

INDAGINE SULLE ABITUDINI ALIMENTARI NELLA STAGIONE ESTIVA DEI LAVORATORI D'UFFICIO. PRIMI RISULTATI.

d=3A₂₀₂₄

Regione Emilia-Romagna

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Modena
Dipartimento di Sanità Pubblica

Michele del Gaudio
Primo Ricercatore INAIL UOT CVR Avellino

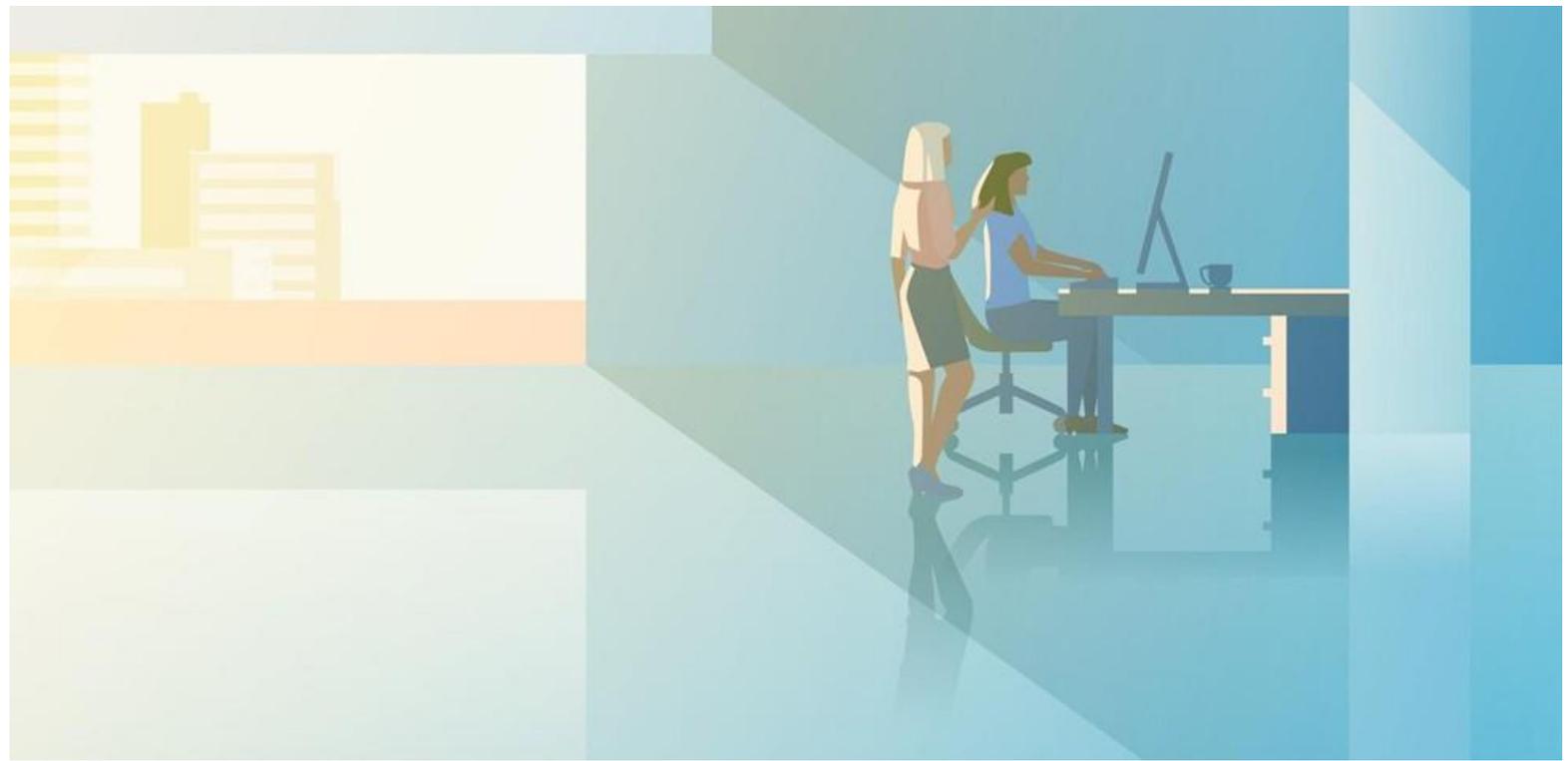


designed by  freepik

AMBIENTE

Copernicus, l'estate del 2024 è stata "la più calda di sempre"

