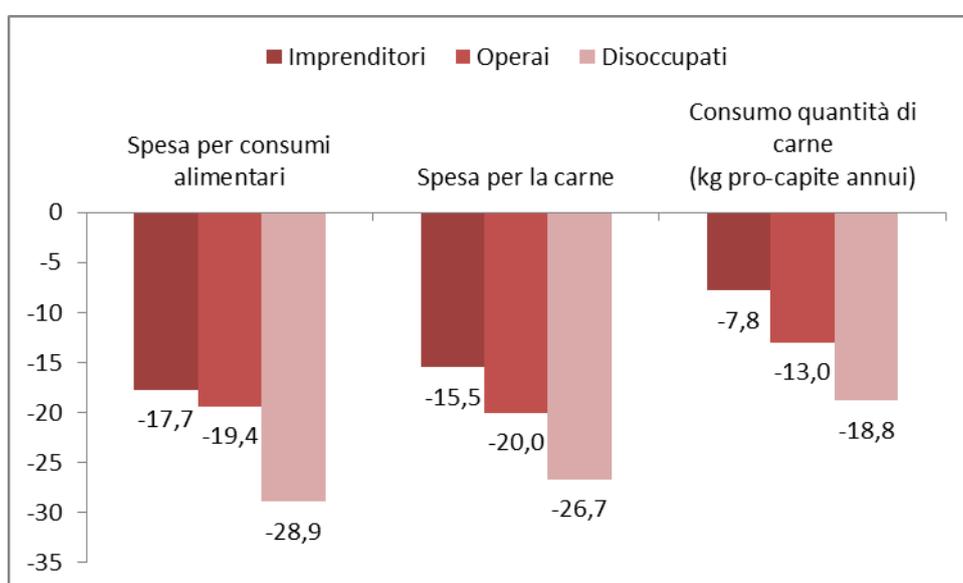
- nella crisi le famiglie meno abbienti, quelle operaie e quelle in cui il capofamiglia è in cerca di occupazione, che mediamente consumano



meno carne rispetto a quelle degli imprenditori, hanno subito una più intensa riduzione della spesa;

- pertanto, il divario nel consumo di questo alimento tra le famiglie più abbienti e quelle meno abbienti si è accentuato, secondo la logica socialmente regressiva del “meno mangi carne, più devi ridurla”.

Fig. 3 - La riduzione dei consumi alimentari delle famiglie nel periodo di crisi (var. % 2007-2015)



Fonte: elaborazione Censis su dati Istat

6. LE TAVOLE DEGLI ALTRI EUROPEI

La comparazione dei consumi tra i Paesi dell'Unione europea mostra che (fig. 4):

- con un consumo “apparente” (cioè al lordo delle parti non edibili) di 79,1 kg pro-capite all'anno di carne (bovina, avicola, suina e ovina), l'Italia si colloca al terz'ultimo posto nella graduatoria dei Paesi dell'Ue, distante da danesi (109,8 kg), portoghesi (101 kg), spagnoli (99,5 kg) e anche da tedeschi (86 kg) e francesi (85,8 kg);
- confrontando l'Italia con i principali Stati europei, il nostro Paese mostra un livello di consumo “apparente” di carne al di sotto di quasi tutti gli altri, ad esclusione di Regno Unito (dove si consumano 76,6 kg pro-capite di carne all'anno) e Grecia (72,6 kg).

Inoltre, nel periodo della crisi si registra una caduta dei consumi “apparenti” (fig. 5):

- di carne in generale, che tra il 2007 e il 2015 passa da 84,1 kg pro-capite annui a 79,1 kg (-5,9%); ne risulta che nel 2015 gli italiani consumano 5 kg di carne in meno a testa ogni anno rispetto al periodo pre-crisi;
- di carne bovina, nello specifico, che passa da 24,9 kg pro-capite annui a 19,2 kg, registrando una contrazione del 23%; vale a dire che ogni italiano nel 2015 ha consumato quasi 6 kg di carne bovina in meno rispetto agli anni pre-crisi. Solo la Grecia ha registrato una caduta percentuale superiore a quella italiana nello stesso periodo (pari a -24%);
- si è inoltre registrato un evidente netto *shift dalla carne bovina verso altri tipi di carne*. La carne bovina costituiva, infatti, il 30,2% della carne consumata nel 2000, percentuale rimasta pressoché inalterata fino al 2007 (quando rappresentava ancora il 29,6%), per poi iniziare il declino con la crisi e arrivare a rappresentare il 24,3% di tutta la carne consumata nel 2015; nello stesso periodo la carne suina sale fino a costituire la metà dei consumi di carne totale (il 49,9%) e quella avicola circa un quarto (24,5%).

