

**Landesinstitut für Statistik**Kanonikus-Michael-Gamper-Str. 1 • 39100 Bozen
Tel. 0471 41 84 00 • Fax 0471 41 84 19<https://astat.provinz.bz.it> • astat@provinz.bz.itAuszugsweiser oder vollständiger Nachdruck mit Quellenangabe (Herausgeber und Titel) gestattet
Halbmonatliche Druckschrift, eingetragen mit Nr. 10 vom 06.04.89 beim Landesgericht Bozen
Verantwortlicher Direktor: Timon Gärtner**Istituto provinciale di statistica**Via Canonico Michael Gamper 1 • 39100 Bolzano
Tel. 0471 41 84 00 • Fax 0471 41 84 19<https://astat.provincia.bz.it> • astat@provincia.bz.itRiproduzione parziale o totale autorizzata con la citazione della fonte (titolo ed edizione)
Pubblicazione quindicinale iscritta al Tribunale di Bolzano al n. 10 del 06.04.89
Direttore responsabile: Timon Gärtner

astatinfo

Nr. **66**

10/2019

Ernährungsgewohnheiten der Südtiroler

2018

Anlässlich des **Welternährungstages 2019** am 16. Oktober veröffentlicht das Landesinstitut für Statistik ASTAT einige Daten zu den Ernährungsgewohnheiten der Südtiroler Bevölkerung. Das Hauptaugenmerk liegt dabei auf den zeitlichen und räumlichen Vergleichen sowie auf der Aufschlüsselung der Daten nach Geschlecht und Alter.

Das Mittagessen ist die Hauptmahlzeit und wird vorwiegend zuhause eingenommen

Das Gesundheitsministerium rät zu einer gleichmäßigen Verteilung der Kalorienmenge, die täglich zu sich genommen wird. Laut der modernen Ernährungswissenschaft sollte der Tagesbedarf an Kalorien auf fünf Mahlzeiten aufgeteilt werden: 15-20% auf das Frühstück, 5% auf die Jause, 35-40% auf das Mittagessen, 5% auf die nachmittägliche Zwischenmahlzeit und 30-35% auf das Abendessen.

Als Hauptmahlzeit des Tages gilt dabei für 76% der Südtiroler richtigerweise das Mittagessen, für 15% das Abendessen, für 9% das Frühstück.

Betrachtet man die Daten nach Geschlecht und Altersklasse, zeigt sich Folgendes:

Stili alimentari degli altoatesini

2018

In occasione della **Giornata Mondiale dell'Alimentazione 2019** (16 ottobre) l'Istituto provinciale di statistica ASTAT presenta alcuni dati sugli stili alimentari degli altoatesini, focalizzando l'attenzione sui confronti temporali e spaziali e sulla disaggregazione dei dati per sesso ed età.

Il pranzo è il pasto principale e viene consumato prevalentemente a casa

Il Ministero della Salute consiglia di distribuire opportunamente le calorie di cui abbiamo bisogno nel corso della giornata. Secondo la moderna scienza dell'alimentazione le calorie assunte dovrebbero essere ripartite in cinque pasti: il 15-20% a colazione, il 5% a metà mattina, il 35-40% a pranzo, il 5% a metà pomeriggio e il 30-35% a cena.

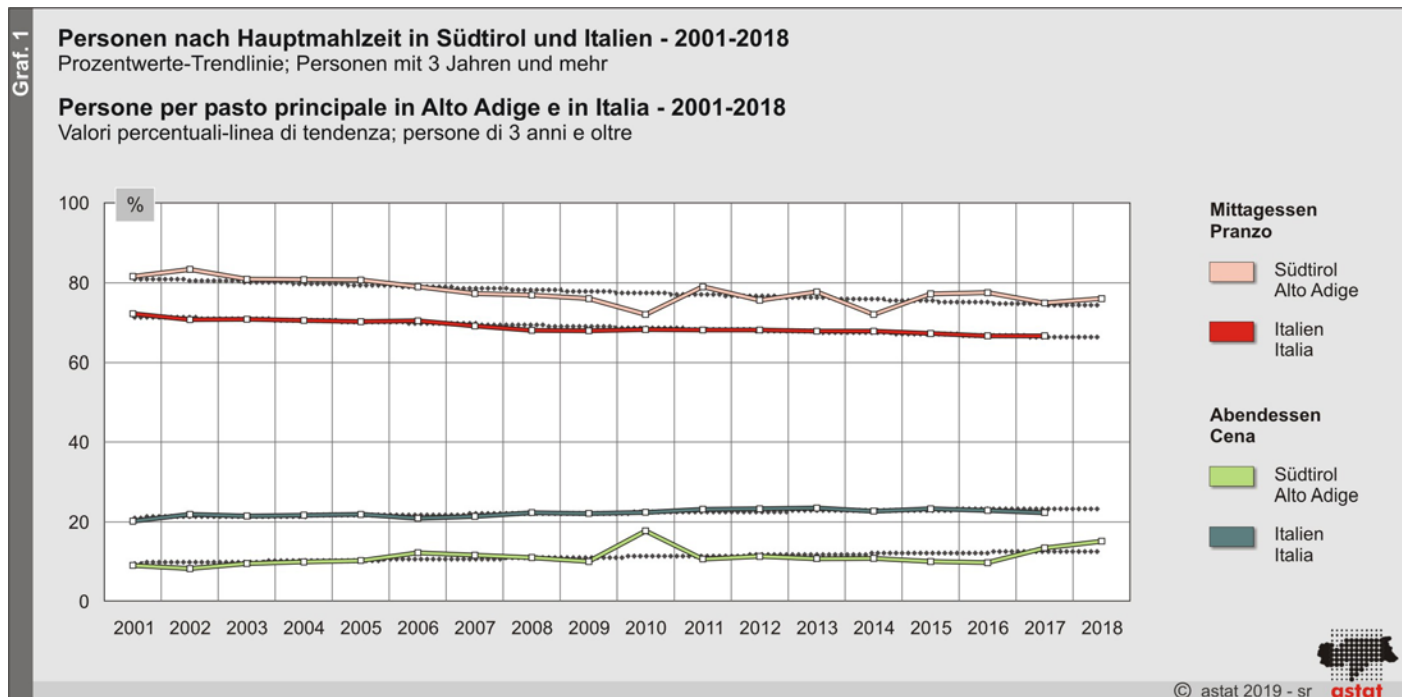
Il pranzo rappresenta, correttamente, il pasto principale della giornata per il 76% degli altoatesini, la cena per il 15% e la colazione per il 9%.

Analizzando i dati per genere e classe di età emerge che:

- die Anteile der Frauen und der Männer unterscheiden sich nicht in signifikanter Weise;
- das Mittagessen ist für die über 64-Jährigen häufiger die Hauptmahlzeit des Tages als für andere Altersklassen.
- le percentuali relative alle donne e quelle relative ai maschi non differiscono in modo significativo;
- il pranzo costituisce il pasto principale della giornata più frequentemente per gli over 64 che per gli altri.

Ohne Berücksichtigung der Schwankungen aufgrund von Stichprobenfehlern, hat die von der Südtiroler Bevölkerung dem Mittagessen beigemessene Wichtigkeit zwischen 2001 und 2018 zugunsten des Abendessens leicht abgenommen.

Tra il 2001 e il 2018 l'importanza attribuita dalla popolazione altoatesina al pranzo, tralasciando le fluttuazioni dovute agli errori campionari, è andata leggermente diminuendo a favore della cena.



Tab. 1

Personen nach Hauptmahlzeit, Ort, an dem sie an Werktagen normalerweise zu Mittag essen, Geschlecht und Altersklasse - 2018
Prozentuelle Verteilung; Personen mit 3 Jahren und mehr

Persone per pasto principale, luogo in cui pranzano abitualmente nei giorni feriali, genere e classe di età - 2018
Composizione percentuale; persone di 3 anni e oltre

	Hauptmahlzeit Pasto principale			Ort, an dem man werktags zu Mittag isst Luogo in cui si pranza nei giorni feriali				
	Frühstück Prima colazione	Mittagessen Pranzo	Abendessen Cena	Zuhause Casa	Betriebsmensa, Schulmensa Mensa aziendale o scolastica	Restaurant, Bar Ristorante, bar	Anderswo Altrove	
Geschlecht								Genere
Männer	8	77	15	60	12	17	12	Maschi
Frauen	10	75	15	75	10	5	9	Femmine
Altersklasse (Jahre)								Classe di età (anni)
Bis 17	9	76	14	60	31	***	***	Fino a 17
18-39	8	72	20	51	12	19	18	18-39
40-64	9	73	18	66	7	14	13	40-64
65 und mehr	9	88	***	96	***	***	***	65 e oltre
Südtirol insgesamt	9	76	15	68	11	11	10	Totale Alto Adige
Italien insgesamt (2017)	11	67	22	73	8	5	14	Totale Italia (2017)

*** Die Genauigkeit der Schätzungen ist unzureichend (die Daten können nur veröffentlicht werden, wenn der relative Standardfehler kleiner als 25% ist).
Il livello di accuratezza della stima non è sufficiente (il dato è pubblicabile se l'errore standard relativo è inferiore al 25%).