06 set 2024 - 07:00



100 lavoratori d'ufficio del settore pubblico e privato in Italia



INAIL

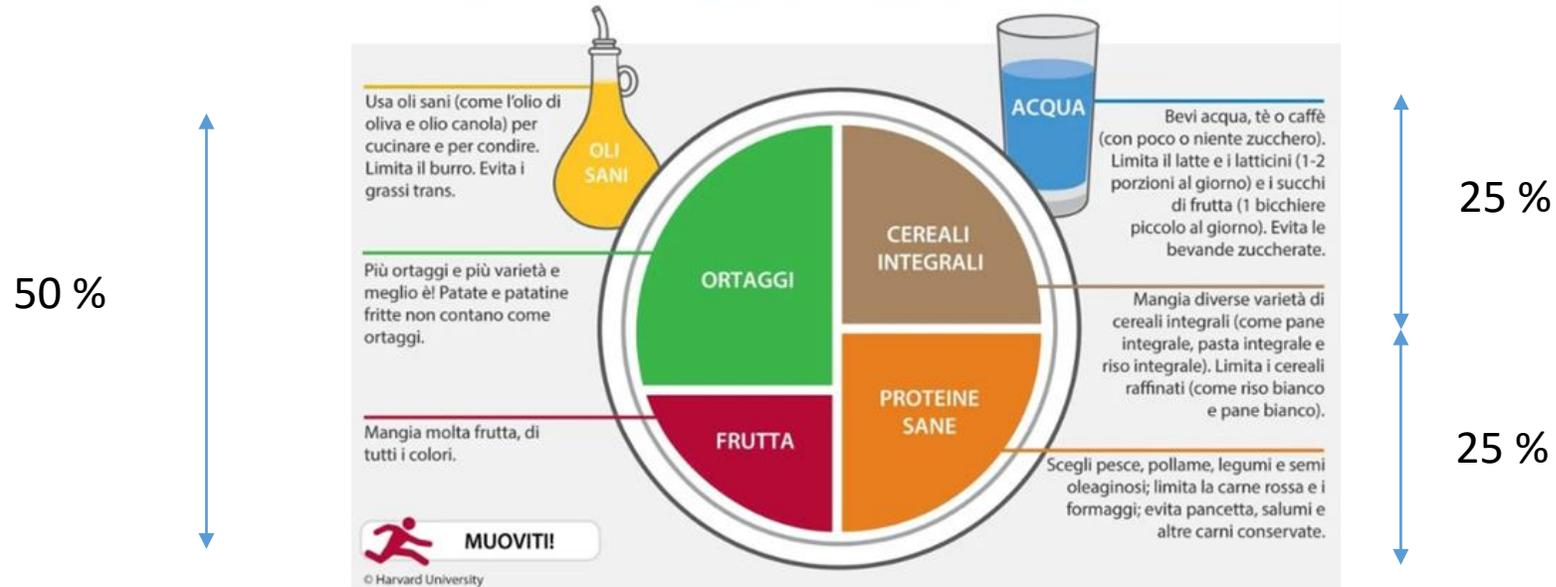


Michele del Gaudio

Indagine sulle abitudini alimentari nella stagione estivi dei lavoratori d'ufficio.
Primi risultati.

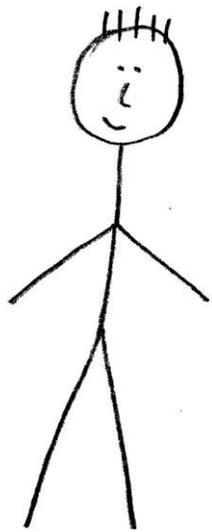
Bologna 20 novembre 2024

IL PIATTO DEL MANGIAR SANO

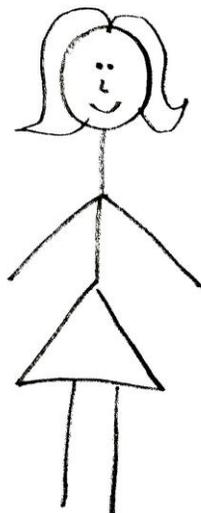


Harvard T.H. Chan School of Public Health
The Nutrition Source
www.hsph.harvard.edu/nutritionsource

