

In Italia sta crescendo la quantità di cibo che viene buttata, ma si può correre ai ripari

DS6901

DS6901

A tavola senza sprechi? Si può

Dalle app al riciclo in cucina: ecco le abitudini più virtuose

Pagina a cura

DI IRENE GREGUOLI VENINI

Lo spreco alimentare continua a crescere in Italia. Tra le cause ci sono i comportamenti dei consumatori: troppo spesso, infatti, le persone dimenticano il cibo in frigo o nella dispensa lasciando che scada o si deteriori. D'altro canto, non è raro che gli alimenti acquistati siano già vecchi o non conservati nel modo giusto e che quindi vadano a male in fretta.

Per evitare di buttare il cibo ci sono alcune buone pratiche come leggere la data di scadenza sull'etichetta, comprare le quantità giuste, verificare quotidianamente cosa c'è in frigo e posizionarlo nello spazio più adatto, cucinare anche ciò che avanza, prediligere prodotti a chilometro zero che sono con tutta probabilità più freschi. Lo spreco però parte spesso dai negozi e ristoranti: su questo fronte ci sono delle app che mettono in contatto gli utenti con negozi alimentari, supermercati, ristoranti, bar, pasticcerie, panettieri, che hanno prodotti invenduti che vengono proposti a prezzi scontati.

Lo spreco alimentare in Italia. Nel 2024 lo spreco di prodotti alimentari in Italia cresce del 45,6%, il che significa che ogni settimana finiscono nel bidone della spazzatura 683,3 grammi di cibo pro capite (rispetto ai 469,4 grammi rilevati nell'agosto 2023), secondo il **Rapporto Internazionale Waste Watcher 2024** "Lo spreco alimentare nei Paesi del G7: dall'analisi all'azione", curato dall'**Osservatorio Waste Watcher International-Campagna Spreco Zero**, dall'**Università di Bologna** assieme a **Ipsos**.

Tra i cibi più sprecati ci sono la frutta fresca (27,1 grammi), le verdure (24,6 grammi), il pane fresco (24,1 grammi), le insalate (22,3 grammi), cipolle, aglio e tuberi (20 grammi).

Tra le cause che hanno determinato l'aumento dello

spreco alimentare in Italia, si possono evidenziare alcuni elementi critici indipendenti dal comportamento dei singoli, ma individuabili nella scarsa qualità dei prodotti acquistati. Il 42% delle risposte individua la causa dello spreco familiare nel fatto di dover buttare la frutta e la verdura conservata nelle celle frigo perché una volta portata a casa va subito a male; il 37% sostiene di buttare via gli alimenti perché i cibi venduti sono già vecchi.

Alcune criticità si riscontrano però anche nel comportamento dei consumatori. Più di un terzo (37%) dimentica gli alimenti in frigorifero e nella dispensa lasciando che si deteriorino, solo il 23% è disposto a programmare i pasti settimanali; inoltre, il 75% non è disposto o non è capace di rielaborare gli avanzi in modo creativo per evitare di gettarli.

Per quanto riguarda la geografia nazionale emerge che il Sud e il Centro sono le aree dove lo spreco è maggiore, con un +9% rispetto alla media nazionale (al sud 747 grammi pro capite a settimana, al centro 744 grammi pro capite), mentre il Nord è relativamente più virtuoso con un -11% sempre rispetto alla media nazionale (606,9 grammi pro capite).

Sulle strategie per contrastare il fenomeno, gli italiani mostrano una disponibilità marcata ad adottare comportamenti anti-spreco, con l'87% disposto a congelare i cibi e l'86% a utilizzare il cibo appena scaduto se ancora buono. Tuttavia, la disponibilità a donare cibo cucinato in eccesso (63%) e ad acquistare grandi quantità di cibo per surgelarlo (62%) è inferiore, suggerendo che le barriere pratiche o la mancanza di una rete adeguata a tali pratiche potrebbero limitare l'adozione di queste strategie.

Dallo studio emerge, inoltre, che solo il 29% conserva il cibo avanzato cercando ricette creative per riutilizzarlo, il che potrebbe riflettere

una mancanza di competenze culinarie avanzate o una semplice carenza di tempo per sperimentare in cucina.

Secondo l'analisi di **Coldiretti** sulla base di dati **Unep** (il Programma delle Nazioni Unite per l'ambiente), nel percorso dal campo alla tavola quasi un prodotto alimentare su tre (31%) finisce nella spazzatura tra gli sprechi delle famiglie, quelli della ristorazione e le perdite nelle catene di approvvigionamento delle filiere. Un fenomeno, questo, che determina effetti negativi anche sul piano ambientale per l'impatto sul dispendio energetico e sullo smaltimento dei rifiuti. Si stima, infatti, che le emissioni associate al problema rappresentino l'8-10% del totale dei gas serra. A pesare sugli sprechi, peraltro, è anche il cambiamento climatico: secondo Unep, le temperature stagionali più elevate, associate a caldo estremo e alla siccità, rendono più difficile la conservazione, la lavorazione, il trasporto e la vendita degli alimenti in modo sicuro, portando alla perdita di volumi significativi di cibo.