Quelle: ISTAT, ASTAT

Fonte: ISTAT, ASTAT

Vergleicht man die Daten auf Landesebene mit Gesamtitalien (verfügbar bis 2017), ergeben sich unterschiedliche prozentuelle Verteilungen. Diese Unterschiede sind zeitlich konstant. Der Anteil der Südtiroler, für die das Mittagessen die Hauptmahlzeit ist, ist höher als der entsprechende gesamtstaatliche Prozentsatz (um ca. 10 Prozentpunkte). Ungefähr dieselbe Differenz, nur umgekehrt, ist bei den Daten zum Abendessen zu beobachten.

68% der Südtiroler nehmen das Mittagessen an Werktagen, Schul- oder Arbeitstagen, zuhause ein, 11% in der Betriebs- oder Schulmensa, 11% im Restaurant oder in der Bar, 7% am Arbeitsplatz und 3% anderswo.

Wenngleich diese Prozentsätze in den letzten Jahren keinen nennenswerten Veränderungen unterworfen waren, deuten die Daten darauf hin, dass das Mittagessen wieder etwas öfter außer Haus zu sich genommen wird.

An Werktagen essen üblicherweise mehr Frauen als Männer zuhause zu Mittag (75% zu 60%). Das Verhältnis kehrt sich in Bezug auf das Mittagessen im Restaurant oder in der Bar um (5% Frauen zu 17% Männer).

Nahezu alle über 64-Jährigen (96%) nehmen das Mittagessen gewohnheitsmäßig zu Hause ein und ungefähr ein Drittel der Minderjährigen (31%) in der Schulmensa.

Die Anwendung einer logistischen Regressionsanalyse zeigt außerdem, dass neben Geschlecht und Alter auch die Berufstätigkeit einen Einfluss auf den Ort des Mittagessens hat. Fast die Gesamtheit der Rentner und der Hausfrauen isst zuhause, während dies nur auf 53% der Erwerbstätigen zutrifft.

Im Vergleich zu den Daten auf gesamtstaatlicher Ebene ist der Anteil an Personen, die gewohnheitsmäßig zu Hause zu Mittag essen, etwas niedriger, während der Anteil der Restaurant- und Barbesucher hierzulande höher ist.

Jeder fünfte Arbeitnehmer erhält Essensgutscheine

10% der unselbstständig Beschäftigten essen in der Regel in der Betriebskantine zu Mittag und 19% erhalten Essensgutscheine von ihrem Arbeitgeber.

75% derjenigen, die Essensgutscheine verwenden, geben sie ausschließlich in Restaurants oder Bars aus, 13% nutzen sie nur für den Einkauf in Geschäften oder Supermärkten und 12% nutzen sie für beides.

Confrontando i dati provinciali con quelli nazionali (disponibili fino al 2017), si osservano distribuzioni percentuali diverse. Questa diversità permane nel tempo. La percentuale di altoatesini per i quali il pranzo costituisce il pasto principale si mantiene su un livello più elevato di quello nazionale (di circa 10 punti percentuali). All'incirca la stessa differenza, ma opposta, si ritrova nei valori riguardanti la cena.

Nei giorni non festivi (di scuola o di lavoro) il 68% degli altoatesini pranza abitualmente a casa, l'11% in mensa (aziendale o scolastica), l'11% al ristorante o al bar, il 7% sul posto di lavoro e il 3% altrove.

Anche se queste percentuali non hanno subito variazioni significative negli ultimi anni, i dati lasciano intravedere una leggera ripresa del consumo del pranzo fuori casa.

Pranzano usualmente a casa nei giorni feriali più donne che maschi (75% contro 60%). La relazione si inverte per il pranzo al ristorante o al bar (5% delle donne contro 17% dei maschi).

Quasi tutti gli over 64 (96%) consumano il pranzo abitualmente a casa e circa un terzo (31%) degli under 18 pranza alla mensa scolastica.

Inoltre, l'applicazione di un modello di regressione logistica mostra che, oltre a genere ed età, anche la condizione professionale influisce sul luogo del pranzo. La quasi totalità dei pensionati e delle casalinghe pranza in casa, contro circa la metà (53%) degli occupati.

Rispetto ai valori rilevati sull'intero territorio italiano, in provincia di Bolzano si osserva una percentuale leggermente più bassa di persone che pranzano abitualmente a casa e una percentuale più elevata di avventori di ristoranti o bar.

Un dipendente su cinque usufruisce dei buoni pasto

Il 10% dei lavoratori dipendenti pranza abitualmente alla mensa aziendale e il 19% riceve dal datore di lavoro i buoni pasto.

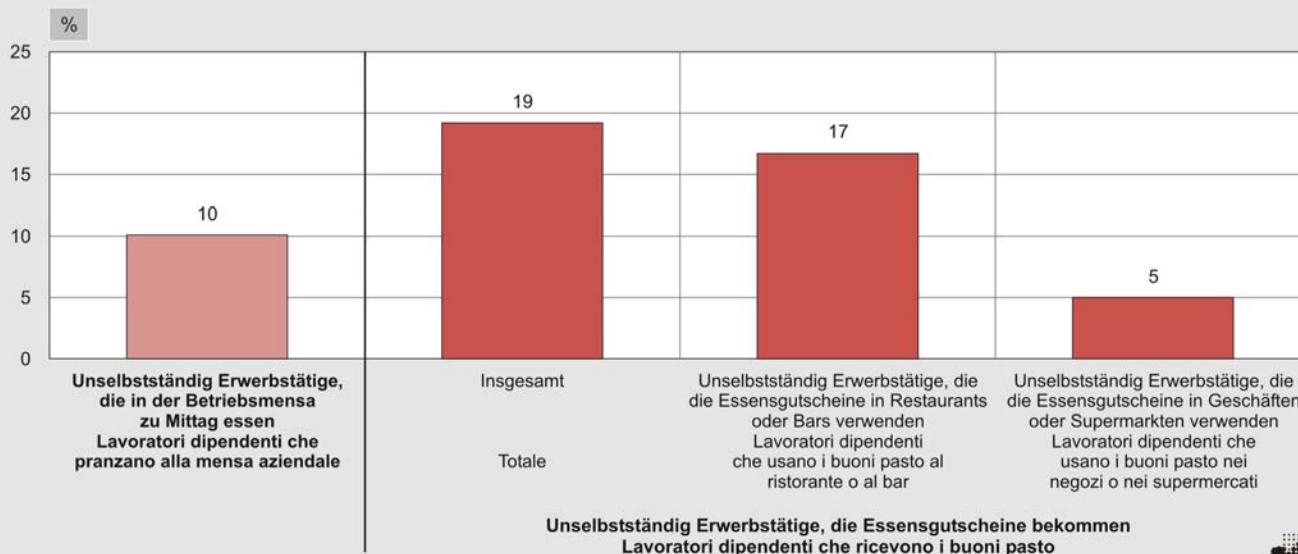
Il 75% di chi usufruisce dei buoni pasto li spende esclusivamente al ristorante o al bar, il 13% li usa solo per fare la spesa nei negozi o nei supermercati e il 12% li utilizza in entrambi i modi.

Unselbstständig Erwerbstätige, die in der Betriebsmensa zu Mittag essen und unselbstständig Erwerbstätige, die Essensgutscheine bekommen nach öffentlichen Lokalen, wo sie sie verwenden - 2018

Prozentwerte; unselbstständig Erwerbstätige

Lavoratori dipendenti che pranzano alla mensa aziendale e lavoratori dipendenti che ricevono i buoni pasto per esercizi pubblici in cui li usano - 2018

Valori percentuali; lavoratori dipendenti



© astat 2019 - sr **astat**

55% der Südtiroler essen mindestens einmal im Monat außer Haus zu Mittag oder zu Abend

25% der Südtiroler gehen mindestens einmal pro Woche in ihrer Freizeit zum Mittag- oder Abendessen außer Haus (in eine Pizzeria, ein Restaurant usw.). 30% essen einmal oder mehrmals im Monat außer Haus, 33% ein paar Mal im Jahr und 12% gehen nie zu einem Abendessen oder Mittagessen in ein Restaurant oder eine Pizzeria.

Il 55% degli altoatesini pranza o cena fuori casa almeno una volta al mese

Il 25% degli altoatesini si reca nel tempo libero a pranzo o a cena fuori casa (in pizzeria, al ristorante, ecc.) almeno una volta alla settimana. Il 30% mangia fuori casa una o più volte al mese, il 33% qualche volta l'anno e il 12% non si concede mai una cena o un pranzo al ristorante o in pizzeria.