Harvard Medical School
Harvard Health Publications
www.health.harvard.edu



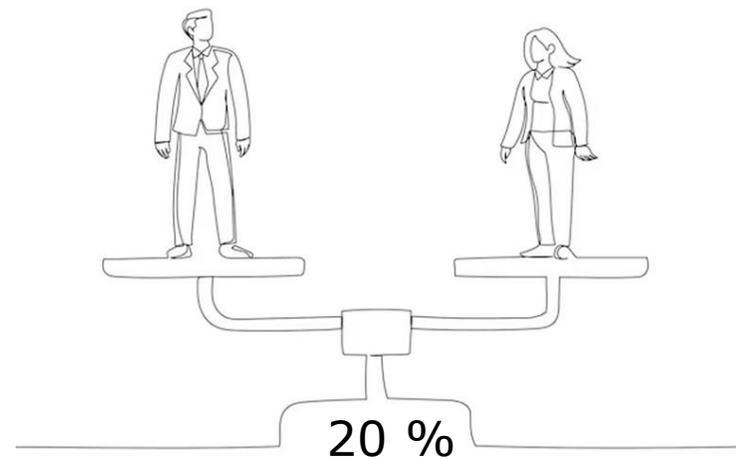
36 %



64 %

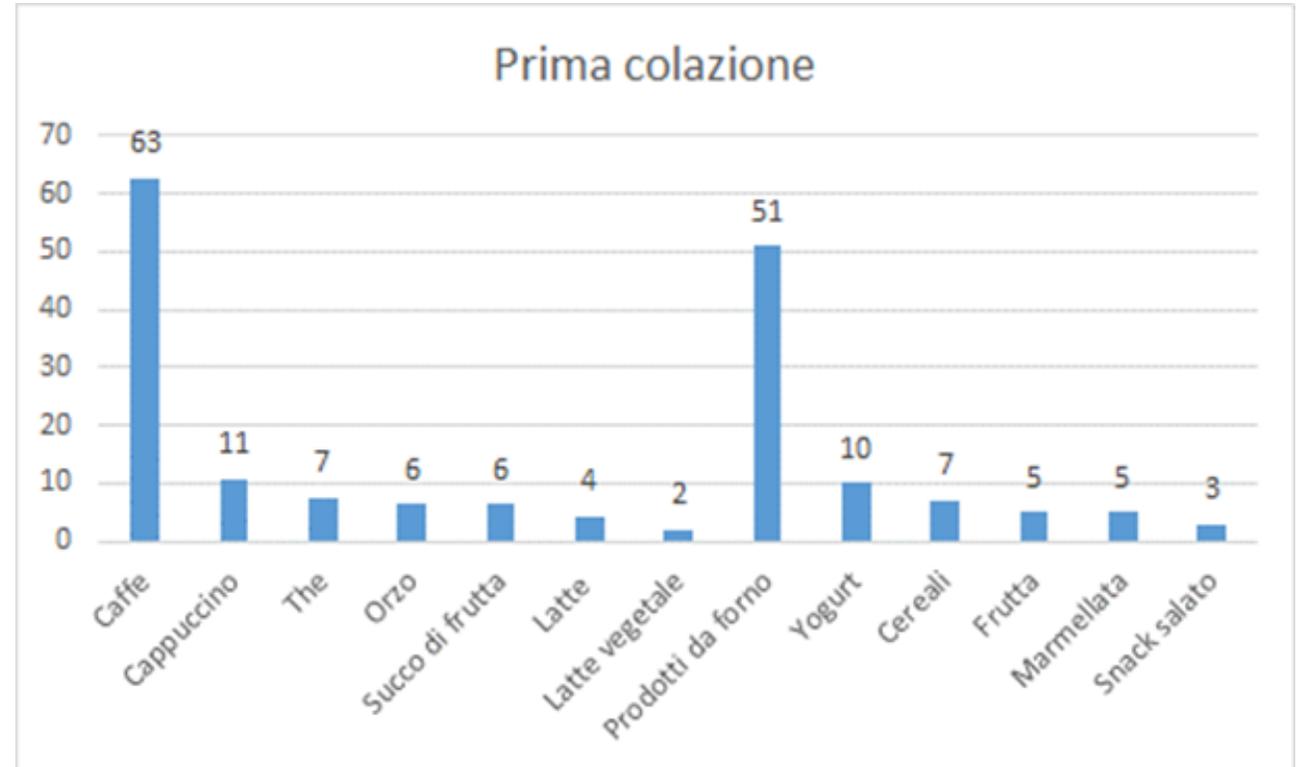


41 e 60 anni



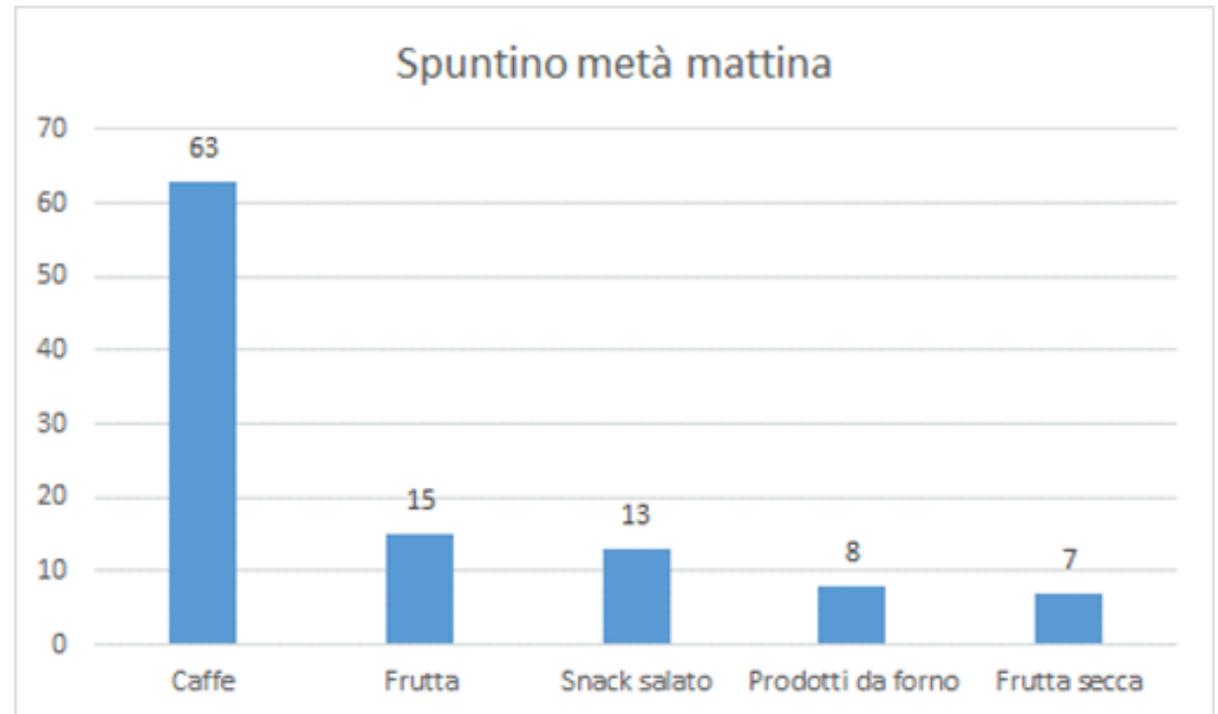
75% dei lavoratori fa colazione casa
15% dei lavoratori fa colazione al bar

- 63% del campione di lavoratori preferisce consumare caffè.15% solo quello.
- 51% prodotti da forno
- Tutte le bevande calde
- The al Nord



Prevalentemente al bar

- Maggioranza del campione di lavoratori preferisce consumare caffè.
- Più frutta
- 24% solo caffè

