# Agli italiani piace veg: per se stessi e per l'ambiente

veg-food-3395981-1920-aa58161a

*Alimentazione veg per l'8,2% degli italiani e il 23,1% di loro spiega questa scelta come una più ampia filosofia di vita. Le evidenze del Rapporto Italia 2021 di Eurispes.*

Anche quest'anno continua a fare breccia nel cuore degli italiani l'alimentazione veg, con una quota dell'8,2%. Certo si registra un lieve calo rispetto al 2020 quando si è toccato l'8,9%, ma si conferma ad ogni modo un trend 'caldo' superiore alla media (quella del periodo compreso tra il 2014 a oggi è, infatti, del 7,4%).

Parlando di cibi vegetariani, sono le donne a vincere ai punti: 6,9% contro il 4,7% degli uomini, mentre nell'ambito vegano il 'sesso forte' avanza un po' di più (2,7% vs un 2% femminile).

Il 23,1% di chi sceglie veg lo fa per una filosofia di vita in senso lato e relativa alla cura e all'attenzione per il mondo in cui si vive. Più concentrato sull'aspetto salutistico è invece il 21,3% del campione. In entrambi i casi queste due motivazioni prevalgono più tra gli uomini. Mai il veg viene scelto anche, per un 20,7%, da chi tiene essenzialmente al benessere degli animali, e stavolta si tratta di una sensibilità più femminile: il 22,6%, contro il 18,4% degli uomini.

Altre reason why di scelta veg sono infine la qualità, la tutela dell'ambiente, la sperimentazione di cibi nuovi e alternativi e pure queste motivazioni sono per lo più appannaggio del 'gentil sesso'.

Accanto al veg, infine, molta cura si nota pure nella scelta del free from, di cibi 'addizionati' e di integratori: il 31,4% degli italiani opta infatti per prodotti senza zucchero, senza grassi aggiunti, senza l'uso di antibiotici; il 17% sceglie prodotti privi di lattosio e il 13,8% privi di glutine; il 23,5% sceglie prodotti con aggiunta di vitamine, minerali o altri nutrimenti; il 17,1% assume regolarmente integratori.