Tab. 2

Personen nach Häufigkeit, mit denen sie in ihrer Freizeit zum Mittag- oder Abendessen ausgehen (Restaurant, Pizzeria usw.), Geschlecht und Altersklasse - 2018

Prozentuelle Verteilung; Personen mit 6 Jahren und mehr

Persone per frequenza con cui nel tempo libero si recano a pranzo o a cena fuori casa (al ristorante, in pizzeria, ecc.), genere e classe di età - 2018

Composizione percentuale; persone di 6 anni e oltre

	Einmal oder mehrmals in der Woche Una o più volte alla settimana	Einmal oder mehrmals im Monat Una o più volte al mese	Ein paar Mal im Jahr Qualche volta l'anno	Nie Qualche volta l'anno	
Geschlecht					Genere
Männer	28	29	32	11	Maschi
Frauen	21	32	35	12	Femmine
Altersklasse (Jahre)					Classe di età (anni)
Bis 17	32	30	30	8	Fino a 17
18-39	34	34	23	8	18-39
40-64	22	33	34	11	40-64
65 und mehr	14	22	45	19	65 e oltre
Insgesamt	25	30	33	12	Totale

Quelle: ASTAT

Fonte: ASTAT

Männer bzw. Jugendliche essen in ihrer Freizeit häufiger außer Haus als Frauen bzw. ältere Menschen.

Mangiano più frequentemente fuori casa nel tempo libero i maschi rispetto alle donne e i giovani rispetto agli anziani.

82% der Südtiroler frühstücken angemessen

82% der Südtiroler nehmen gewohnheitsmäßig ein angemessenes Frühstück zu sich, d.h. es enthält Milch oder feste Nahrungsmittel. 9% der Bevölkerung trinken nur Kaffee oder Tee und 9% frühstücken nicht.

Angemessen zu frühstücken ist eine Gewohnheit, die unter den Männern (78%) etwas weniger verbreitet ist als unter den Frauen (85%).

Etwa ein Viertel (28%) der 3- bis 17-Jährigen (aber nur 9% der volljährigen Bevölkerung) essen beim Frühstück Joghurt, Getreide und Fruchtsäfte. Unter den Erwachsenen ist das traditionelle Frühstück mit Milch, Kaffee, Tee, Brot, Keksen usw. weiter verbreitet.

Im Laufe der letzten fünfzehn Jahre haben sich die Frühstücksgewohnheiten der Südtiroler nicht nennenswert verändert. Sie ähneln außerdem jenen auf gesamtstaatlicher Ebene. Der Anteil der Personen, die nicht frühstücken oder kein angemessenes Frühstück einnehmen, liegt schätzungsweise bei etwa 15%.

L'82% degli altoatesini fa una colazione adeguata

L'82% degli altoatesini ha l'abitudine di fare una colazione adeguata, vale a dire comprendente latte o cibi solidi. Il 9% della popolazione beve solo caffè o the e il 9% non fa colazione.

Alimentarsi a colazione in modo adeguato è un'abitudine un po' meno diffusa tra i maschi (78% contro il 85% delle donne).

Circa un quarto (28%) dei 3-17enni, ma solo il 9% dei maggiorenni, consuma a colazione yogurt, cereali e succhi di frutta. Tra gli adulti è più diffusa la colazione tradizionale, a base di latte, caffè, the, pane, biscotti, ecc.

Nel corso degli ultimi quindici anni le abitudini degli altoatesini riguardanti la prima colazione, molto simili a quelle rilevate a livello nazionale, non hanno subito variazioni significative. La stima della percentuale di persone che non fanno colazione o fanno una colazione non adeguata si è mantenuta intorno al 15%.

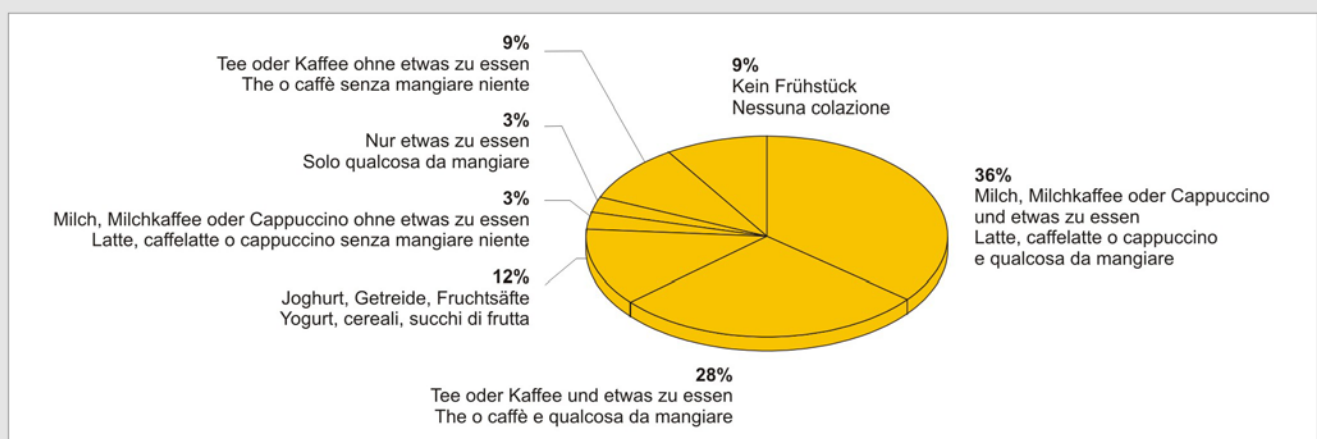
Graf. 3

Personen nach Art des Frühstücks - 2018

Prozentuelle Verteilung; Personen mit drei Jahren und mehr

Persone per tipo di colazione - 2018

Composizione percentuale; persone di tre anni e oltre



Tab. 3

Personen nach Art des Frühstücks, Geschlecht und Altersklasse - 2018

Prozentuelle Verteilung; Personen mit 3 Jahren und mehr

Persone per tipo di colazione, genere e classe di età - 2018

Composizione percentuale; persone di 3 anni e oltre

	Angemessenes Frühstück					Unangemessenes Frühstück oder kein Frühstück		
	Colazione adeguata					Colazione non adeguata o nessuna colazione		
	Milch, Milchkaffee oder Cappuccino und etwas zu essen Latte, caffelatte o cappuccino e qualcosa da mangiare	Tee oder Kaffee und etwas zu essen The o caffè e qualcosa da mangiare	Joghurt, Getreide, Fruchtsäfte Yogurt, cereali, succhi di frutta	Milch, Milchkaffee oder Cappuccino ohne etwas zu essen Latte, caffelatte o cappuccino senza mangiare niente	Nur etwas zu essen Solo qualcosa da mangiare	Tee oder Kaffee ohne etwas zu essen The o caffè senza mangiare niente	Kein Frühstück Nessuna colazione	
Geschlecht								Genere
Männer	33	28	11	***	3	12	10	Maschi
Frauen	38	27	14	3	***	7	8	Femmine
Altersklasse (Jahre)								Classe di età (anni)
Bis 17	27	16	28	***	7	8	12	Fino a 17
18-39	35	28	9	***	***	9	11	18-39
40-64	34	33	10	***	***	11	8	40-64
65 und mehr	48	29	6	***	***	8	7	65 e oltre
Insgesamt	36	28	12	3	3	9	9	Totale

*** Die Genauigkeit der Schätzungen ist unzureichend (die Daten können nur veröffentlicht werden, wenn der relative Standardfehler kleiner als 25% ist).
Il livello di accuratezza della stima non è sufficiente (il dato è pubblicabile se l'errore standard relativo è inferiore al 25%).

Quelle: ASTAT

Fonte: ASTAT

Südtiroler essen mehr Käse und Milchprodukte, aber weniger Fisch und Fleisch als der gesamtstaatliche Durchschnitt

Die Ernährung der Südtiroler Bevölkerung besteht vorwiegend aus kohlenhydratreichen Speisen wie Brot, Nudeln und Reis. 68% essen dies jeden Tag und 28% ein paar Mal in der Woche.

54% der Bevölkerung trinken mindestens einmal täglich Milch; 85% essen mindestens ein paar Mal in der Woche Käse und Milchprodukte.

Bei 13% der Bevölkerung stehen Wurstwaren täglich auf dem Speiseplan, weitere 47% essen sie mehrmals in der Woche.

Fast alle (97%) essen Fleisch. Am wenigsten beliebt ist Schaf- bzw. Schweinefleisch (ausgenommen Wurstwaren), das von der Hälfte bzw. einem Viertel der Bevölkerung nicht konsumiert wird. Mindestens ein paar Mal in der Woche essen 56% der Bevölkerung weißes Fleisch, 46% Rindfleisch, 29% Schweinefleisch und 13% Schaffleisch.

Fisch wird deutlich seltener konsumiert als Fleisch und Wurstwaren: 55% der Bevölkerung essen weniger als einmal pro Woche Fisch, weitere 12% essen nie welchen.

Gli altoatesini mangiano più formaggi e latticini, ma meno carne e pesce rispetto alla media nazionale

L'alimentazione degli altoatesini comprende prevalentemente cibi ricchi di carboidrati come pane, pasta e riso. Il 68% ne consuma tutti i giorni e il 28% qualche volta alla settimana.

