



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO

FACOLTÀ DI SCIENZE AGRARIE E ALIMENTARI

TESI DI LAUREA IN SCIENZE E TECNOLOGIE DELLA RISTORAZIONE

IL QUESTIONARIO "PARLA COME MANGI": VALUTAZIONE DELLE ABITUDINI ALIMENTARI DEL POLITECNICO DI MILANO

Relatore:

Prof. Riccardo Guidetti

Correlatore:

Dott.ssa Nicoletta Rosati

Candidato:
Davide Colombo
Matricola n. 810219

ANNO ACCADEMICO 2014/2015

INDICE

Riassunto	p. 4
Capitolo 1. Il Politecnico di Milano	p. 6
Capitolo 2. Campus Sostenibile	p. 8
Capitolo 3. Materiali e metodi: il questionario	p. 11
Capitolo 4. Risultati: La popolazione universitaria	p. 12
Capitolo 5. Risultati: Le abitudini alimentari delle categorie universitarie	p. 26
Capitolo 6. Risultati: Le abitudini alimentari delle differenti sedi dell'ateneo	p. 57
Capitolo 7. Conclusioni	p. 75
Bibliografia	p. 77

Riassunto

Negli ultimi anni l'alimentazione sta assumendo sempre più una posizione di rilievo nella vita delle persone, grazie anche a nuove mode e diete che prendono sempre più piede; si va sviluppando un vero e proprio ritorno alle origini, ovvero sempre più persone cercano di consumare alimenti non trattati, biologici, a chilometro zero e a lotta integrata, inoltre si stanno diffondendo sempre più diete alternative alla nostra dieta mediterranea, che vanno a selezionare in modo categorico i cibi da consumare e non, passando per le più "tradizionali" dieta vegetariana e vegana, fino alla paleodieta e alla dieta del gruppo sanguigno. Quest'ultime "fad diets" promuovono rapide perdite di peso o benefici per la nostra salute, ma spesso mancano di un solido background scientifico e, per questo, possono causare più problemi che vantaggi al nostro corpo. Tuttavia il singolo individuo cerca sempre di utilizzare alimenti più salubri, buoni e sicuri, nonché soddisfare le esigenze nutrizionali. La ristorazione ha un ruolo fondamentale in questo, infatti deve cercare di saziare le necessità del consumatore, garantendo qualità, salubrità e sostenibilità del pasto in un ambiente consono e di relax. Il concetto di dieta sostenibile è stato sviluppato dalla FAO e racchiude diete a basso impatto ambientale, che concorrono alla protezione e al rispetto della biodiversità e degli ecosistemi, garantendo la sicurezza alimentare e nutrizionale; questo tema è stato portato all'attenzione mondiale con l'esposizione mondiale dell'anno scorso, dal tema: "Nutrire il pianeta. Energia per la vita". La città di Milano, che ha appena ospitato EXPO, è sede di importanti atenei e gli studenti e il personale di queste università sono costretti spesso a trascorrere l'intera giornata fuori casa, perciò risulta importante conoscere le abitudini e i consumi di questa popolazione, per poter offrire un servizio ristorativo adeguato in ogni campus.

Da ciò nasce l'interesse di questa analisi: esaminare lo stato attuale dell'offerta rivolta ai consumatori del Politecnico di Milano e conoscere le loro abitudini alimentari, evidenziando così sia il risultato dell'offerta a loro disposizione, sia ciò a cui il servizio ristorativo deve rispondere. Per questo motivo sono stati coinvolti gli utenti attraverso la somministrazione di un questionario, inviato tramite e-mail, dal titolo "Parla come mangi! Il questionario online sulle abitudini alimentari in Università".

Il questionario è stato curato dallo staff del Progetto Campus Sostenibile con la collaborazione del Centro Iride (Centro interdipartimentale di ricerca e intervento sui processi decisionali) e inserito tra le attività del tavolo "Food & Health", in linea con il suddetto tema di EXPO e nell'ambito della partecipazione sia del Politecnico di Milano, sia Dell'Università degli Studi di Milano, all'ISCN (International Sustainable Campus Network), il network che raccoglie i progetti sui campus sostenibili di oltre 50 atenei sparsi nel mondo.

