I mille volti del caffè svelati da un’indagine di AstraRicerche

tazzina-5a818ccd

Una recentissima indagine condotta da AstraRicerche per conto di Consorzio Promozione Caffè rivela che il caffè è la bevanda delle antinomie: è considerato un punto di forza del made in Italy ma non può essere coltivato in Italia; è un piacere conviviale e allo stesso tempo intimo e personale, è tradizione ma anche innovazione, rappresentata da un’offerta sempre più ampia e variegata. Indubbiamente può essere definito la bevanda nazionale degli italiani: tra i 18-65enni ben il 96,5% consuma caffè o bevande a base di caffè o che lo contengono, almeno saltuariamente.

Quanto se ne beve Quasi tutti bevono un caffè; sulle quantità consumate il campione si divide in tre gruppi:

- deboli consumatori (36%): ne bevono 1-2 tazzine al giorno
- medi consumatori (36%): ne consumano 2-3 al giorno
- forti consumatori (27%): ne assumono più di tre tazzine al giorno

Il consumo è più elevato tra gli uomini e cresce al crescere dell’età, almeno fino ai 54 anni, per poi moderarsi negli ultra 55enni. I più forti consumatori risiedono nel NordOvest (Piemonte e Lombardia) e nella parte meridionale del Paese (dal Lazio fino alla Calabria e alla Puglia e a entrambe le isole maggiori).

graficoI luoghi Il caffè si consuma prevalentemente a casa propria (89%) - in particolare le donne (92%) ultra 45enni (94%) - e al bar (78%). Diversi sono i momenti della giornata in cui ci si concede un buon caffè - 80% la mattina, 76% subito dopo pranzo, 59% a metà mattina, 50% nel pomeriggio -, ma il caffè preferito, quello a cui più della metà dei consumatori non rinuncerebbe mai, è quello bevuto la mattina appena svegli (58%). Il caffè macinato e preparato, come tale, è la tipologia più consumata (76%) e anche preferita (51%), soprattutto se preparato con la classica moka (42% la definisce la modalità di preparazione del caffè preferita).

Approccio di genere Nell'approccio al caffè vi sono poi differenze, anche molto importanti, tra uomini e donne, tra le diverse fasce di età e tra le varie aree geografiche del Paese: gli uomini, gli ultra 45enni e i residenti nella parte centro-meridionale dell'Italia amano il caffè nella sua purezza, mentre le donne, i giovani (soprattutto 18-24enni) e i residenti nel nord amano mischiare il caffè e quindi, più della media, scelgono caffè macchiato, cappuccino, caffèlatte e marocchino.

Moka, cialde o capsule? Per quanto riguarda invece la modalità preferita di preparazione del caffè, nessuna differenza è riscontrabile tra uomini e donne mentre sussistono forti differenze per età ed area geografica: la moka è molto amata dagli over 55enni (49%) e nel Triveneto (50%); i 18-24enni scelgono, quasi a pari merito con la moka, la nuova macchina a cialde o capsule (28% vs. il 16% degli ultra 55enni), molto apprezzata nel NordOvest (29%) e nel Centro (28%).

Simbolo del Made in Italy Secondo l'indagine, il caffè è quasi unanimemente definito uno dei punti di forza del Made in Italy (87% si dichiara molto o abbastanza d'accordo); sicuramente costituisce un momento particolare della giornata, serve a fare quattro chiacchiere con amici o colleghi di lavoro per l'85% degli intervistati o rappresenta un modo per prendersi una pausa durante la giornata (82%). Il 78% lo definisce poi uno dei piaceri della vita. Coerentemente i sentimenti più fortemente associati al caffè sono piacere (72%) e relax (63%). Abbinano il caffè al piacere soprattutto le donne (75%) e gli over 45enni (77% 45-54enni e 81% 55-65enni). Bere un buon caffè ha fondamentalmente tre valenze per gli Italiani: energizzante, rilassante e conviviale. Per circa la metà degli intervistati rappresenta il modo migliore per iniziare veramente la giornata, per "attivarsi" e il 41% lo ritiene un modo per ritrovare energia, ricaricarsi durante la giornata; il 50% considera il caffè qualcosa da offrire con piacere ad altre persone o un'esperienza da condividere con altri (31%); il 48% degli italiani definisce il caffè il modo migliore per "fare pausa" per rilassarsi durante la giornata, anche da soli, come momento tutto per sé (41%) normale

