



Quanto costa mangiare sano oggi? Prezzi in aumento e divario tra Nord e Sud

Descrizione

(Adnkronos) è?

Mangiare sano in Italia costa sempre di più¹ e non allo stesso modo per tutti: i prezzi della dieta mediterranea aumentano fino al 20% e cambiano tra stagioni e territori, con forti differenze tra Nord e Sud. A rivelarlo è uno studio pubblicato sulla rivista scientifica "Quality & Quantity" dal titolo "The economic feasibility of sustainable and healthy diets: a price-based analysis in Italy", firmato da Stefano Marchetti dell'Università di Pisa insieme a Ilaria Benedetti (Università della Tuscia), Haoran Yang (Università di Pisa) e Mathias Silva Vazquez (Università di Roma Tor Vergata).

La ricerca ha valutato il costo di panieri alimentari sani e sostenibili, di fatto improntati sulla dieta mediterranea, differenziati in base a cinque gruppi: uomini adulti, donne adulte, adolescenti, bambini piccoli e anziani. L'analisi ha coperto il periodo da agosto 2021 a marzo 2024 e si è basata su 326.721 rilevazioni di prezzo relative a 167 prodotti alimentari in 107 province italiane, raccolte attraverso l'Osservatorio Prezzi e Tariffe del Ministero delle Imprese e del Made in Italy. I dati a disposizione hanno permesso di stimare un costo minimo, medio e massimo per ogni paniere.

In generale abbiamo trovato che la dieta mediterranea è più cara in primavera ed estate sottolinea Marchetti, docente del Dipartimento di Economia e Management Unipi. Solo nel caso dei bambini piccoli i costi risultano più alti nei mesi freddi, un elemento che segnala come le esigenze specifiche di questo gruppo incidano in modo diverso sulla composizione e sul prezzo del paniere.

Il paniere degli uomini adulti è il più oneroso e si colloca stabilmente sopra i 200 euro nei mesi primaverili-estivi, partendo da valori più bassi nel 2021; nei mesi autunno-invernali arriva a circa 150-160 euro verso la fine del periodo considerato. L'aumento complessivo nel triennio è nell'ordine del 20%. Per le donne adulte, il costo medio mensile passa da circa 175 euro a circa 208 euro nei mesi caldi e da circa 130 euro a circa 156 euro nei mesi freddi. L'incremento complessivo del triennio è vicino al 19-20%.

Per gli anziani, il paniere si colloca in una fascia intermedia, con valori che crescono progressivamente nel periodo fino a circa 160-170 euro nei mesi caldi e circa 120 euro nei mesi freddi. Anche per loro l'aumento complessivo è intorno al 20%. Per gli adolescenti, il costo medio passa da circa 109 euro a circa 131 euro nei mesi primaverili-estivi e da circa 65 euro a circa 78 euro nei mesi autunno-invernali. L'incremento nel periodo è poco superiore al 20%. Per i bambini piccoli, il paniere passa da circa 49 a circa 62 euro nei mesi caldi e da circa 65 euro a circa 79 euro nei mesi freddi. L'aumento complessivo è compreso tra il 20% e il 25%. Rimane l'unica fascia con costo più elevato in inverno rispetto all'estate.

Anche sul piano geografico, lo studio evidenzia differenze strutturali. I prezzi medi e massimi dei panieri sono più alti nelle province del Nord, mentre i prezzi minimi e il costo più basso teoricamente necessario per seguire la dieta risultano spesso più elevati al Sud.

Una possibile spiegazione osserva Marchetti potrebbe essere la minore presenza della grande distribuzione organizzata in alcune aree del Sud, dove la concorrenza e le economie di scala sono meno intense e questo può incidere sui prezzi più bassi disponibili. In generale, lo studio evidenzia l'importanza di strumenti di monitoraggio e di politiche attente alle fasce più vulnerabili. L'accessibilità economica di una dieta sana infatti non è omogenea nel tempo e nello spazio, e nel complesso, il livello di spesa cresce con l'età e il fabbisogno calorico, mentre l'andamento stagionale vede quasi tutte le fasce sostenere costi più elevati in primavera-estate, ad eccezione dei bambini piccoli.

La ricerca è stata realizzata nell'ambito del progetto Prin 2022 "Food MeaSure Poverty, Vulnerable Individuals and Sustainable Diets - New perspectives on Official Statistical data" (CUP: J53D23011590006), che analizza il rapporto tra povertà, vulnerabilità sociale e accesso a diete sane e sostenibili attraverso l'utilizzo innovativo dei dati statistici ufficiali.

?

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Aprile 10, 2026

Autore

redazione