

---

## Argentina: Odsa-Uca, quasi il 40% dei minori consuma alimenti con una dieta inadeguata

Solo il 5% dei bambini e degli adolescenti argentini consuma contemporaneamente gli alimenti raccomandati dalle Linee guida dietetiche (Gapa) in quantità frequente (accettabile o adeguata). All'estremo opposto, il 38% li consuma, anche contemporaneamente, regolarmente o in modo inadeguato. Il resto (57%) segue una dieta di qualità media, in cui uno o più gruppi alimentari protettivi o salutari vengono consumati in quantità inferiori a quelle raccomandate. Quando uno qualsiasi di questi gruppi di alimenti -verdure, frutta, legumi, cereali integrali, latticini, carni- registra basse frequenze di consumo, la dieta perde qualità, varietà o entrambe allo stesso tempo. I dati corrispondono a uno studio congiunto dell'Osservatorio del debito sociale (Odsa) dell'Università cattolica argentina (Uca) e del Centro studi sulla politica ed economia dell'alimentazione (Cepea), nell'ambito del Progetto Pisac-Covid-19 dell'Agenzia nazionale per la promozione della ricerca, dello sviluppo tecnologico e dell'innovazione. Lo studio, presentato ieri, ha indagato la frequenza e le occasioni di consumo degli alimenti consigliati (quelli sopra citati) e non consigliati (bibite, biscotti dolci e pasticcini e dolci) e ha confrontato le risposte con le raccomandazioni Gapa e quelle emerse da un recente lavoro del Cepea, che ha portato alla progettazione di cestini pasto sostenibili. I divari più ampi si registrano nel consumo di legumi (e cereali integrali), verdura e frutta: in tutti questi gruppi, oltre il 70% dei ragazzi e delle ragazze ha frequenze di consumo generalmente basse. All'estremo opposto, il modello di consumo di carne riflette risultati migliori: anche nelle famiglie con un livello socioeconomico molto basso, la percentuale di coloro che sono vicini alle raccomandazioni è più alta.

Bruno Desidera