Dieta, palestra e cibi salutari fra i benefit desiderati dagli italiani

insalatina-cebfe04d

Dieta, **palestra e cibi salutari** sono fra i nuovi benefit desiderati dai dipendenti italiani. E' quanto emerge dai risultati della **settima edizione del Barometro Food**, indagine sulle abitudini dei lavoratori in pausa pranzo condotta da **Food**, consorzio pubblicoprivato europeo coordinato da **Edenred** che ha lo scopo di sensibilizzare dipendenti e ristoratori sui vantaggi di una dieta salutare e bilanciata. La ricerca 2015, effettuata in 7 Paesi europei (Belgio, Francia, Italia, Repubblica Ceca, Slovacchia, Spagna e Portogallo), rivela una crescente attenzione dei lavoratori a una **dieta equilibrata**. Questi alcuni **highlights** sull'Italia emersi dallo studio.

Infografica Edenred - Food Barometro 2015LE RICHIESTE DEI LAVORATORI: AZIENDE RESPONSABILI DEL BENESSERE FISICO DEI DIPENDENTI, CHECK UP DAL DIETOLOGO E "BREAK ROOM" IN UFFICIO

- 1 lavoratore italiano su due gradirebbe che la sua azienda favorisse lo svolgimento di attività fisiche
- Il 23% dei dipendenti italiani vorrebbe che l'azienda fornisse dei consigli nutrizionali
- Il 22% del campione auspica che l'azienda fornisca ai dipendenti i consigli di un dietologo
- Il 25% dei lavoratori vorrebbe nella propria impresa una "break room"
- Il 38% degli intervistati desidera trovare in ufficio o in fabbrica frutta fresca
- Per il 22% dei lavoratori italiani l'azienda dovrebbe incoraggiare l'utilizzo delle scale al posto dell'ascensore

GLI ITALIANI IN PAUSA PRANZO NON RINUNCIANO A CIBI LEGGERI E DI QUALITA' E CERCANO PASTI A KM 0

- L'1% del campione non mangia durante la giornata lavorativa
- Il 60% degli intervistati pranza in un ristorante e non alla scrivania o in una sala aziendale, percentuale più alta a livello europeo
- Il 30% dei dipendenti italiani in pausa pranzo mangia insalate, percentuale più alta a livello europeo,

dato tre volte superiore alla media europea
- Per l’82% dei lavoratori è fondamentale che i pranzi offerti abbiano una buona qualità nutrizionale. Su questo versante l’Italia in Europa è seconda solo alla Spagna
- Gli italiani sono tra coloro che giudicano meno importante la quantità di cibo in pausa pranzo. Solo per il 29% degli intervistati, infatti, è importante pranzare con piatti abbondanti
- Gli italiani si posizionano tra i massimi esperti di cibo di qualità al punto da poter fare a meno di leggere informazioni nutrizionali sui menù o avere indicazioni dai camerieri; le percentuali di quelli che giudicano importanti queste due attività, infatti, sono “solo” il 16% nel primo caso e il 19% nel secondo
- Il 70% del campione predilige mangiare in pausa pranzo cibo locale e di stagione; in questa speciale classifica gli italiani sono secondi solo agli spagnoli ? In pausa pranzo i lavoratori italiani fanno anche a meno dei colleghi: per il 45% degli intervistati (secondo dato in Europa dietro il Portogallo) non è prioritario pranzare coi colleghi

I RISTORATORI: PRANZARE SANO NON COSTA DI PIU’
- Nell’ultimo anno il 38% dei ristoratori italiani ha percepito una crescita della domanda di pranzi equilibrati e salutari; tale dato superiore è alla media europea (33,3%)
- Nell’ultimo anno il 31% dei ristoratori italiani ha percepito una crescita della vendita di cibi salutari; il dato è superiore alla media europea (28,5%)
- Il 68% dei ristoratori italiani non condivide l’opinione secondo cui occorrerebbe più tempo per preparare menù salutari ? L’81% dei titolari di tavole calde non crede che i pranzi più salutari siano meno saporiti
- Per il 67% dei manager della ristorazione è falsa che i cibi salutari sono anche i più costosi: solo i colleghi spagnoli registrano un risultato più alto
- In Europa i ristoratori italiani sono i più convinti (83%) che la preparazione di cibi salutari non sia difficile

UNA PANORAMICA DI QUELLO CHE ACCADE NEGLI ALTRI PAESI EUROPEI
Generalmente, anche se scelte alimentari dei lavoratori dipendono prevalentemente da ciò che desiderano in quel momento, è importante sottolineare che nelle priorità dei dipendenti l'equilibrio del pasto viene subito dopo e comunque prima del prezzo. Questo criterio salutista è stato selezionato per il quarto anno consecutivo. Inoltre, quando i dipendenti scelgono un ristorante per la loro pausa pranzo, più di 3 dipendenti su 4 prestano particolare attenzione alla dieta equilibrata. Questa tendenza è confermata anche dalle risposte dei ristoratori. La variabile più importante registrata dalla ricerca è l'aumento della domanda di pasti salutari osservati in oltre un terzo dei ristoranti. Tale trend è in crescita di 6 punti rispetto a quanto registrato nel 2014. Anche l'interesse per le informazioni su una nutrizione equilibrata e la vendita di pasti salutari sono aumentati nello stesso modo, queste cifre non

sono mai state così alte da quando tale ricerca ha preso avvio.