Nel lungo periodo, poi, la carne bovina ha raggiunto un consumo “apparente” massimo di 27,6 kg pro-capite annui nel 1991, per poi gradualmente decrescere nei successivi venticinque anni. Nel 2007, ultimo anno pre-crisi, il consumo annuo è stato, come detto, pari a 24,9 kg pro-

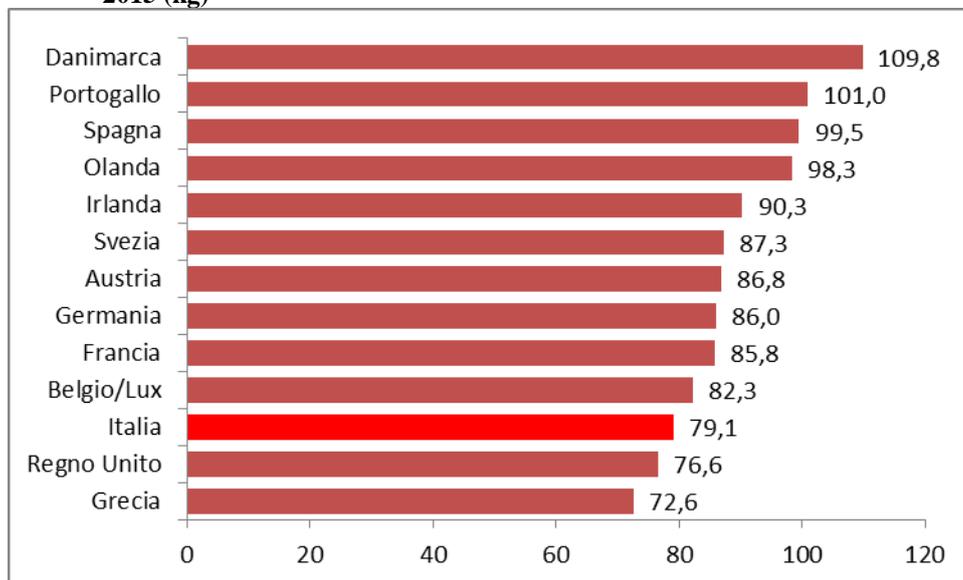
capite e da allora si è avviato il declino progressivo sopra descritto, che ha portato nel 2015 a un consumo pari a 19,2 kg pro-capite.

Nel periodo di crisi, quindi, si concentra un vero e proprio crollo del consumo di questo alimento, come non si era mai visto in precedenza: è nel 2014, in particolare, che si scende sotto la soglia dei 20 kg pro-capite annui, cosa che non accadeva addirittura dal 1965.

Alla luce di questi numeri, l'allarme non può essere legato all'eccessivo consumo di carne bovina da parte della popolazione italiana, quanto piuttosto quello di uno *scivolamento verso consumi progressivamente decrescenti di questo importante alimento*, con il rischio di perdere tutti i benefici che una dieta inclusiva di un giusto apporto proteico ha dimostrato poter contribuire al benessere della società: aumento dell'aspettativa di vita, aumento dell'altezza, rafforzamento delle difese immunitarie, eradicazione di malattie endemiche derivanti da una insufficiente alimentazione, longevità (tab. 1).

