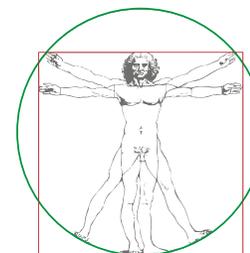


2° RAPPORTO FEDERALIMENTARE-CENSIS

Cibo e Libertà

Binomio inscindibile nello stile di vita italiano

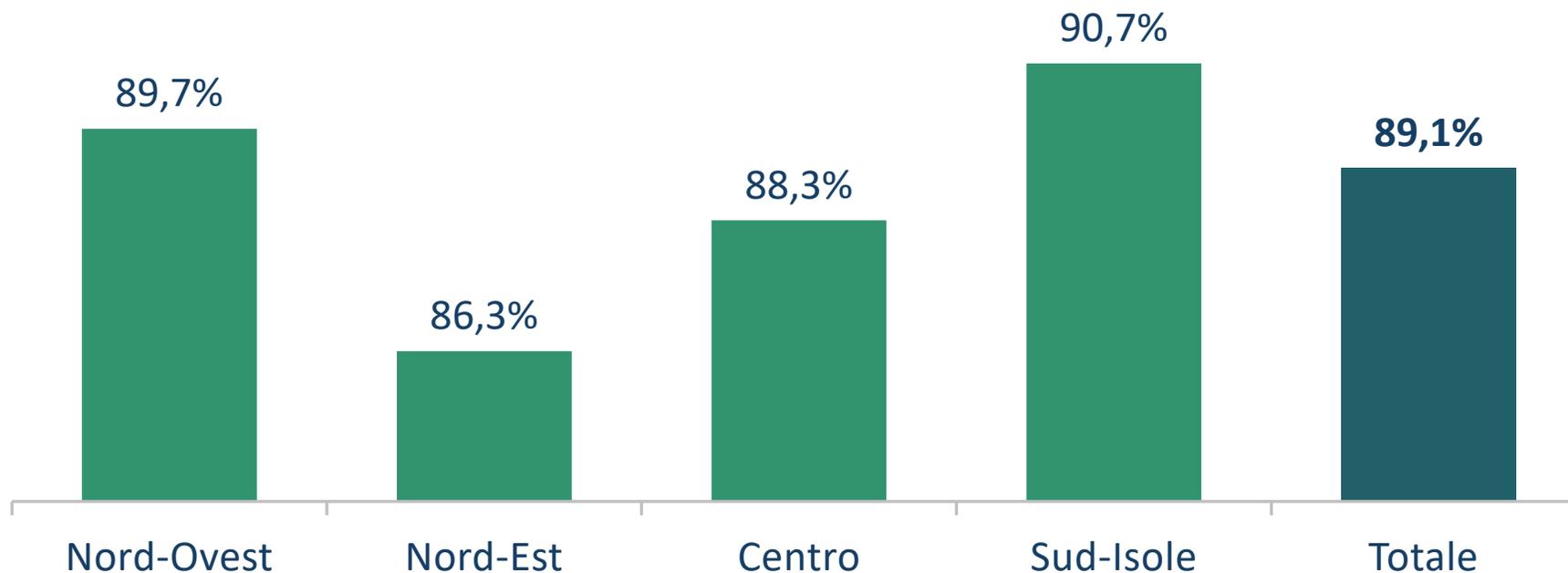
Roma, 15 aprile 2025



GIORNATA
NAZIONALE
MADE *in* ITALY

VOGLIO SCEGLIERE IO: L'IRRINUNCIABILE LIBERTÀ NELLO SCEGLIERE COSA E COME MANGIARE

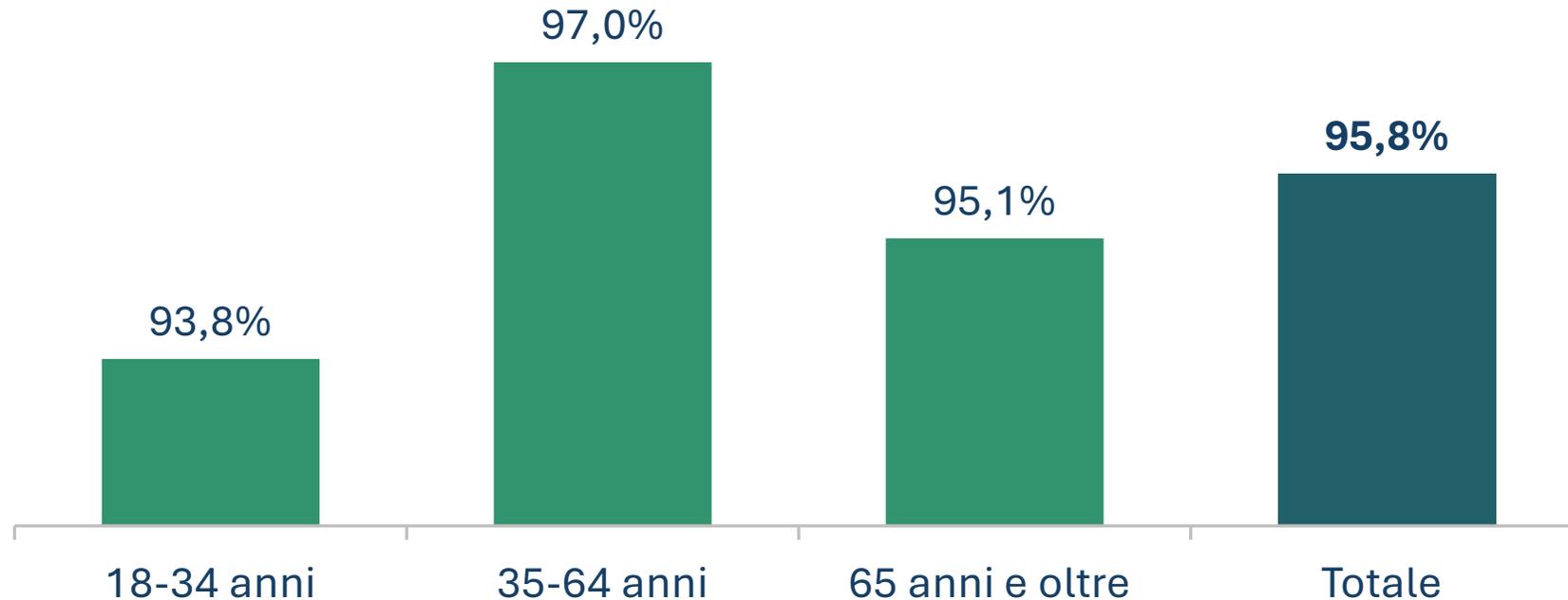
All' **89,1%** degli intervistati non piace che qualcun altro gli dica cosa e quanto mangiare, **vogliono scegliere liberamente**



Fonte: indagine Censis

VOGLIO SCEGLIERE IO: IL VALORE DELLA LIBERTÀ INDIVIDUALE NEL RAPPORTO COL CIBO

Il **95,8%** ritiene importante poter scegliere, **senza imposizioni**, gli alimenti in base ai propri **gusti e valori**



