

CORONAVIRUS: COLDIRETTI, "CON LOCKDOWN ITALIANI HANNO PRESO DUE CHILI IN PIU'"

5 Maggio 2020



ROMA – Scatta la guerra alla bilancia per gli italiani, che sono ingrassati di almeno un paio di chili dopo due mesi trascorsi tra la cucina ed il salotto, anche in concomitanza delle feste, a causa dal lockdown.

E' quanto emerge da una stima di Coldiretti, in occasione dell'avvio della Fase 2, sui dati dei consumi nazionali di Ismea, che hanno visto crescere del 18% la spesa di cibo finito sulle tavole del Belpaese.

C'è stato un vero e proprio boom del cosiddetto "comfort food" ricco di calorie con – sottolinea la Coldiretti – 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 frittture di ogni tipo, dolci e salate nel periodo compreso tra il 16 marzo ed il 12 aprile, rispetto allo stesso periodo dello scorso anno.

Con l'inizio della Fase 2, che permette passeggiate e allenamenti singoli, con il via libera a runner e ciclisti, la perdita di peso diventa un obiettivo prioritario per il 47% degli italiani, che secondo Coldiretti/Ixe' sono attenti alla dieta per mantenersi in forma.

Un aiuto in questa stagione viene dalla grande disponibilità lungo tutta la Penisola di frutta e verdura, che garantiscono anche una riserva naturale di vitamine, consigliate anche dall'Iss (Istituto superiore di sanità).

Sul suo sito, nei consigli sull'alimentazione durante l'emergenza Covid-19, invita proprio ad "aumentare la quota di alimenti vegetali nella nostra dieta", con "più frutta e verdura e più legumi in ogni pasto della giornata".