
Coronavirus Covid-19: Coldiretti, “apertura delle palestre attesa da 18 milioni di italiani”

“La riapertura delle 8.114 palestre e centri fitness presenti sul territorio nazionale è attesa da 18 milioni di italiani che fanno attività sportiva e sono attenti al wellness”. Lo evidenzia un’analisi della Coldiretti su dati Istat con la fine della chiusura in quasi tutta la Penisola di palestre e piscine dopo le chiusure iniziate circa 3 mesi fa. “Durante la quarantena il 28% non ha praticato alcun tipo di attività fisica – secondo l’associazione –, il 13% ha ridotto la frequenza, il 17% una o due volte la settimana, il 23% tre o quattro volte la settimana e il 19% cinque o più volte la settimana secondo le elaborazioni Coldiretti su dati Crea”. Coldiretti segnala un boom del cosiddetto “comfort food” ricco di calorie: “+150% farine e semole, +14% pane, crackers e grissini, +7% pasta e gnocchi, +38% impasti base e pizze, +13% dolci, +24% primi piatti pronti oltre al +37% di olio semi usato per frittiture di ogni tipo, dolci e salate durante il lockdown”. Secondo l’associazione, l’effetto del maggior consumo di cibi calorici è stato aggravato spesso dall’abbinamento con le bevande alcoliche. Non è quindi un caso che secondo l’indagine on line della Coldiretti “più di 1 italiano su 3 (39%) si è messo a dieta per prepararsi alla prova costume”. “Con la riapertura delle spiagge – precisa la Coldiretti – la perdita di peso diventa quindi un obiettivo prioritario da raggiungere quindi con l’aiuto che arriva dalle palestre ma anche dalla di frutta e verdura, da consumare con insalatone, smoothies frullati e centrifugati anche in spiaggia”.

Filippo Passantino