Il 54% della popolazione beve latte almeno una volta al giorno e l'85% consuma formaggi e latticini almeno qualche volta alla settimana.

I salumi rientrano nell'alimentazione quotidiana del 13% della popolazione e un ulteriore 47% li consuma più volte alla settimana.

Quasi tutti (97%) mangiano carne. Le carni ovine e quelle di maiale (esclusi i salumi), non consumate rispettivamente da metà e da un quarto della popolazione, sono le meno diffuse. Il 56% mangia almeno qualche volta alla settimana carni bianche, il 46% carni bovine, il 29% carni suine e il 13% carni ovine.

Il consumo di pesce è decisamente inferiore a quello di carne e salumi: il 55% delle persone mangia pesce meno di una volta alla settimana e un ulteriore 12% lo esclude dalla propria alimentazione.

70% der Südtiroler essen mindestens einmal in der Woche Eier und Kartoffeln.

Die getrockneten oder in Dosen verpackten Hülsenfrüchte stehen bei 26% der Bevölkerung nicht auf dem Speiseplan. 45% essen sie weniger als einmal pro Woche und die übrigen 29% öfter.

Die Hälfte der Bevölkerung (51%) konsumiert mindestens einmal pro Tag Blattgemüse (gekocht oder roh) und fast gleich viele Personen (43%) essen täglich andere Arten von Gemüse (Tomaten, Auberginen, Paprika, Fenchel, Zucchini, Artischocken, Karotten, Kürbis, Blumenkohl, Erbsen und andere frische Hülsenfrüchte).

Sechs von zehn Südtirolern (59%) essen täglich Obst, zwei von diesen sechsen (23% der Bevölkerung) sogar mehrmals am Tag.

Uova e patate vengono mangiate almeno settimanalmente dal 70% degli altoatesini.

I legumi secchi o in scatola non rientrano nell'alimentazione del 26% della popolazione altoatesina, il 45% li consuma meno di una volta alla settimana e il rimanente 29% li mangia più spesso.

Metà della popolazione (51%) consuma almeno una volta al giorno verdure in foglia (cotte o crude) e quasi altrettanti (43%) mangiano quotidianamente altri tipi di verdura (pomodori, melanzane, peperoni, finocchi, zucchini, carciofi, carote, zucche, cavolfiore, piselli e altri legumi freschi).

Il consumo di frutta è quotidiano per sei persone su dieci (59%) e due di queste sei (23% della popolazione) mangiano la frutta più volte al giorno.

Tab. 4

Personen nach Häufigkeit des Konsums von einigen Lebensmitteln - 2018

Prozentuelle Verteilung; Personen mit 3 Jahren und mehr

Persone per frequenza di consumo di alcuni cibi - 2018

Composizione percentuale; persone di 3 anni e oltre

LEBENSMITTEL	Mindestens einmal am Tag Almeno una volta al giorno	Ein paar Mal in der Woche Qualche volta a settimana	Weniger als einmal in der Woche Meno di una volta a settimana	Nie Mai	Durchschnitt- liche Häufigkeit pro Woche Numero medio di volte a settimana	CIBI
Brot, Nudeln, Reis	68	28	4	***	7,3	Pane, pasta, riso
Milch	54	18	12	16	5,2	Latte
Käse und Milchprodukte	36	49	11	4	4,6	Formaggi, latticini
Wurstwaren	13	47	29	11	2,6	Salumi
Huhn-, Truthahn-, Kaninchen-, Kalbfleisch	5	51	38	7	2,1	Carne di pollo, tacchino, coniglio, vitello
Rindfleisch	3	43	46	9	1,8	Carni bovine
Schweinefleisch (Wurstwaren ausgenommen)	2	27	45	26	1,2	Carni di maiale (esclusi salumi)
Schafffleisch	2	11	35	52	0,6	Carni ovine
Fisch	3	31	55	12	1,4	Pesce
Eier	13	57	27	4	2,9	Uova
Kartoffeln	6	64	29	2	2,5	Patate
Getrocknete oder in Dosen verpackte Hülsenfrüchte	3	25	45	26	1,2	Legumi secchi o in scatola
Rohes oder gekochtes Blatt- gemüse (Spinat, Salat, Zichorie, Weißkohl, Brokkoli)	51	34	12	3	5,7	Verdure in foglia cotte e crude (spinaci, insalate, cicoria, cavolo, broccoli)
Tomaten (Konserven ausgenommen), Auberginen, Paprika, Fenchel, Zucchini, Artischocken, Karotten, Kürbisse, Blumenkohl, Erbsen und sonstige frische Hülsenfrüchte	43	43	12	3	5,1	Pomodori (escluse conserve), melanzane, peperoni, finocchi, zucchini, carciofi, carote, zucche, cavolfiore, piselli e altri legumi freschi
Obst	59	29	10	2	6,7	Frutta
Salzige Snacks (Kartoffelchips, Popcorn, Salzgebäck, Oliven)	3	17	48	32	0,9	Snack salati (patatine, popcorn, salatini, olive)
Süßspeisen (Torten, Brioches, Eis usw.)	11	39	43	7	2,3	Dolci (torte farcite, merendine, gelati, ecc.)

*** Die Genauigkeit der Schätzungen ist unzureichend (die Daten können nur veröffentlicht werden, wenn der relative Standardfehler kleiner als 25% ist).

Il livello di accuratezza della stima non è sufficiente (il dato è pubblicabile se l'errore standard relativo è inferiore al 25%).

Quelle: ASTAT

Fonte: ASTAT

Nur wenige (ungefähr eine von zwanzig Personen) halten sich an die Empfehlung der WHO, mindestens fünf Portionen Obst oder Gemüse pro Tag zu verzehren.

Salzige Knabbereien wie Kartoffelchips, Popcorn, Salzgebäck und Oliven werden von 20% der Bevölkerung mindestens ein paar Mal in der Woche gegessen, während jeder Dritte (32%) gänzlich darauf verzichtet.

50% der Südtiroler genießen ein oder mehrmals in der Woche Süßspeisen wie Torten, Brioche, Eis usw.

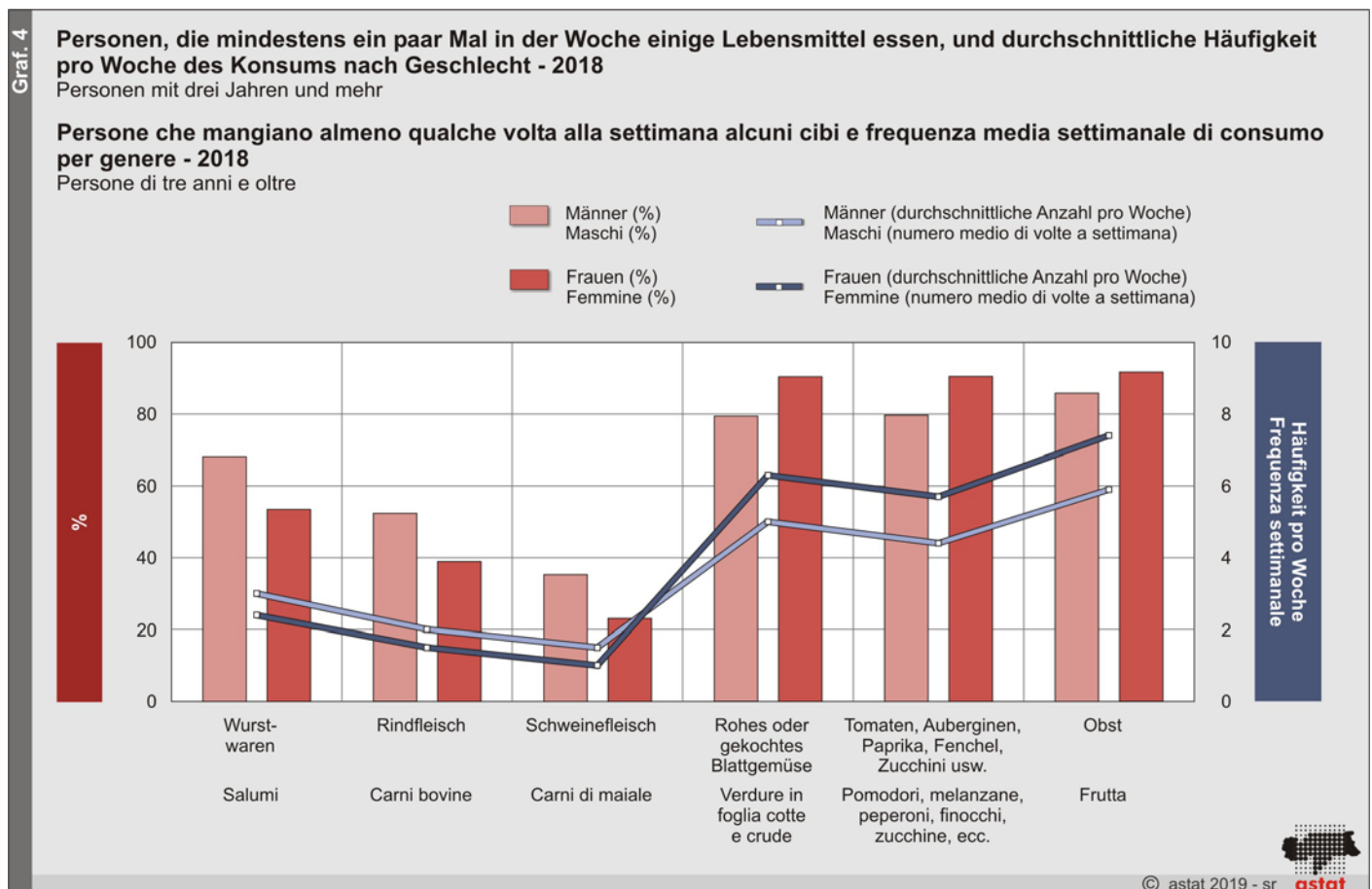
Vergleicht man die Daten der letzten fünfzehn Jahre, lässt sich für fast keine Lebensmittelgruppe ein anhaltender Aufwärts- oder Abwärtstrend im Laufe der Zeit feststellen. Es zeigen sich nur leichte Schwankungen, die jedoch hauptsächlich dem Zufall geschuldet sind. Es ist lediglich ein leichter Rückgang der Anteile derjenigen, die täglich Brot, Nudeln oder Reis, Milch und Käse oder Milchprodukte essen, festzustellen.