Fonte: indagine Censis

TRAMITE IL CIBO LE PERSONE ESPRIMONO SE STESSSE I DIVERSI SIGNIFICATI SOCIALI DEL CIBO, UN PATRIMONIO TUTTO ITALIANO



Per il **72,8%** il cibo è
un mezzo per
esprimere la propria
identità



Per il **93,2%** il cibo è
cultura



Tradizione e memoria

Competenza



Per il **73,3%** il cibo
svolge un ruolo
importante nelle sue
relazioni sociali

Fonte: indagine Censis

LIBERTÀ CONSAPEVOLE, NON SREGOLATEZZA

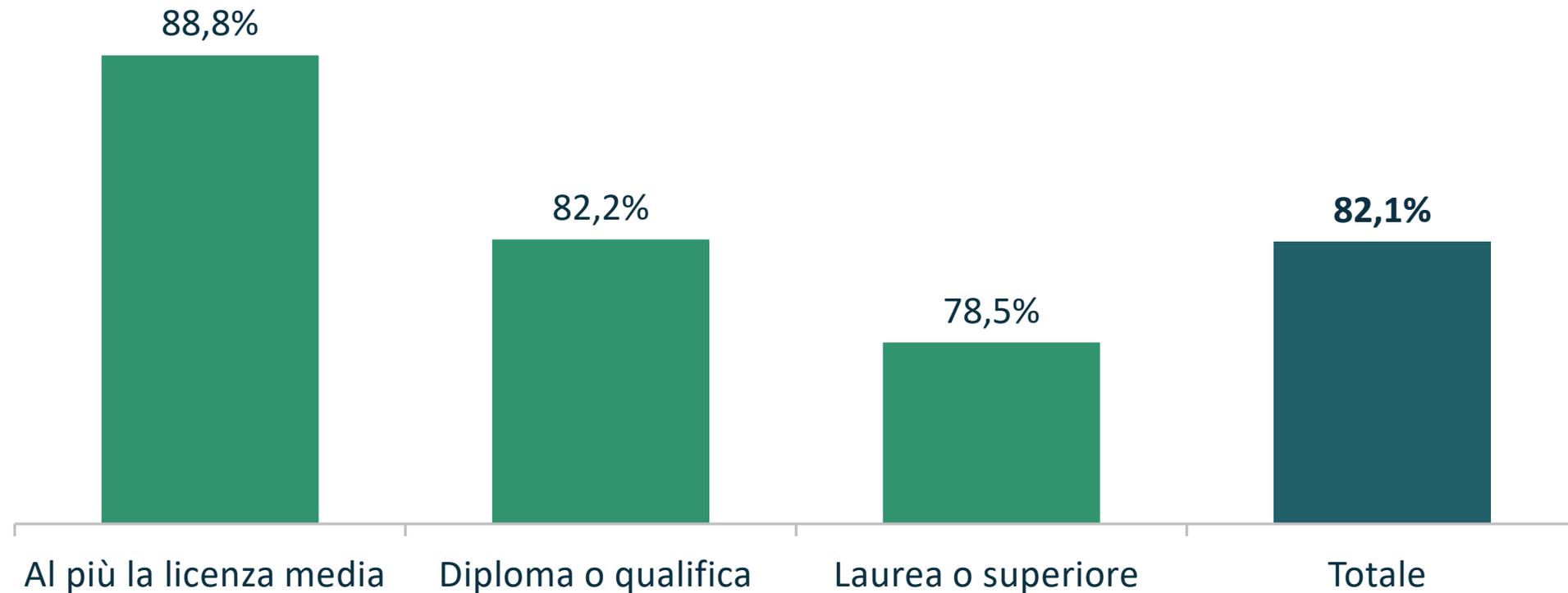


Per il **90,7%** la libertà di scegliere cosa mangiare è **presupposto di una più alta consapevolezza alimentare**

di cui il **42,0%** si dichiara **molto d'accordo**

NO ALLE DIETE DI STATO

Per l' **82,1%** degli intervistati lo Stato deve informare sugli effetti dei cibi sulla salute, non vietarne alcuni o imporre diete dall'alto



