



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO
FACOLTÀ DI SCIENZE AGRARIE E ALIMENTARI

TESI DI LAUREA IN SCIENZE E TECNOLOGIE DELLA RISTORAZIONE

LA RISTORAZIONE IN AMBITO UNIVERSITARIO: “PARLA COME MANGI”, UN QUESTIONARIO SULLE ABITUDINI ALIMENTARI E I LUOGHI DEL CIBO IN UNIVERSITÀ

Relatore:
Prof. Riccardo Guidetti

Correlatore:
Dott.ssa Nicoletta Rosati

Candidata:
Carlotta Giannuli
Matricola n. 823653

ANNO ACCADEMICO 2014-2015

INDICE

| | |
|---|--------|
| Riassunto..... | p. 4 |
| 1. Un campus per il benessere e la sostenibilità..... | p. 6 |
| 2. Il servizio ristorativo delle università milanesi..... | p. 10 |
| 2.1 Premessa..... | p. 10 |
| 2.2 Università degli Studi di Milano..... | p. 10 |
| 2.3 Università degli Studi di Milano-Bicocca..... | p. 19 |
| 2.4 Politecnico di Milano..... | p. 23 |
| 2.5 Università Cattolica del Sacro Cuore..... | p. 23 |
| 2.6 Università Commerciale Luigi Bocconi..... | p. 26 |
| 2.7 Libera Università di Lingue e Comunicazione IULM..... | p. 27 |
| 2.8 Università Vita-Salute San Raffaele..... | p. 28 |
| 3. Il questionario..... | p. 29 |
| 4. La popolazione universitaria..... | p. 31 |
| 5. Le abitudini alimentari delle quattro categorie..... | p. 59 |
| 6. I luoghi di consumo dei dodici gruppi..... | p. 77 |
| 6.1 Offerta ristorativa per gruppo..... | p. 77 |
| 6.2 Colazione..... | p. 80 |
| 6.3 Spuntino mattutino..... | p. 81 |
| 6.4 Pranzo fuori casa..... | p. 83 |
| 6.5 Snack pomeridiano..... | p. 87 |
| 6.6 Snack macchinette..... | p. 88 |
| 6.7 Bevande macchinette..... | p. 90 |
| 6.8 Considerazioni..... | p. 91 |
| 6.9 I quattro gruppi più popolosi..... | p. 92 |
| 7. Conclusioni..... | p. 97 |
| 8. Bibliografia..... | p. 100 |
| Allegato: questionario..... | p. 102 |

Riassunto

L'alimentazione è un fattore chiave della qualità della vita e, in quanto importante determinante dello stato di benessere di un individuo in un ambiente, la ristorazione deve impegnarsi a soddisfare diversi requisiti. Innanzitutto deve rispondere alle differenti domande e presentare un'offerta interessante e adatta ai suoi stakeholders. Inoltre, rappresentando un momento di socializzazione e di relax, deve consentire di consumare il proprio pasto comodamente, in un ambiente consono e piacevole. Deve poi offrire cibi sicuri, buoni, allo stesso tempo sani e in grado di soddisfare le esigenze nutrizionali, nonché sostenibili. Secondo la FAO infatti *“le diete sostenibili sono diete a basso impatto ambientale che contribuiscono alla sicurezza alimentare e nutrizionale nonché a una vita sana per le generazioni presenti e future. Le diete sostenibili concorrono alla protezione e al rispetto della biodiversità e degli ecosistemi, sono accettabili culturalmente, economicamente eque e accessibili, adeguate, sicure e sane sotto il profilo nutrizionale e, contemporaneamente, ottimizzano le risorse naturali e umane.”* (FAO, simposio scientifico internazionale *Biodiversità e diete sostenibili*, Roma, 2010). Questo concetto si è dimostrato sempre più fondamentale, al punto da essere portato all'attenzione mondiale con l'esposizione universale di quest'anno dal tema *“Nutrire il pianeta. Energia per la vita”*. Milano, che sta ora infatti ospitando EXPO, è una città universitaria sede di sette importanti atenei, in cui studenti e personale trascorrono sovente la quasi totalità della propria giornata. Di conseguenza diversi momenti alimentari vengono consumati all'interno e nelle immediate vicinanze degli atenei e ciò rende la ristorazione un elemento fondamentale in ogni campus.