Caffè e salute: niente demonizzazioni Poche le persone realmente convinte che il caffè non sia salutare (6%): è soprattutto vissuto come una bevanda che dà la carica: aiuta a stare svegli, a non addormentarsi (42%) e migliora la concentrazione e le prestazioni mentali (34%). E ancora, un italiano su tre gli attribuisce un positivo ruolo sociale: permette a molti Stati in via di sviluppo di avere un'economia più forte e di creare posti di lavoro. E i medici cosa pensano del consumo del caffè? Gli intervistati affermano che solo un numero limitato di medici di base (20%) esprime consigli circa il consumo di caffè (il 13% su specifica richiesta del paziente e il 7% spontaneamente); nella gran maggioranza dei casi (62%), il medico di base invita i pazienti a un consumo moderato della bevanda (3 tazzine al giorno), un ulteriore 10% ne concede fino a 4/5 al giorno e un altro 2% non pone alcun limite perché ritiene non ci sia alcuna controindicazione al consumo di caffè. Al contrario troviamo solo

un 11% che ne sconsiglia l'assunzione per particolari condizioni di salute del paziente. «Il caffè, consumato quotidianamente in sicurezza per centinaia di anni, è parte della nostra alimentazione ed è uno dei componenti della dieta maggiormente studiati - afferma Patrick Hoffer, presidente del Consorzio Promozione Caffè. Una vastissima letteratura scientifica mostra che il caffè rientra pienamente in uno stile di vita attivo e in una dieta corretta e bilanciata».

Una bevanda che si gusta con tutti i sensi Agli italiani, quello che piace particolarmente del caffè è il suo gusto (95,6% dichiara di gradirlo molto o abbastanza - il 68% molto), ma il caffè dà piacere ancor prima di berlo: anche l'aroma, l'odore sono graditi dal 94,6% dei consumatori di caffè (65% molto) e il colore dal 77,2% (34% molto). Il caffè è un'abitudine quotidiana, pertanto viene associato prevalentemente alle situazioni più comuni della vita delle persone: alla famiglia (57%), perché è lì che viene consumato nella maggioranza dei casi, agli amici (45%), al lavoro/alla scuola (41%), solo il 13% lo associa alle vacanze.

«Al di là dei singoli risultati della ricerca - afferma Enrico Finzi, sociologo e Presidente AstraRicerche - emerge con chiarezza che il caffè (per alcuni decaffeinato) contribuisce al benessere psico-fisico di gran parte degli italiani. Da un lato aiuta il risveglio e favorisce il "recupero" in momenti di stanchezza; dall'altro favorisce il relax. Di più: costituisce uno dei piccoli piaceri della vita, a volte solitario, più spesso condiviso. È un rito amato e praticato che favorisce le relazioni interpersonali, la coesione sociale. Risulta espressione di antiche tradizioni, ma oggi è ricco di innovazioni nei suoi modi di preparazione. In conclusione, appare vissuto dagli abitanti del Bel Paese e dagli stranieri come un'articolazione essenziale del nostro stile di vita, dell'Italian way of well living».

**L'indagine condotta da AstraRicerche per conto di Consorzio Promozione Caffè è stata realizzata nel mese di maggio 2014 tramite interviste on line presso un campione di oltre 1.000 individui di età compresa tra i 18 e i 65 anni rappresentativi di circa 37.800.000 italiani.*