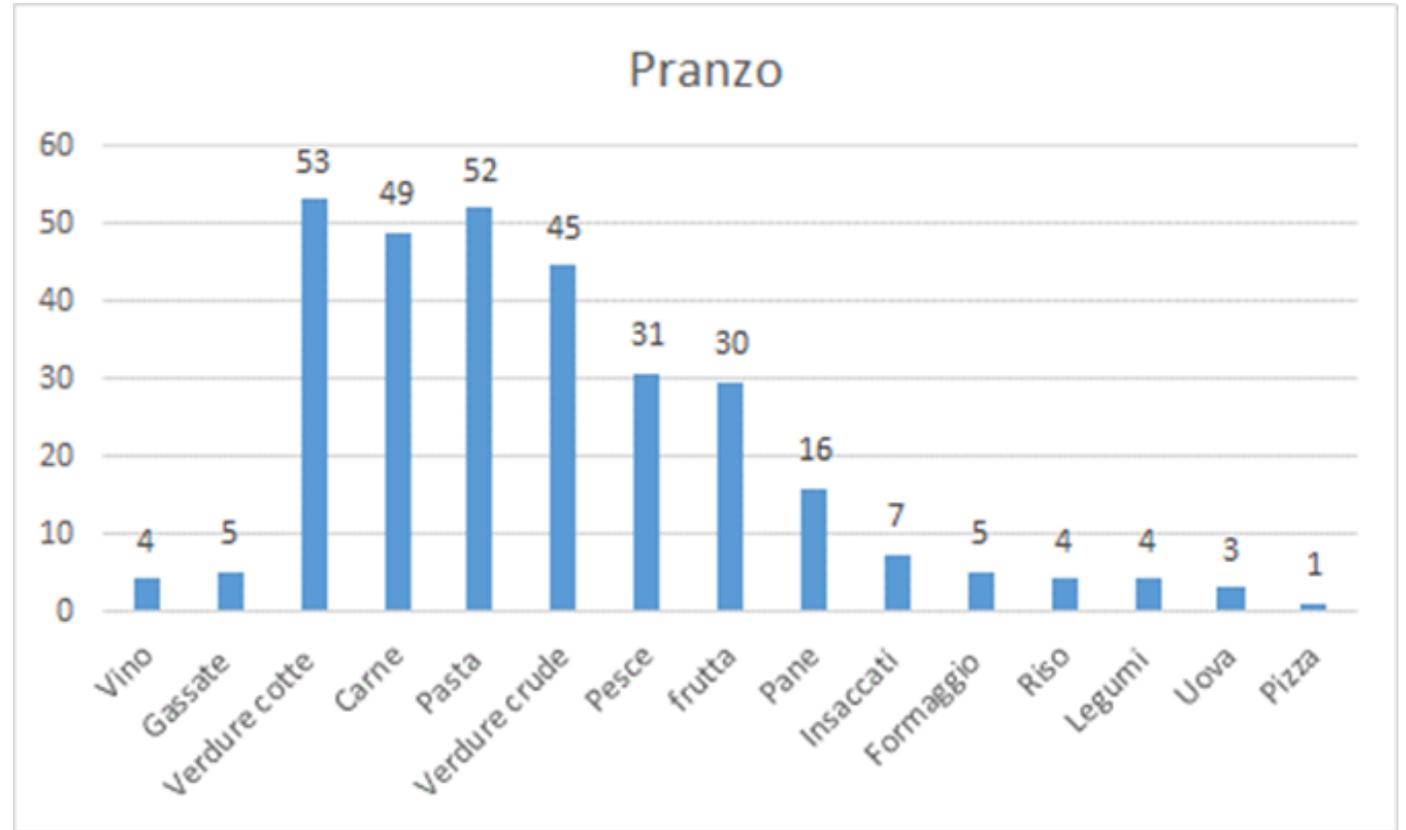


Prevalentemente in ufficio 67 %
Effetto smart working Casa 22%