Da qui è nata la necessità di questo studio: analizzare lo stato dell'attuale offerta rivolta agli utenti dell'Università degli Studi di Milano e conoscere le loro abitudini alimentari, che da un lato sono il risultato dell'offerta a loro disposizione e dall'altro ciò a cui il servizio deve rispondere.

A tal proposito sono stati coinvolti gli stakeholders 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 del nostro Ateneo 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 organizzato in cinque sezioni. La prima contiene domande sulle abitudini alimentari degli intervistati: frequenza, luoghi di consumo e tipologia di alimenti scelti per colazione, spuntino mattutino, pranzo e snack pomeridiano. La seconda sezione sonda l'attenzione prestata al contenuto calorico e nutrizionale dei cibi e l'attitudine nei confronti di cibi biologici, a km 0 e a lotta integrata. La terza concerne i punti di ristoro: il valore conferito ai differenti aspetti dei locali, la cifra che si è disposti a pagare per il pranzo, la frequenza di acquisti di snack e bevande alle macchinette, l'interesse nell'apertura di una bottega nel campus per mangiare ad acquistare prodotti a filiera controllata. La quarta sezione riguarda le informazioni personali, quali sesso, età, peso e altezza (da cui è stato calcolato il BMI), principale sede frequentata, vicinanza della residenza all'Università, allergie alimentari,

intolleranze, dieta vegetariana e vegana. Una quinta sezione infine richiede una valutazione del questionario.

Sono stati compilati integralmente 6523 questionari, che corrispondono a circa il 10% della popolazione d'Ateneo: un risultato importante e un campione significativo, che hanno consentito di sviluppare alcune considerazioni sulla popolazione della nostra Università.

A partire da questi dati è stata realizzata una fotografia degli utenti del servizio ristorativo, incrociando alcune risposte per trarre delle deduzioni, verificando la rispondenza dei risultati ottenuti con le statistiche sulla popolazione e motivando i casi in cui ciò non è avvenuto.

Successivamente è stata segmentata la domanda in quattro tipologie di utenti: docenti e ricercatori, personale, studenti, assegnisti, dottorandi e specializzandi; sono invece stati esclusi i questionari considerati "senza una categoria definita". Si sono così potute trarre conclusioni sulle differenti caratteristiche di questi quattro gruppi, dettate da età, disponibilità economica e occupazione.

I questionari sono poi stati divisi in 12 zone, corrispondenti ai raggruppamenti delle sedi più frequentate e differenziate a loro volta nelle quattro suddette tipologie, escludendo invece le sedi più isolate. Tale suddivisione ha permesso di conoscere le differenti abitudini delle zone, spesso dettate semplicemente dalla differente offerta a loro disposizione. In particolare si sono considerate le quattro zone più popolate - Festa del Perdono, Città Studi, Conservatorio e Sesto Marelli - ed è stata analizzata la situazione del servizio di macchinette, bar, mense, punti di ristoro convenzionati tramite CIDIS ed esterni nei pressi dell'Università.

Il dato che più evidentemente emerge da questo studio è che la popolazione universitaria consuma per la maggior parte a casa colazione e snack pomeridiano, mentre porta prevalentemente da casa i pasti che consuma in Università, cioè spuntino mattutino e pranzo. Sorge allora la necessità di studiare quali interventi si possano attuare dal punto di vista progettuale, affinché l'offerta del campus incontri la domanda degli utenti e li incentivi a scegliere il servizio proposto. In questo modo l'Università potrebbe incrementare il livello di soddisfazione e benessere degli abitanti del campus e avere l'occasione di avvicinarli ad uno stile di vita sano e sostenibile proprio partendo dall'alimentazione.

Dei risultati sono già stati ottenuti: dove infatti il servizio è stato migliorato, come nella mensa di Festa del Perdono, sono aumentate le persone che ne hanno usufruito e la Casa dell'acqua nel settore didattico di Città Studi ha riscosso successo e permesso un grande risparmio sia per la popolazione universitaria che in termini di smaltimento del packaging e trasporto su gomma.

Il campus può divenire un luogo sempre più vissuto, fonte di benessere ed esempio di sostenibilità, ma per poterlo fare deve prima conoscere le opinioni, le abitudini alimentari e i luoghi di consumo della sua popolazione e il questionario è stato lo strumento che ha reso possibile la raccolta di queste importanti informazioni.