Il questionario è stato suddiviso in cinque sezioni. La prima riguarda le abitudini alimentari (frequenza, luoghi di consumo e tipologia scelta di alimenti e/o bevande per colazione, spuntino mattutino, pranzo e spuntino pomeridiano); la seconda contiene informazioni circa l'attenzione prestata al contenuto calorico e al valore nutrizionale dei cibi, nonché la propensione al consumo di prodotti biologici, a km 0 e a lotta integrata; la terza valuta i punti ristoro (dai differenti aspetti dei locali di consumo, alla cifra che si è disposti a spendere per il pranzo, fino alla frequenza di acquisto di snack/bevande alle macchinette), inoltre per coloro che frequentano le sedi di Milano è stato chiesto l'interesse nell'apertura di uno spaccio alimentare nel campus di Unimi per mangiare ed acquistare prodotti a filiera controllata; la quarta fa riferimento alle informazioni personali (sesso, età, peso, altezza, principale sede frequentata, vicinanza della residenza

all'Università, allergie alimentari, intolleranze, dieta vegetariana e vegana); la quinta infine richiede una valutazione del questionario in termini di comprensibilità delle domande e lunghezza. Sono stati compilati 8101 questionari, pari al 18% circa della popolazione universitaria totale: un campione significativo, che ha permesso di trarre delle considerazioni sulla comunità accademica del Politecnico.

Partendo dalla totalità dei dati, si è divisa la popolazione in categorie in base al ruolo ricoperto in università, riscontrando così quattro fasce: docenti e ricercatori, personale tecnico e amministrativo, studenti e assegnisti, dottorandi e specializzandi. Sono state tratte poi delle conclusioni grazie alle differenti caratteristiche dei gruppi, ovvero: età, occupazione e disponibilità economica.

I questionari sono poi stati suddivisi nelle sette sedi universitarie dell'ateneo, corrispondenti alle due di Milano (Bovisa e Leonardo) e alle altre cinque città (Como, Cremona, Lecco, Mantova e Piacenza) in cui il Politecnico è presente. Tale suddivisione ha permesso di conoscere le differenti abitudini della popolazione, in particolare, ci siamo concentrati sulle due sedi milanesi, le quali sono le più frequentate, infatti hanno fornito circa il 90% dei questionari totali.

Il dato che emerge da questo studio è che la stragrande maggioranza della popolazione universitaria consuma la colazione a casa, mentre per gli spuntini del mattino e del pomeriggio predilige il consumo in università, anche se non in maniera così netta; il pranzo, invece, viene portato per lo più da casa. Inoltre si riscontra che più della metà delle persone intervistate consuma prodotti biologici, più volte a settimana, perché ritiene che siano più sani. Un risultato affine è stato osservato anche per i prodotti a chilometro zero, pur avendo una frequenza più bassa di consumo e motivazioni differenti, quasi equamente distribuite tra coloro che li ritengono più sani, chi pensa che abbiano un sapore migliore e quelli che sono spinti da motivazioni etiche. Infine vi è un consumo più ridotto dei prodotti a lotta integrata, forse perché meno conosciuti, ma la salubrità dell'alimento risulta comunque essere uno dei principali fattori che spinge la popolazione all'acquisto di queste vivande.

A questo punto bisogna studiare quali interventi si possono realizzare, dal punto di vista gestionale, affinché l'offerta ristorativa incontri la domanda della popolazione universitaria e la incentivi a usufruire del servizio proposto. Così facendo il Politecnico potrebbe avvicinare maggiormente gli utenti del campus a uno stile di vita sano e sostenibile, incrementando di pari passo il loro benessere e il livello di gradimento, il tutto grazie all'alimentazione.