Fonte: indagine Censis

GLI ITALIANI HANNO TANTA FAME DI INFORMAZIONE SUI CIBI

78,1%

Si informa di più rispetto a qualche anno fa su ciò che mangia

79,8%

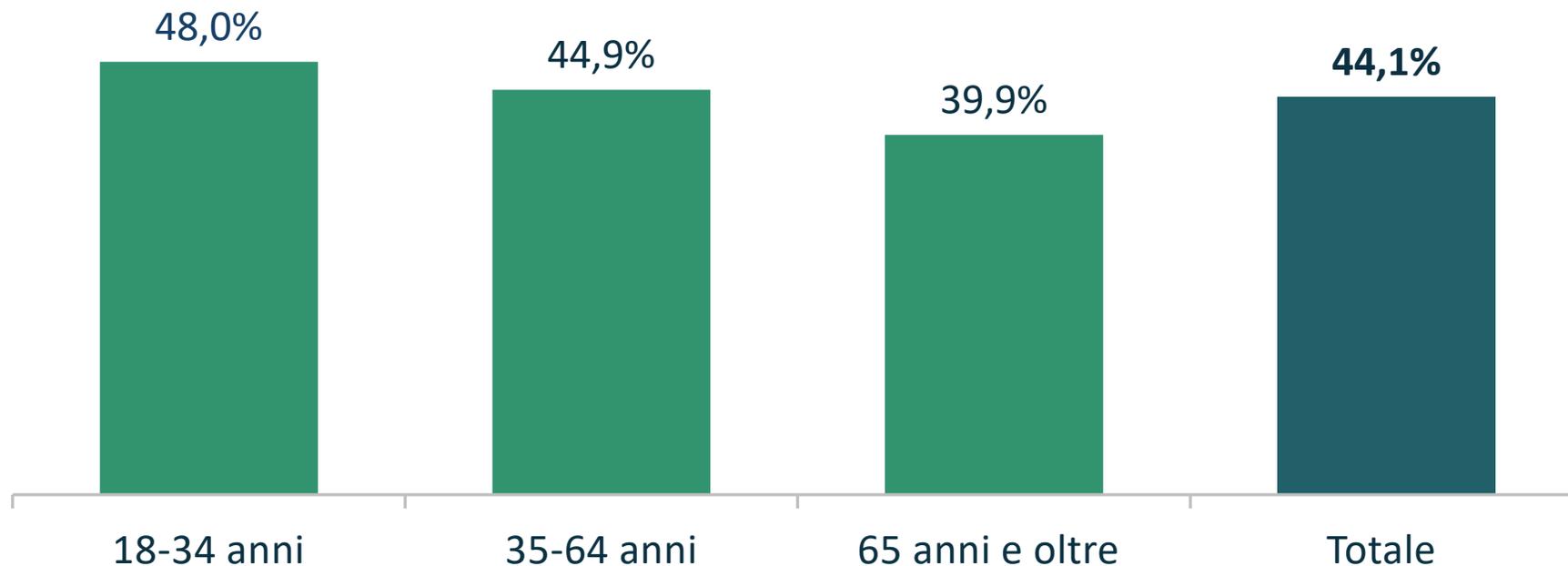
Legge l'etichetta sui prodotti alimentari

83,5%

Vorrebbe essere più informato sull'alimentazione a supporto di scelte più consapevoli

RISCHIO *FAKE NEWS*

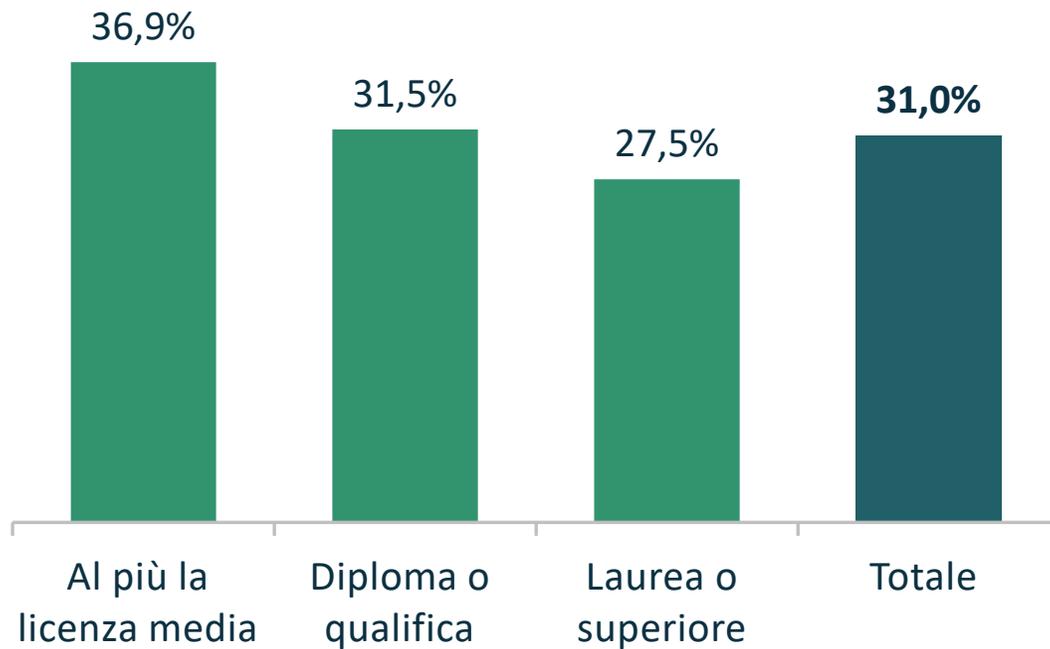
Al **44,1%** degli italiani è capitato di ricevere **informazioni sui rischi di alcuni alimenti che poi si sono rivelate false**