6% ristorante

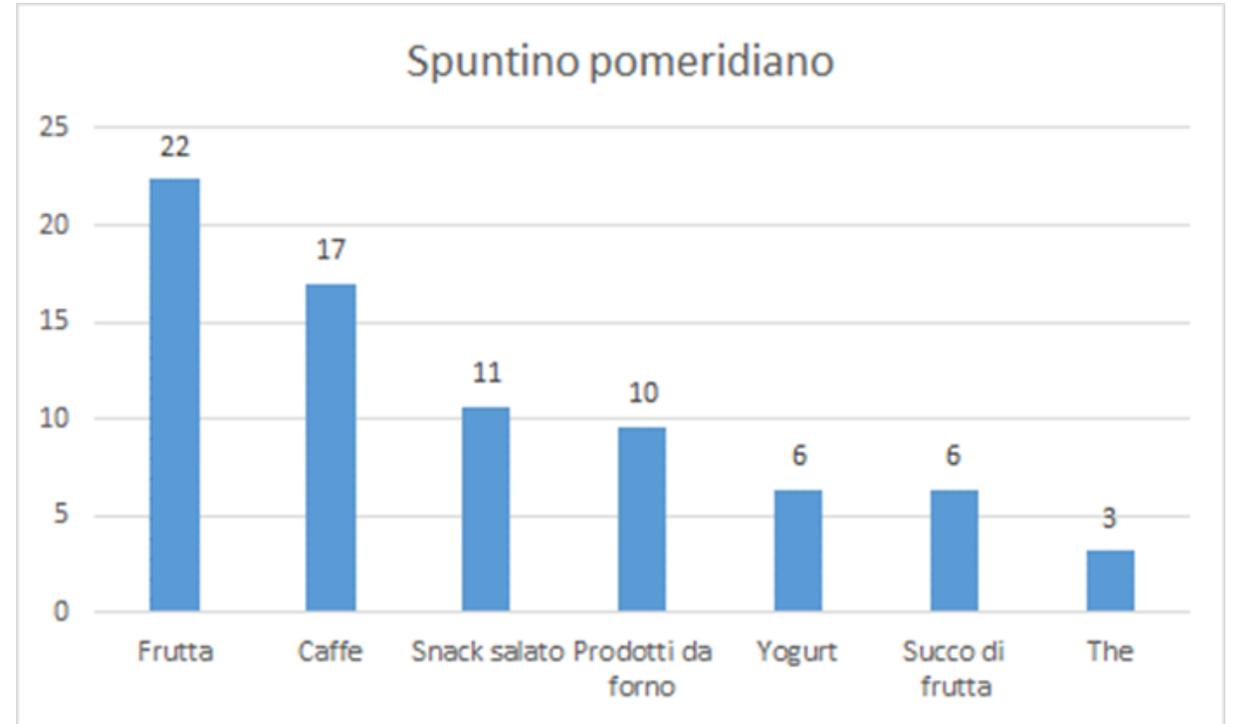
52% del campione di lavoratori sceglie
pasta 53% verdure