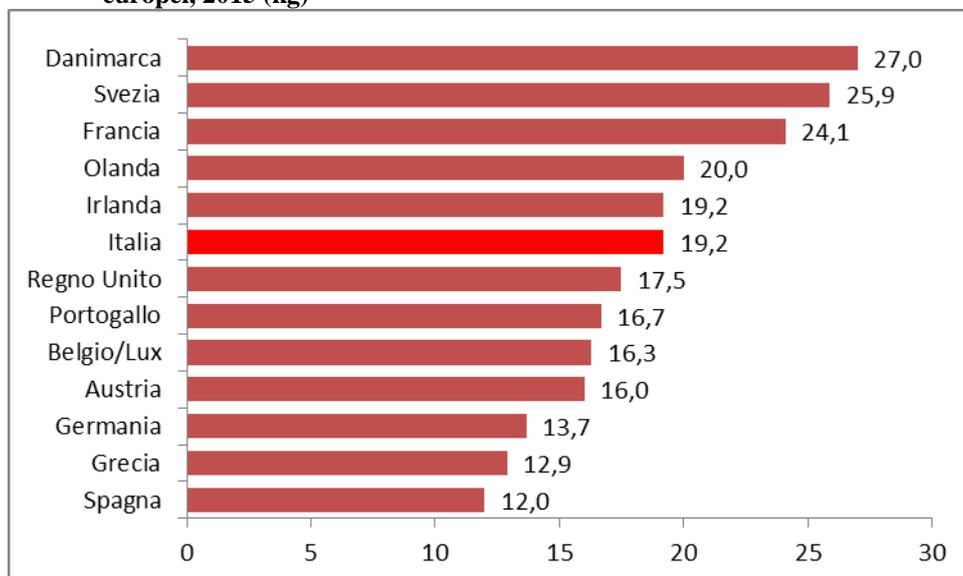


Fig. 4 - Consumo “apparente”(*) pro-capite annuo di carne in alcuni Paesi europei, 2015 (kg)



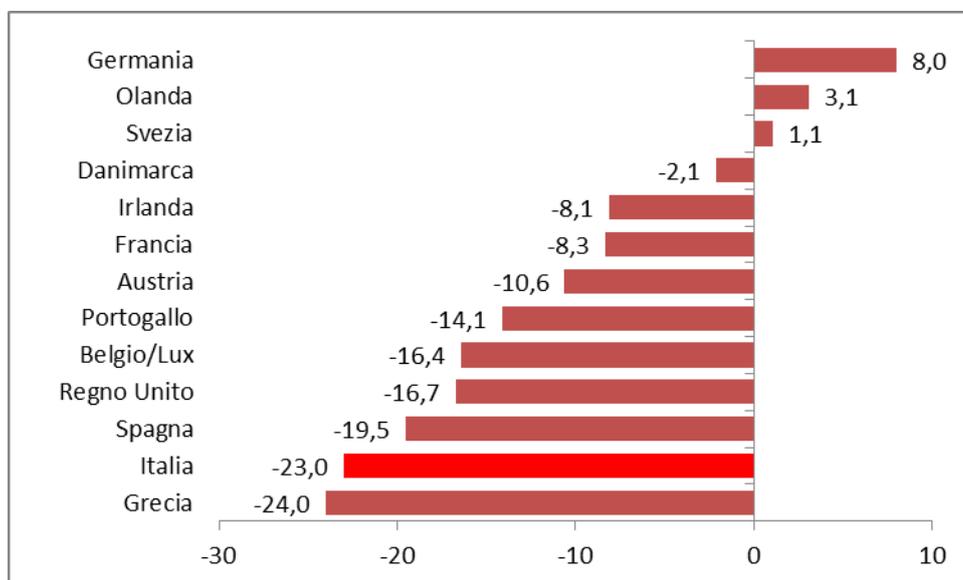
(*) Tutte le tipologie di carne (bovina, suina, pollo, ovina), al lordo delle parti non edibili.
Fonte: elaborazione Censis su dati Gira

Fig. 5 - Consumo “apparente” pro-capite annuo di carne bovina in alcuni Paesi europei, 2015 (kg)



(*) Al lordo delle parti non edibili.
Fonte: elaborazione Censis su dati Gira

Fig. 6 - Riduzione del consumo pro-capite di carne bovina in alcuni Paesi europei, 2007-2015 (var. %)



Fonte: elaborazione Censis su dati Gira

Tab. 1 - L'evoluzione delle "patologie del benessere", 1990-2015 (val. %)

	1990	2015	Var. % 1990- 2015
Adulti con eccesso di peso	35,7	45,1	26,3
Con ipertensione	6,1	17,1	180,3
Con diabete	2,8	5,4	92,9
Consumo pro-capite annuo di carne bovina (kg)	27,2	19,2	-29,4

Fonte: elaborazione Censis su dati Istat e Gira

7. I FALSI MITI CHE MINACCIANO IL CONSUMO DI CARNE

Il consumo di carne in Italia non è eccessivo. I consumi “reali” di carne sono di gran lunga inferiori a quelli “apparenti”, che includono impropriamente anche le parti non edibili dell’animale e sui quali si basano le statistiche ufficiali. Studi scientifici hanno permesso di calcolare il valore reale di consumo stornando il peso delle parti non edibili: nel caso del bovino, tale valore corrisponde a poco più della metà (il 55%) del valore apparente, per un consumo reale pro-capite in Italia che si attesta tra i 10 e gli 11 kg ogni anno, ovvero circa due porzioni alla settimana, una quantità in linea con le raccomandazioni di medici e nutrizionisti.