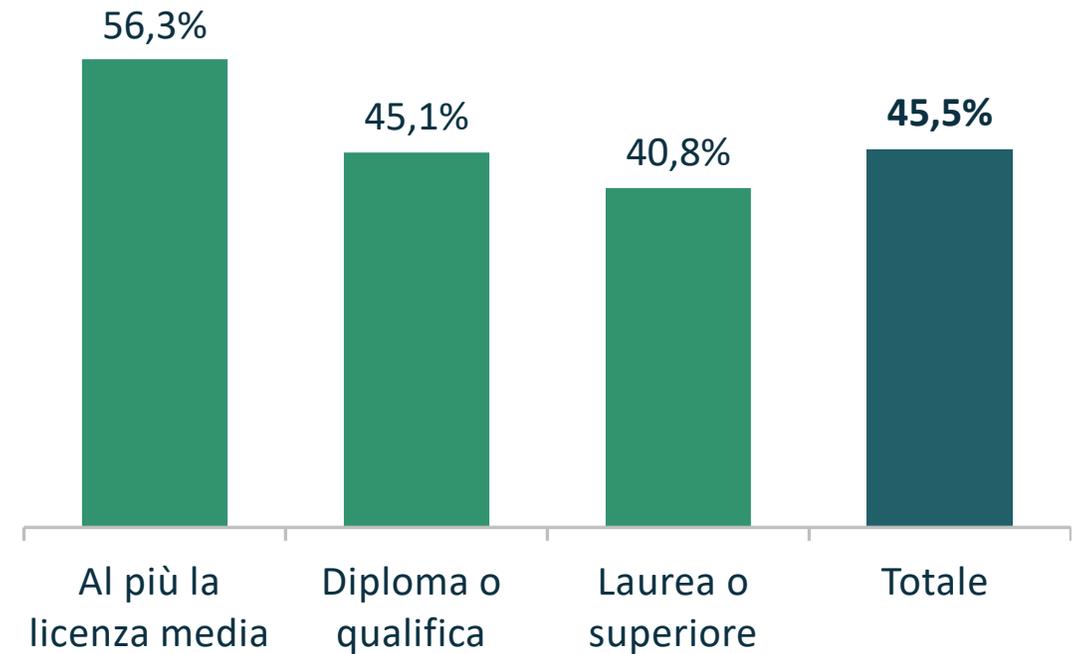
Fonte: indagine Censis

LE TANTE *FAKE NEWS* AMPLIFICANO ANSIE E PAURE

Al **31,0%** le informazioni sui rischi legati al cibo lo/la rendono **ansioso/a**