Pochi (circa una persona su venti) si attengono alla raccomandazione dell'OMS di consumare almeno cinque porzioni di frutta o verdura al giorno.

Snack salati, come patatine, popcorn, salatini e olive, vengono consumati almeno qualche volta alla settimana dal 20% della popolazione, mentre una persona su tre (32%) non ne mangia mai.

Il 50% degli altoatesini si concede una o più volte alla settimana il dolce (fetta di torta, brioche, gelato, ecc.).

Il confronto tra i dati relativi agli ultimi quindici anni non evidenzia per quasi nessun gruppo di alimenti un trend di crescita o decrescita persistente nel tempo, ma delle semplici fluttuazioni, dovute principalmente al caso. Si osserva solamente una leggera diminuzione delle percentuali di chi consuma quotidianamente pane, pasta o riso, latte e formaggi o latticini.



Nach Geschlecht analysiert, lassen sich bedeutende Unterschiede beim Verzehr bestimmter Nahrungsmittel feststellen (siehe Grafik 4). Mehr Männer als Frauen essen mindestens ein paar Mal in der Woche Wurstwaren, Rindfleisch und Schweinefleisch. Beim Gemüse und Obst ist das Verhältnis genau umgekehrt. Infolgedessen lassen sich ähnliche Unterschiede bei der Häufigkeit feststellen, mit der diese Lebensmittel im Durchschnitt pro Woche von den beiden

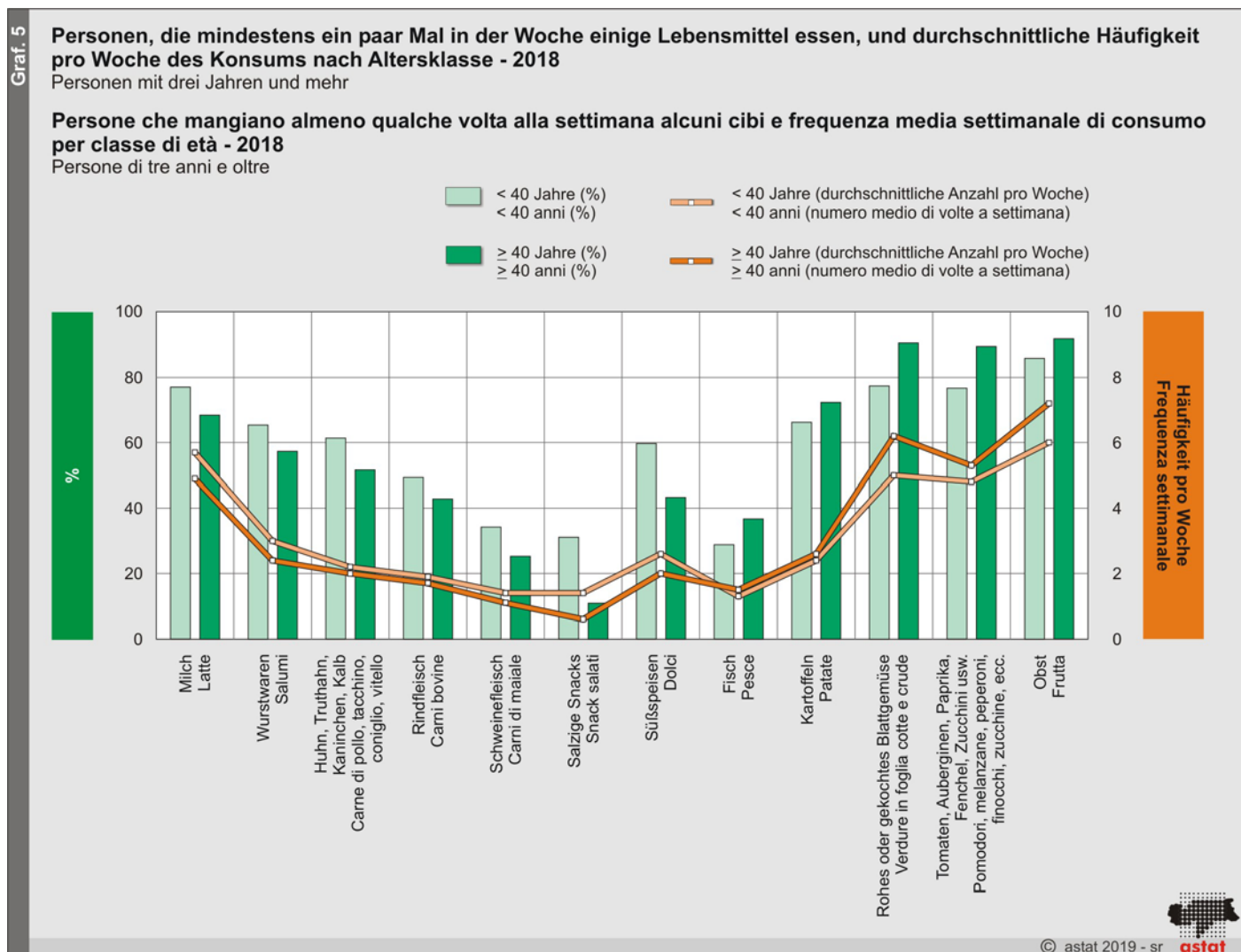
L'analisi dei dati per genere evidenzia differenze significative tra maschi e femmine relative al consumo di alcuni alimenti (vedi grafico 4). Le percentuali di maschi che mangiano almeno qualche volta alla settimana salumi, carni bovine e carni di maiale sono superiori a quelle delle donne. La relazione si inverte per la verdura e per la frutta. Di conseguenza, si riscontrano analoghe differenze nella frequenza con cui questi alimenti vengono in media consumati settimanalmente

Geschlechtern verzehrt werden. Männer essen häufiger Wurstwaren als Frauen (3,0 Mal in der Woche gegenüber 2,4 Mal), Rindfleisch (2,0 Mal gegenüber 1,5 Mal) und Schweinefleisch (1,5 Mal gegenüber 1,0 Mal). Die Frauen schlagen die Männer beim Konsum von Gemüse (12,0 gegenüber 9,4) und Obst (7,4 gegenüber 6,0).

Auch die Aufschlüsselung der Daten nach Altersklasse (unter 40 und über 40 Jahren) liefert einige leichte signifikante Unterschiede (siehe Grafik 5). Die Jüngeren verzehren mehr Milch, Wurstwaren, Fleisch, Salzgebäck und Süßspeisen, die Älteren mehr Fisch, Kartoffeln, Gemüse und Obst.

dai due sessi. I maschi mangiano più spesso delle donne salumi (3,0 volte a settimana contro 2,4), carni bovine (2,0 volte contro 1,5) e carni di maiale (1,5 volte contro 1,0), le donne mangiano più frequentemente verdura (12,0 volte contro 9,4) e frutta (7,4 volte contro 6,0).

Anche disaggregando i dati per classe di età (under 40 e over 40) emergono alcune lievi differenze significative (vedi grafico 5). I più giovani sono maggiori consumatori di latte, salumi, carne, snack salati e dolci, i meno giovani di pesce, patate, verdura e frutta.



Der Vergleich der Südtiroler Daten mit jenen auf gesamtstaatlicher Ebene zeigt, dass die Anteile der Personen, die mindestens ein paar Mal in der Woche Fleisch, Fisch, Hülsenfrüchte und salzige Snacks konsumieren, sowie jener, die mindestens einmal täglich Brot, Nudeln oder Reis und Obst essen, auf gesamtstaatlichem Gebiet höher sind als auf Landesebene. Hierzulande ist hingegen der Anteil jener, die Milchprodukte und Käse essen, höher.

