
Alimentazione: Coldiretti, “durante il lockdown italiani ingrassati di un paio di chili”

“Gli italiani sono ingrassati un paio di chili dopo i mesi trascorsi tra la cucina ed il salotto a causa dalla chiusura forzata tra le mura domestiche, anche in concomitanza delle feste”. È quanto emerge da una stima di Coldiretti che evidenzia gli effetti del periodo trascorso in lockdown durante il quale un italiano su quattro (25%) ha mangiato di più, il 27% è stato più a lungo a tavola ed il 32% ha dedicato più tempo alla cucina secondo il Report dell'Istat. “C'è stato - rileva l'associazione - un vero e proprio boom del cosiddetto 'comfort food' ricco di calorie con una ordalia di zuccheri, grassi e carboidrati: +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 nel periodo compreso tra il 16 marzo ed il 12 aprile, rispetto allo stesso periodo dello scorso anno”. “Un comportamento - evidenzia Coldiretti - che ha costretto molti italiani ad adottare con il ritorno alla normalità un regime alimentare di recupero e 'sgonfiamento' in un Paese come l'Italia dove più di un terzo della popolazione italiana adulta è in sovrappeso, mentre una persona su dieci è obesa (9,8%), con il 45,1% di persone dai 18 anni in avanti in eccesso ponderale secondo l'Istituto superiore di sanità”. “Il rischio obesità non risparmia neanche bambini e adolescenti duramente provati dal lockdown”, conclude Coldiretti, ricordando che “in Italia si stimano circa 2 milioni e 130mila bambini e adolescenti in eccesso di peso, pari al 25,2% della popolazione di 3-17 anni secondo l'Istat”.

Alberto Baviera