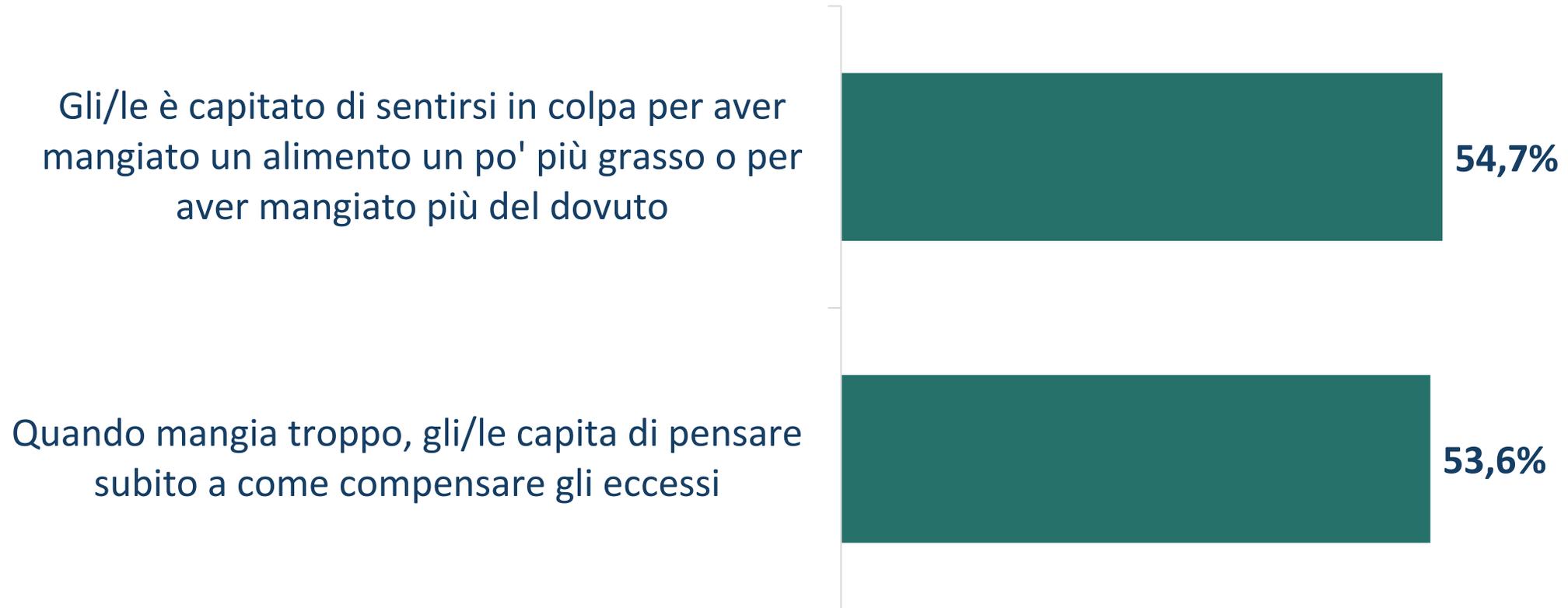


Il **45,5%** ha evitato degli alimenti perché li riteneva dannosi pur **in assenza di prove scientifiche**