6% panino
4% vino

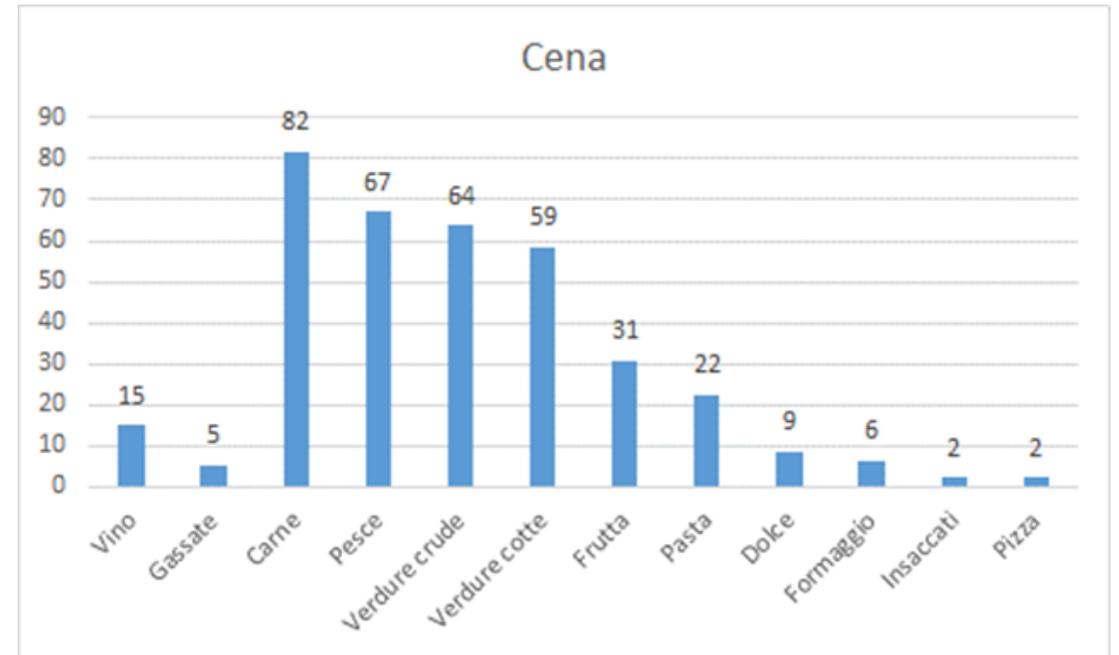
1% pizza



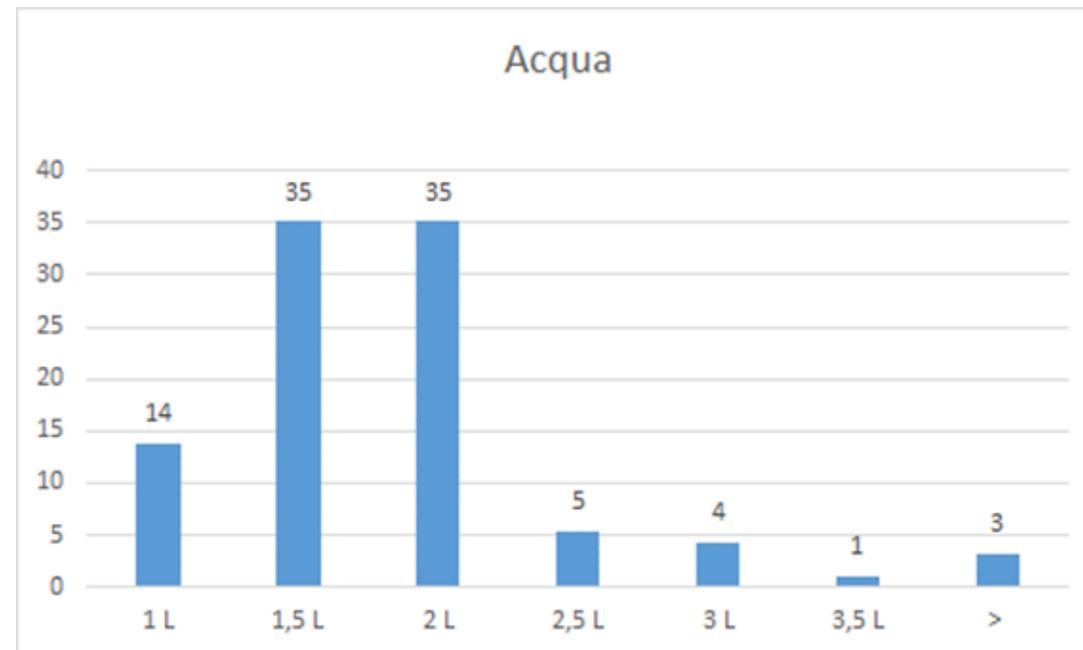
22% frutta
10% solo caffè



50% secondo contorno
22% pasta
15% vino
9% dolce



50% beve meno di 2 L di acqua al giorno



Conclusioni

Colazione

Non vengono assunte sufficienti quantità di frutta fresca, frutta secca o cereali integrali in grado di fornire le energie necessarie ad affrontare la giornata calda fornendo liquidi e soprattutto nutrienti a lento rilascio.



- *insufficiente consumo di frutta e verdura da parte di molti lavoratori*
- *insufficiente consumo di acqua da parte di almeno il 50% degli intervistati*
- *diffuso il consumo di caffè.*



- *scarso consumo di formaggi salati e salumi*
- *Le bevande alcoliche sono limitate e consumate soprattutto di sera a cena*



m.delgaudioinail.it