I consigli per non buttare via il cibo. Coldiretti ha elaborato alcuni consigli per aiutare i consumatori a ridurre gli sprechi. Il primo è quello di leggere attentamente la scadenza sulle etichette. Occorre poi verificare quotidianamente il frigorifero dove i cibi vanno correttamente posizionati, effettuare acquisti ridotti e ripetuti nel tempo, privilegiare confezioni adeguate, scegliere frutta e verdura con il giusto grado di maturazione, preferire la spesa a chilometro zero che garantisce una maggiore freschezza e durata, riscoprire le ricette degli avanzi, oltre a portare a casa quello che non si consuma al ristorante.

Le iniziative per contrastare il fenomeno. Tra le iniziative che intendono contrastare il fenomeno sul versante della ristorazione c'è per esempio il Protocollo d'intesa per la realizzazione di iniziative comuni finalizzate



al contrasto di qualsiasi forma di spreco alimentare tra **Fipe-Confcommercio**, la Federazione italiana Pubblici Esercizi, e **Too Good To Go**, azienda impegnata nel contrasto dello spreco alimentare. Grazie all'accordo i pubblici esercizi associati alla Federazione, infatti potranno gestire le eccedenze alimentari con vantaggi sia per l'azienda che per i consumatori e, soprattutto, evitando che il cibo diventi spreco alimentare. Le rimanenze a fine giornata di bar, pasticcerie ed altre attività di ristorazione verranno confezionate in borse (Surprise Bag), in vendita a prezzo ridotto e prenotabili dai clienti attraverso l'app di Too Good To Go.

Su questo fronte c'è da osservare che si stanno diffondendo diverse app aiutano a contrastare lo spreco mettendo in contatto i consumatori con ristoranti, bar, negozi di alimentari che hanno prodotti rimasti invenduti che rischiano di finire buttati e che vengono proposti a prezzi scontati. Tra queste c'è appunto Too Good To Go: a fine giornata i titolari di bar e i ristoratori mettono a disposizione sull'app una certa quantità di scatole o borse che contengono gli alimenti che non sono stati acquistati

durante il giorno e che verrebbero gettati, che vengono vendute a un terzo del prezzo ai consumatori. Gli utenti (cui non viene rivelato il contenuto delle scatole), inserendo la propria posizione sull'app possono verificare quali sono i commercianti e i ristoranti vicino a loro che hanno aderito a questo servizio, selezionare la fascia oraria in cui andare a ritirare l'ordine ed effettuare il pagamento tramite l'app.

Funziona in modo simile **Phenix**: occorre scaricare l'applicazione, attivare la geolocalizzazione per trovare i negozi del proprio quartiere (come bar, ristoranti, supermercati, panetterie, pizzerie, pescherie, macellai, fruttivendoli, salumerie) che hanno pubblicato sull'app delle box anti-spreco con i prodotti invenduti della giornata con uno sconto fino al 70%.

È anche possibile impostare dei filtri per cercare una box vegana, vegetariana o bio tra le altre cose.

Oppure c'è **Last Minute Sotto Casa**: in questo caso una notifica informa gli iscritti dei prodotti in offerta (con uno sconto minimo del 40%) proposti perché invenduti dai negozi della propria zona.

Un altro modo per evitare di buttare via gli alimenti è cucinarli: l'app **Svuotafrigo** suggerisce all'utente come usare gli ingredienti che ha a disposizione nel frigorifero o nella dispensa, cercando tra oltre 25.000 ricette.

Infine, l'Osservatorio Waste Watcher International su cibo e sostenibilità, propone lo **Sprecometro**, una app che ha come obiettivo generare consapevolezza e conoscenze utili a indirizzare le scelte individuali in merito all'uso sostenibile delle risorse naturali, alla riduzione e prevenzione dello spreco alimentare domestico e fuori casa e all'adozione di diete sane e sostenibili. L'app consente agli utenti che inseriscono quotidianamente i propri comportamenti alimentari di misurare lo spreco in termini di perdita economica, impronta carbonica e impronta idrica, proponendo, in base ai risultati della rilevazione, contenuti educativi video. La piattaforma, inoltre, permette di valutare i progressi avvenuti nel corso del tempo aggiornando puntualmente il proprio comportamento seguendo un diario dello spreco e consente a ognuno di fissare degli obiettivi di riduzione in linea con l'Agenda Onu per lo sviluppo sostenibile.

— © Riproduzione riservata —

Il fenomeno in Italia

- Nel 2024 lo spreco di prodotti alimentari in Italia cresce del 45,6%, il che significa che ogni settimana finiscono nel bidone della spazzatura 683,3 grammi di cibo pro capite (rispetto ai 469,4 grammi rilevati nell'agosto 2023)
- Tra i cibi più sprecati ci sono la frutta fresca (27,1 grammi), le verdure (24,6 grammi), il pane fresco (24,1 grammi), le insalate (22,3 grammi), cipolle, aglio e tuberi (20 grammi)
- Il 42% dei consumatori individua la causa dello spreco familiare nel fatto di dover buttare la frutta e la verdura conservata nelle celle frigo perché una volta portata a casa va subito a male; il 37% sostiene di buttare via gli alimenti perché i cibi venduti sono già vecchi
- Più di un terzo (37%) dimentica gli alimenti in frigorifero e nella dispensa lasciando che si deteriorino, solo il 23% è disposto a programmare i pasti settimanali; inoltre, il 75% non è disposto o non è capace di rielaborare gli avanzi in modo creativo per evitare di gettarli

Fonte: Rapporto Internazionale Waste Watcher 2024