Fonte: indagine Censis

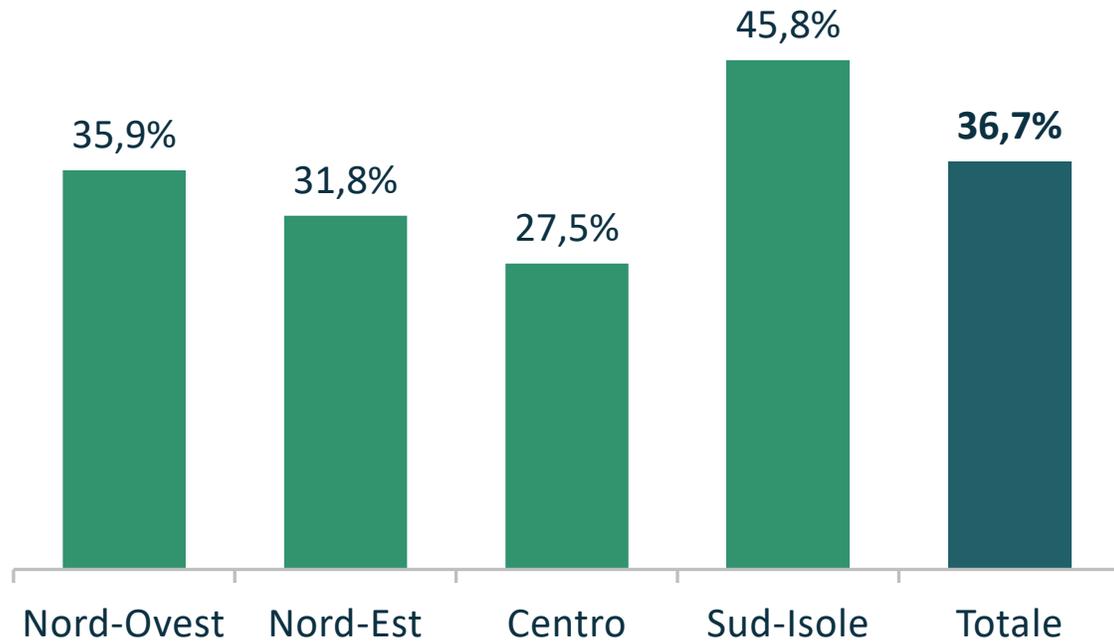
IL SENSO DI COLPA A TAVOLA



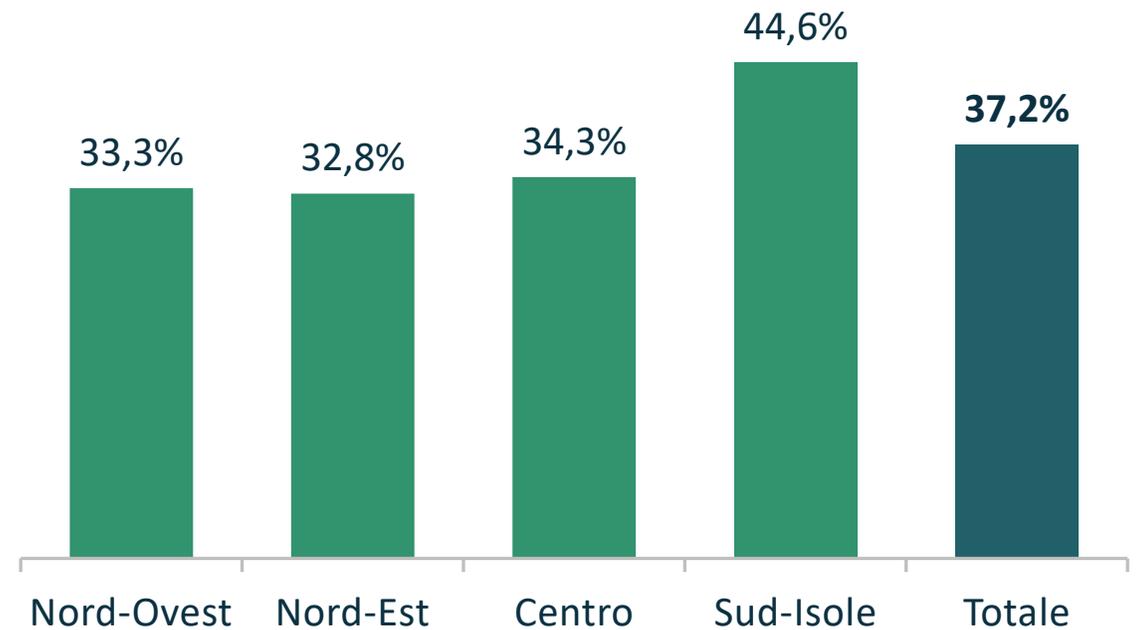
Fonte: indagine Censis

LA FRENESIA DEL QUOTIDIANO CONTRO LA BUONA DIETA

Al **36,7%** capita per periodi anche lunghi di **mangiare sregolato**

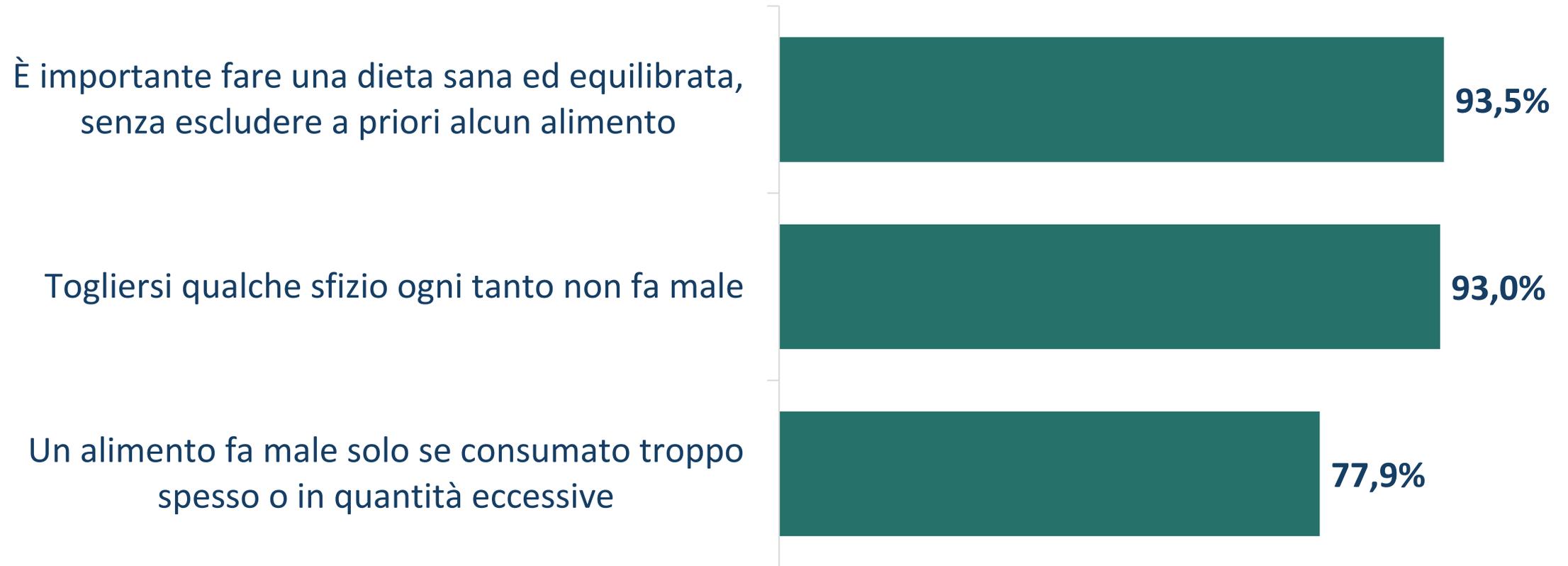


Il **37,2%** teme che il **proprio stile alimentare** abbia **ripercussioni negative** sulla salute



Fonte: indagine Censis

LO SCUDO ITALIANO: BUON SENSO E PRAGMATISMO NEL RAPPORTO COL CIBO



Fonte: indagine Censis

DIETA = MODO DI VIVERE

1

Conta l'alimentazione
ma da sola non basta



La dieta è un
concetto multidimensionale

2

Tradizione italiana

+

Educazione alimentare

=

Alimentazione
buona, genuina, salutare

INDUSTRIA ALIMENTARE, GARANTE DI LIBERTÀ

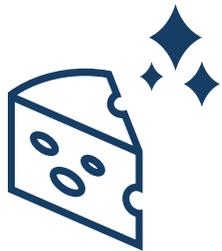
ASSICURA
ABBONDANZA E ACCESSIBILITÀ DI:

- Per il **93,0%** una vasta gamma di **prodotti sani, sicuri e buoni a prezzi accessibili**
- Per il **91,4%** poter scegliere tra **tanti prodotti con rapporto qualità prezzo diverso**
- Per l' **82,7%** essere libero di scegliere prodotti alimentari delle **marche di cui si fida**