L’Italia, inoltre, è nella posizione bassa della graduatoria per consumo di carne tra i principali paesi Ue, con 79,1 kg pro-capite all’anno: solo Grecia e Regno Unito, con un consumo rispettivamente di 72,6 e 76,6 kg pro-capite all’anno, si posizionano al di sotto del nostro Paese.

Mangiare carne non è contro la buona nutrizione. Un moderato consumo di carne è previsto dalla dieta mediterranea, considerata la più efficace per migliorare la qualità della vita e prevenire le principali patologie. Le proprietà nutritive della carne sono uniche nel loro genere: contiene proteine nobili, vitamine (tra cui la B12), ferro altamente disponibile. Inoltre, è un alimento ad alta efficienza nutrizionale: a parità di nutrienti, apporta meno calorie rispetto ad altri, riducendo il rischio di sovrappeso.

Le patologie del benessere, aumentate negli ultimi venticinque anni (sovrappeso e obesità +26,3%, ipertensione +92,9%, diabete +180,3%), spesso sono state erroneamente associate al consumo di carne rossa, il cui consumo negli stessi anni è, invece, diminuito (-29,4%). Rispetto all’allarme lanciato nel 2015 dallo Iarc sulla cancerogenicità della carne rossa, va detto che lo studio si esprime in termini di probabilità, non di certezza, fa riferimento a quantità medie di consumo di carne molto al di sopra delle quantità effettivamente consumate in Italia e si riferisce principalmente a carne e prodotti per composizione (grasso, ingredienti, ecc.) differenti da quelli regolarmente consumati nel nostro Paese. Infine, lega il consumo eccessivo di carne rossa non alla possibilità di sviluppare il cancro, ma al possibile aumento del rischio relativo di ogni individuo di svilupparlo (rischio legato a una molteplicità di fattori individuali, comportamentali e ambientali, quindi non solo ad un unico fattore).

La carne italiana è controllata. Il modello italiano di controllo e di tracciabilità delle carni è un'eccellenza a livello mondiale e garantisce ai livelli massimi possibili l'assenza nelle carni di residui di sostanze vietate o oltre i limiti consentiti, come testimoniano i periodici controlli ministeriali che attestano una presenza di residui nelle carni pari ad appena lo 0,2% (Piano Nazionale Residui).

La carne non va considerata un alimento grasso, quindi con conseguenze negative sulla salute, poiché, grazie a tecniche di allevamento, selezione della specie e dieta degli animali, si è nel tempo modificata la sua composizione lipidica, riducendo il grasso totale fino al 50% e la percentuale di acidi grassi saturi.

La produzione e il consumo di carne non hanno costi ambientali troppo alti. La filiera della carne in Italia è estremamente efficiente e virtuosa: incarna un modello di economia circolare, con riciclo e minimizzazione di scarti e rifiuti, che sono più che dimezzati rispetto alla filiera di frutta e verdura e quasi la metà di quella dei cereali.

Evidenze scientifiche mostrano che l'impatto sull'ambiente della produzione di carne, se calcolato sulla base della frequenza di consumo secondo le raccomandazioni, è allineato con quello di altri alimenti, consumati con maggiore frequenza e in maggiori quantità. Se assunti nelle giuste quantità, le varie categorie alimentari hanno, quindi, un peso ambientale molto simile.

L'Italia, oltretutto, grazie alla combinazione di allevamenti estensivi e intensivi, ha una produzione di carne bovina a più basso impatto sul consumo di acqua (11.500 litri necessari per kg) rispetto alla media mondiale (15.400 litri): per la maggior parte (10.000 litri) si tratta di acqua piovana, fonte rinnovabile e sostenibile.