Dalla comparazione tra i dati altoatesini e quelli nazionali emergono percentuali più alte a livello nazionale di persone che consumano almeno qualche volta alla settimana carne, pesce, legumi e snack salati e di persone che consumano almeno una volta al giorno pane, pasta o riso e frutta. Localmente è invece più alta la percentuale relativa al consumo di latticini e formaggi.

Personen nach Konsum von einigen Lebensmitteln in Südtirol und Italien - 2018

Prozentwerte; Personen mit 3 Jahren und mehr

Persone per consumo di alcuni cibi in Alto Adige e in Italia - 2018

Valori percentuali; persone di 3 anni e oltre

LEBENSMITTEL	Südtirol Alto Adige	Italien (a) Italia (a)	CIBI
Brot, Nudeln, Reis mindestens einmal am Tag	68	79	Pane, pasta, riso almeno una volta al giorno
Milch mindestens einmal am Tag	54	51	Latte almeno una volta al giorno
Käse und Milchprodukte mindestens einmal am Tag	36	20	Formaggi, latticini almeno una volta al giorno
Wurstwaren mindestens ein paar Mal in der Woche	61	58	Salumi almeno qualche volta alla settimana
Huhn-, Truthahn-, Kaninchen-, Kalbfleisch mindestens ein paar Mal in der Woche	56	81	Carne di pollo, tacchino, coniglio, vitello almeno qualche volta alla settimana
Rindfleisch mindestens ein paar Mal in der Woche	46	63	Carni bovine almeno qualche volta alla settimana
Schweinefleisch (Wurstwaren ausgenommen) mindestens ein paar Mal in der Woche	29	44	Carni di maiale (esclusi salumi) almeno qualche volta alla settimana
Fisch mindestens ein paar Mal in der Woche	33	60	Pesce almeno qualche volta alla settimana
Getrocknete oder in Dosen verpackte Hülsenfrüchte mindestens ein paar Mal in der Woche	29	54	Legumi secchi o in scatola almeno qualche volta alla settimana
Rohes oder gekochtes Blattgemüse (Spinat, Salat, Zichorie, Weißkohl, Brokkoli) mindestens einmal am Tag	51	53	Verdure in foglia cotte e crude (spinaci, insalate, cicoria, cavolo, broccoli) almeno una volta al giorno
Tomaten (Konserven ausgenommen), Auberginen, Paprika, Fenchel, Zucchini, Artischocken, Karotten, Kürbisse, Blumenkohl, Erbsen und sonstige frische Hülsenfrüchte mindestens einmal am Tag	43	46	Pomodori (escluse conserve), melanzane, peperoni, finocchi, zucchini, carciofi, carote, zucche, cavolfiore, piselli e altri legumi freschi almeno una volta al giorno
Obst mindestens einmal am Tag	59	75	Frutta almeno una volta al giorno
Salzige Snacks (Kartoffelchips, Popcorn, Salzgebäck, Oliven) mindestens ein paar Mal in der Woche	20	28	Snack salati (patatine, popcorn, salatini, olive) almeno qualche volta alla settimana
Süßspeisen (Torten, Brioches, Eis usw.) mindestens ein paar Mal in der Woche	50	51	Dolci (torte farcite, merendine, gelati, ecc.) almeno qualche volta alla settimana

(a) Daten 2017
Dati 2017

Quelle: ISTAT, ASTAT

Fonte: ISTAT, ASTAT

Würzmittel: Vorliebe für Olivenöl und bewusster Salzgebrauch

Zwei von drei (65%) Südtirolern achten auf eine salzarme Ernährung und drei von vier (74%) verwenden Jodsalz.

Mehr Frauen als Männer setzen Salz sparsam ein (71% gegenüber 59%) und mit steigendem Alter wird mehr auf den Salzkonsum geachtet.

Olivenöl ist das Fett, das von den Südtirolern am häufigsten zum Kochen (75%) und roh zum Anrichten (89%) verwendet wird. Jede fünfte Person (19%) kocht stattdessen überwiegend mit anderen pflanzlichen Fetten oder Ölen als Olivenöl und jede dreizehnte (8%) verwendet diese zum Anrichten von nicht gekochten Lebensmitteln. Nur wenige bevorzugen Butter oder Schmalz (6% zum Kochen und 3% zum Würzen roher Speisen).

Condimenti: preferenza per l'olio di oliva e attenzione al sale

Due altoatesini su tre (65%) fanno attenzione alla quantità di sale presente nella loro alimentazione e tre su quattro (74%) fanno uso di sale arricchito con iodio.

Più donne che uomini usano il sale con cautela (71% contro 59%) e con l'avanzare dell'età si presta sempre più attenzione al suo consumo.

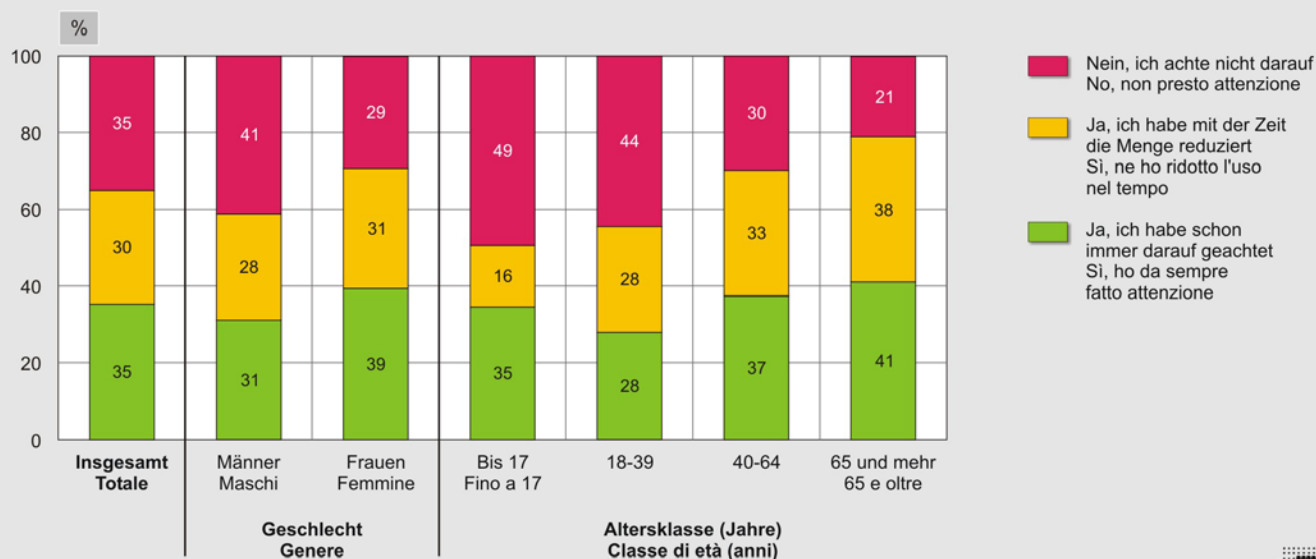
L'olio di oliva è il grasso più frequentemente usato dalla popolazione altoatesina sia per la cottura dei cibi (75%) sia per il condimento a crudo (89%). Una persona su cinque (19%) cucina invece prevalentemente con grassi o oli vegetali diversi dall'olio di oliva e una su tredici (8%) li usa per condire i cibi a crudo. Solo pochi preferiscono il burro o lo strutto (6% per la cottura e 3% per il condimento a crudo).

Personen nach Aufmerksamkeit auf die Menge von Salz, Geschlecht und Altersklasse - 2018

Prozentuelle Verteilung; Personen mit drei Jahren und mehr

Persone per attenzione alla quantità di sale, genere e classe di età - 2018

Composizione percentuale; persone di tre anni e oltre



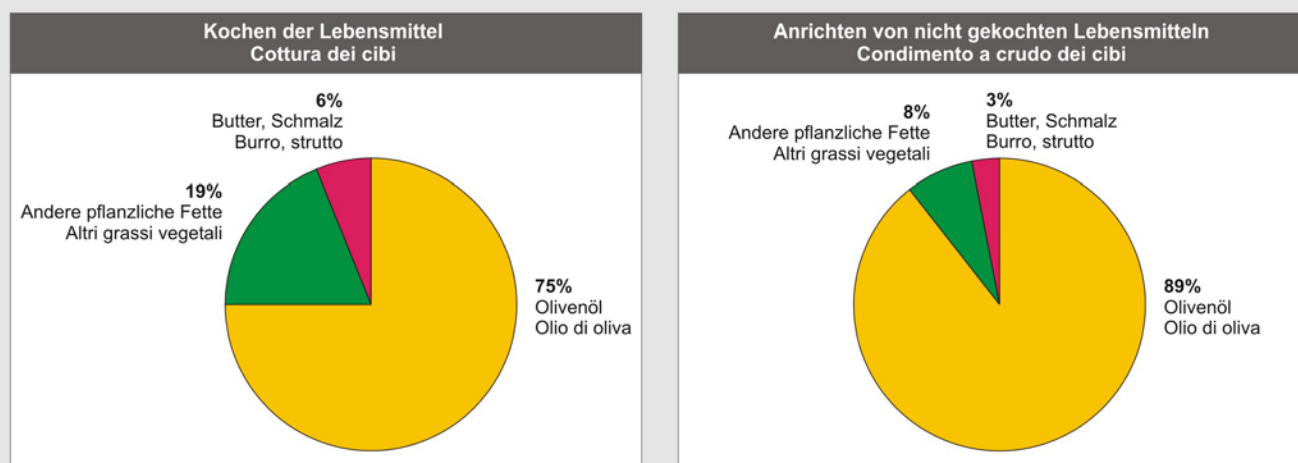
© astat 2019 - sr **astat**

Personen nach am häufigsten verwendeten Fett zum Kochen und zum Anrichten von nicht gekochten Lebensmitteln - 2018