- Per il **72,7%** poter trovare **nuovi prodotti sugli scaffali dei supermercati**

Fonte: indagine Censis

INDUSTRIA ALIMENTARE, GARANTE DI LIBERTÀ

ADATTAMENTO



Al **74,0%** capita di spendere qualche soldo in più per **alimenti di pregio**, come **prodotti locali**



Al **69,5%** capita di acquistare alimenti per preparare **pasti pratici e veloci**



Al **53,0%** degli italiani capita di acquistare **alimenti esteri** per provare sapori nuovi e originali

CONCLUSIONI

01

VOGLIO SCEGLIERE IO: MANTRA PER GLI ITALIANI

È dalla libertà consapevole che deriva la buona alimentazione. Non dalle imposizioni dall'alto

02

MINACCE ALLA BUONA ALIMENTAZIONE

Fake news, vite concitate rischiano di ostacolare un buon stile alimentare

03

LO SCUDO ITALIANO

Fatto di buone conoscenze sull'alimentazione tramandate di generazione in generazione che riesce a proteggere gli italiani da narrazioni fuorvianti

04

IL VALORE DELL'EDUCAZIONE ALIMENTARE

Consente di ampliare il bagaglio conoscitivo degli italiani a supporto di scelte alimentari autonome, salutari e consapevoli

05

DECISIVA L'INDUSTRIA ALIMENTARE

Nel consentire diete diversificate adatte alle tante esigenze, preferenze, desideri e capacità di spesa