Prima colazione: la rivincita delle donne

img1323-1a0e86d3

Il cambio di approccio verso la colazione, con una maggiore attenzione alle sue valenze nutrizionali, è il risultato dei cambiamenti avvenuti nella società italiana. In 30 anni i comportamenti e gli stili di vita sono mutati profondamente, ben più che in altri periodi storici. L'ondata delle nuove tecnologie, l'affermazione del Pc negli anni '90 e poi di Internet e dei social network, la progressiva precarizzazione dell'esperienza lavorativa, la globalizzazione con l'arrivo di nuove culture si portano dietro odori, sapori e ingredienti "etnici" che, nel corso degli anni 2000 entrano di fatto a far parte della nostra cultura (i giovani oggi affiancano sushi e kebab alla nostrana pizza senza distinzioni di origine o tradizione). Infine, la grande ondata salutista e a favore della sostenibilità, partita dai movimenti no global dell'inizio del secolo, si è affermata tanto da diventare mainstream. Tutto ciò ha portato a un allentamento e dilatamento dei tempi che ha influito sui pasti, sfavorendone alcuni (il pranzo) per favorirne altri. A partire dalla colazione. Che oggi, come in passato, piace di più alle donne, più attente a salute e benessere: secondo Istat iniziano bene la giornata dal punto di vista nutrizionale l'82% delle donne contro il 77% degli uomini.

La colazione italiana sembra rimasta immutata. Ma è proprio così?

Prima colazione, numeri in crescita