Prozentuelle Verteilung; Personen mit drei Jahren und mehr

Persone per grassi usati più frequentemente per la cottura e per il condimento a crudo di cibi - 2018

Composizione percentuale; persone di tre anni e oltre



© astat 2019 - sr **astat**

In den letzten fünfzehn Jahren sind die Anteile der Personen, die auf ihren Salzkonsum achten und jener, die Jodsalz verwenden, nahezu unverändert geblieben. Leicht angestiegen ist hingegen der Anteil der Personen, die hauptsächlich Olivenöl verwenden.

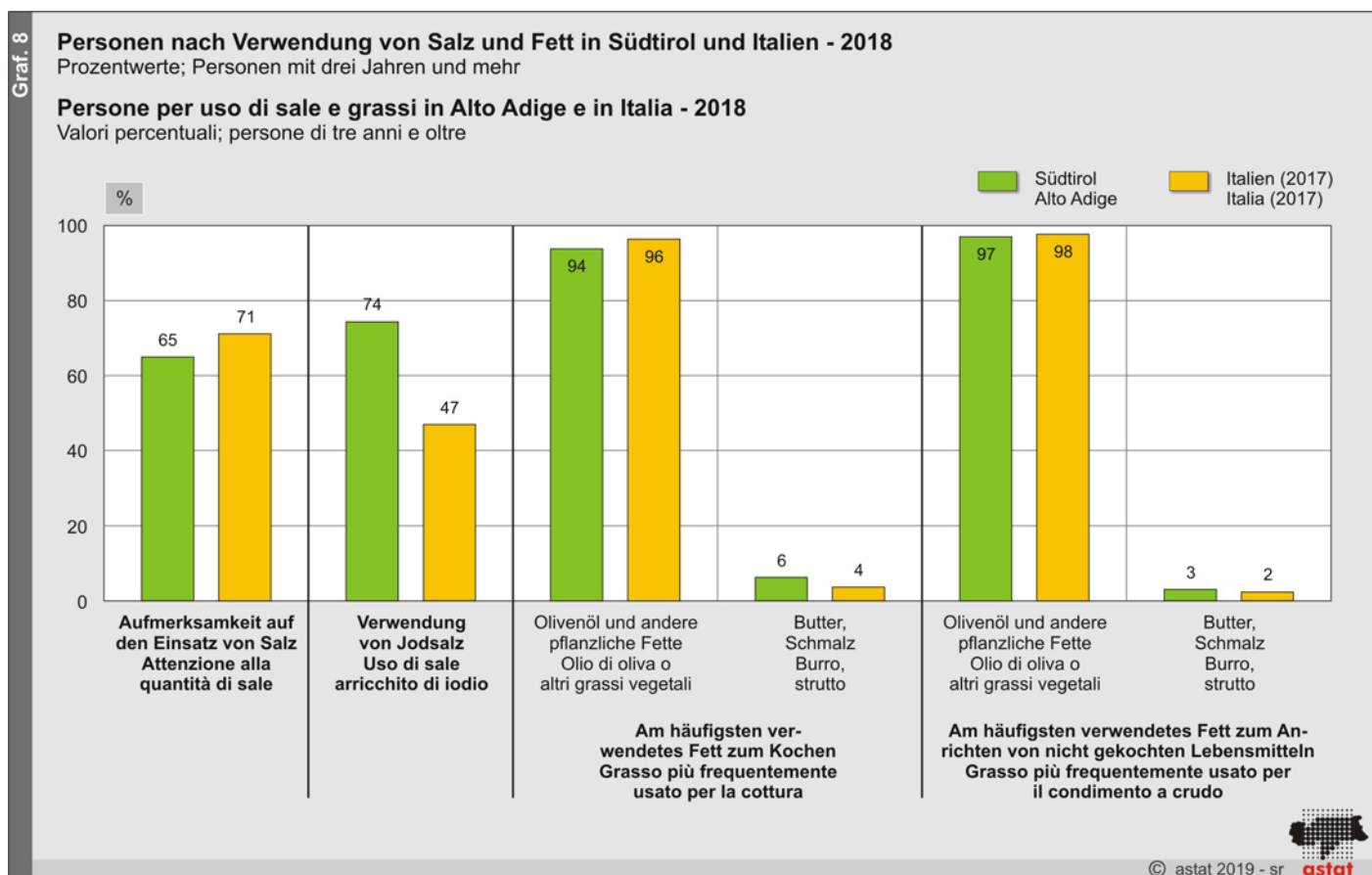
Ein Vergleich mit den gesamtstaatlichen Daten zeigt auf lokaler Ebene eine viel breitere Verwendung von Jodsalz, aber einen etwas geringeren Prozentsatz von

Nel corso degli ultimi quindici anni le percentuali delle persone attente al consumo di sale e che usano quello iodato, sono rimaste pressoché costanti. C'è stata invece una leggera crescita di chi utilizza prevalentemente olio di oliva.

Il confronto con i dati nazionali evidenzia a livello locale un uso molto più diffuso del sale iodato, ma una percentuale leggermente più bassa di persone che li-

Personen, die die Verwendung von Salz einschränken. Die Häufigkeit der Verwendung von pflanzlichen Fetten unterscheidet sich nicht signifikant von den gesamtstaatlichen Werten.

mitano l'uso del sale. La diffusione dell'uso dei grassi vegetali non differisce in modo significativo da quella rilevata a livello nazionale.



Ein Drittel der Südtiroler wählt die Lebensmittel in der Regel bewusst aus

Ein Drittel der Südtiroler über 18 Jahren (33%) liest in der Regel die Zutaten auf Lebensmitteletiketten, bevor sie sie kaufen. Ein weiteres Drittel (34%) achtet von Zeit zu Zeit auf Lebensmitteletiketten. Das letzte Drittel prüft nicht (16%) oder nur selten (16%) die Angaben auf den Etiketten.

Zwei von zehn Personen (19%) kaufen üblicherweise Biolebensmittel und -produkte und vier von zehn (43%) kaufen sie von Zeit zu Zeit. Bei 19% der Südtiroler stehen sie selten auf der Einkaufsliste und bei 18% nie.

Lokale Lebensmittel und Produkte (null Kilometer) werden regelmäßig von 36% der Bevölkerung gekauft. 44% legen sie manchmal in den Warenkorb, während 19% sie nie oder kaum kaufen.

Frauen sind beim Kauf von Lebensmitteln bewusster und umweltfreundlicher. Es gibt keine signifikanten Altersunterschiede.

Un terzo degli altoatesini sceglie abitualmente i prodotti alimentari in modo consapevole

Un terzo degli altoatesini maggiorenni (33%) legge solitamente gli ingredienti sulle etichette dei prodotti alimentari prima di acquistarli. Un altro terzo (34%) presta attenzione alle etichette alimentari di tanto in tanto. L'ultimo terzo non controlla (16%) o controlla raramente (16%) le informazioni relative agli alimenti che acquista.

Due persone su dieci (19%) comprano abitualmente alimenti e prodotti biologici e quattro su dieci (43%) li acquistano di tanto in tanto. La lista della spesa del 19% degli altoatesini li comprende raramente e quella del 18% non li include mai.

Alimenti e prodotti locali (a chilometri zero) vengono acquistati regolarmente dal 36% della popolazione. Il 44% li mette qualche volta nel carrello della spesa, mentre il 19% non li compra mai o quasi mai.

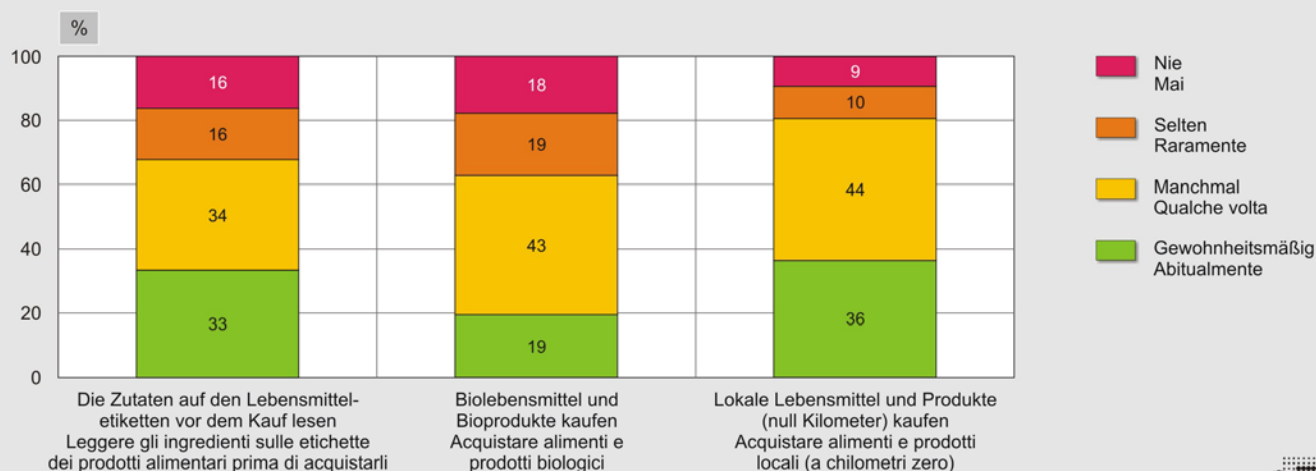
Le donne si mostrano più consapevoli ed ecosostenibili nell'acquisto dei prodotti alimentari. Non si riscontrano invece differenze significative al variare dell'età.

Personen nach Häufigkeit bestimmter Verhaltensweisen beim Lebensmitteleinkauf - 2018

Prozentuelle Verteilung; Personen mit 18 Jahren und mehr

Persone per frequenza di alcuni comportamenti negli acquisti alimentari - 2018

Composizione percentuale; persone di 18 anni e oltre



© astat 2019 - sr **astat**

Tab. 6

Personen nach Häufigkeit bestimmter Verhaltensweisen beim Lebensmitteleinkauf, Geschlecht und Altersklasse - 2018

Prozentuelle Verteilung; Personen mit 18 Jahren und mehr

Persone per frequenza di alcuni comportamenti negli acquisti alimentari, genere e classe di età - 2018

Composizione percentuale; persone di 18 anni e oltre

	Gewohnheitsmäßig Abitualmente	Manchmal Qualche volta	Selten Raramente	Nie Mai	
Die Zutaten auf den Lebensmitt-etiketten vor dem Kauf lesen / Leggere gli ingredienti sulle etichette dei prodotti alimentari prima di acquistarli					
Geschlecht					Genere
Männer	25	34	18	23	Maschi
Frauen	41	35	14	10	Femmine
Altersklasse (Jahre)					Classe di età (anni)
18-39	32	35	17	16	18-39
40-64	33	36	17	14	40-64
65 und mehr	36	30	13	21	65 e oltre
Insgesamt	33	34	16	16	Totale
Biolebensmittel und Bioprodukte kaufen / Acquistare alimenti e prodotti biologici					
Geschlecht					Genere
Männer	15	43	19	23	Maschi
Frauen	24	44	20	13	Femmine
Altersklasse (Jahre)					Classe di età (anni)
18-39	17	42	24	17	18-39
40-64	22	44	18	16	40-64
65 und mehr	18	44	16	22	65 e oltre
Insgesamt	19	43	19	18	Totale
Lokale Lebensmittel und Produkte (null Kilometer) kaufen / Acquistare alimenti e prodotti locali (a chilometri zero)					
Geschlecht					Genere
Männer	29	47	12	12	Maschi
Frauen	43	41	8	7	Femmine
Altersklasse (Jahre)					Classe di età (anni)
18-39	31	45	14	10	18-39
40-64	38	44	9	9	40-64
65 und mehr	39	44	7	10	65 e oltre
Insgesamt	36	44	10	9	Totale

Quelle: ASTAT

Fonte: ASTAT

Anmerkungen zur Methodik

Die Daten entstammen der „Mehrzweckerhebung - Aspekte des täglichen Lebens“ des ISTAT, die jährlich durchgeführt und in Südtirol vom ASTAT betreut wird. Sie erfasst verschiedene soziale Aspekte der Haushalte und Einzelpersonen. Im Jahr 2018 wurde die Erhebung zwischen Februar und April durchgeführt und betraf eine Stichprobe von 528 Südtiroler Haushalten (1.271 tatsächlich durchgeführte Befragungen von Einzelpersonen). Personen, die dauerhaft in Alters- und Pflegeheimen sowie anderen Gemeinschaftseinrichtungen untergebracht sind, sind von der Studie ausgeschlossen.

Die Erhebung weist ein zweistufiges Stichprobendesign mit Schichtung der Einheiten der ersten Stufe auf. Bei diesen Einheiten handelt es sich um die Gemeinden und ihre einzige Schichtungsvariable ist die Einwohnerzahl. Die Einheiten der zweiten Stufe sind die Haushalte, die mit einer Einfachstichprobe, also ohne weitere Schichtung, aus den Bevölkerungsregistern ermittelt werden.

Bei der Berechnung der Endgewichte basiert die nachträgliche Schichtung auf den bekannten Gesamtwerten nach Geschlecht, einigen Altersklassen und Staatsbürgerschaften (in der Unterscheidung Inländer-Ausländer).

Die Rücklaufquote, der wichtigste Indikator für die Qualität einer Erhebung, beträgt 75%.

Der Standardfehler der Schätzungen liegt aufgrund der Stichprobengröße bei unter 1,5 Prozentpunkten. Die Breite der Konfidenzintervalle bei 95% beträgt weniger als 6 Prozentpunkte. Die Genauigkeit sinkt aufgrund der kleineren Stichprobe bei der Analyse nach Untergruppen.

Der Standardfehler liegt bei den veröffentlichten Schätzungen üblicherweise unter 25%.

Die geschätzten Prozentwerte werden auf die nächste Ganzzahl gerundet.

Wenn im Text von signifikanten Unterschieden die Rede ist, handelt es sich um ein Ergebnis der Chi-Quadrat- oder T-Student-Tests, denen alle Erhebungsergebnisse unterzogen wurden. Des Weiteren werden, um die für die Erklärung der auftretenden Phänomene wichtigen Variablen zu ermitteln, Modelle logistischer und linearer Regression verwendet.

Hinweis für die Redaktion:

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Nicoletta Colletti, Tel. 0471 41 84 30.

Nachdruck, Verwendung von Tabellen und Grafiken, fotomechanische Wiedergabe - auch auszugsweise - nur unter Angabe der Quelle (Herausgeber und Titel) gestattet.

Nota metodologica

I dati derivano dall'indagine "Multiscopo - aspetti della vita quotidiana" dell'ISTAT, che viene svolta annualmente in provincia di Bolzano dall'ASTAT e riguarda svariati aspetti sociali delle famiglie e degli individui. Nel 2018 è stata effettuata tra febbraio e aprile su un campione di 528 famiglie altatesine, corrispondenti a 1.271 interviste individuali effettivamente realizzate. Dall'indagine sono escluse tutte le persone che vivono stabilmente in case di riposo e altre tipologie di convivenza.

L'indagine ha un disegno di campionamento a due stadi con stratificazione delle unità primarie. Le unità primarie sono costituite dai comuni e la sola variabile di stratificazione per essi è la dimensione demografica; le unità di secondo stadio sono le famiglie che vengono estratte dalle anagrafi con campionamento semplice, cioè senza ulteriore stratificazione.

Nella fase di costruzione dei pesi finali, la post-stratificazione si basa sui totali noti per sesso, alcune classi di età e cittadinanza (nella dicotomica italiani-stranieri).

Il tasso di risposta, che rappresenta il più importante indicatore di qualità di un'indagine, è del 75%.

L'errore standard delle stime, data la dimensione campionaria, è inferiore a 1,5 punti percentuali, mentre l'ampiezza degli intervalli di confidenza al 95% non supera i 6 punti percentuali. La precisione delle stime può diminuire, a causa di un'inferiore dimensione campionaria, nell'analisi per sottogruppi.

L'errore standard relativo delle stime pubblicate non supera il 25%.

I valori percentuali stimati sono arrotondati all'intero più vicino.

Laddove nel testo si parla di differenze significative, tale esito deriva dai test Chi-quadrato oppure T-Student, ai quali sono stati sottoposti tutti i risultati dell'indagine. Inoltre, al fine di individuare le variabili rilevanti per la spiegazione dei fenomeni, si utilizzano modelli di regressione logistica e lineare.

Indicazioni per la redazione:

per ulteriori informazioni si prega di rivolgersi a Nicoletta Colletti, tel. 0471 41 84 30.

Riproduzione parziale o totale del contenuto, diffusione e utilizzazione dei dati, delle informazioni, delle tavole e dei grafici autorizzata soltanto con la citazione della fonte (titolo ed edizione).