



Informazioni tecniche Nutrizione

Consumo di bevande in Svizzera nel 2014/15

Dal Sondaggio nazionale sull'alimentazione menuCH è emerso che in Svizzera la popolazione di età compresa tra 18 e 75 anni consuma in media giornalmente 2 litri di bevande non alcoliche pro capite. I giovani bevono più acqua e bevande dolci, mentre i più anziani più caffè e tè. Tra gli uomini si riscontra un consumo più elevato di bevande dolci e alcool, mentre tra le donne di tè. Nella Svizzera tedesca il consumo di caffè e bevande dolci è il doppio rispetto alla Svizzera italiana.

Le informazioni concernenti le scelte alimentari sono dati forniti dagli intervistati in occasione di due sondaggi.

CONSUMO DI BEVANDE

Consumo di bevande in Svizzera

In Svizzera la popolazione di età compresa tra 18 e 75 anni consuma in media giornalmente 1,2l di acqua del rubinetto o acqua minerale, 2,6 dl di caffè¹, 2,9 dl di tè², 0,6 dl di succhi di frutta e verdura puri e 2,4 dl di bevande dolci³ pro capite. Il consumo di bevande alcoliche ammonta a una media di 2,0 dl per persona.

Differenze tra le fasce di età

I giovani consumano giornalmente più bevande analcoliche rispetto alle persone più anziane. Nella fascia di età tra 18 e 34 anni il consumo medio ammonta a 2,3l, in quella tra 35 e 49 anni a 2,1l, in quella tra 50 e 64 anni a 1,9l e in quella tra 65 e 75 anni a 1,6l. I giovani bevono soprattutto più acqua del rubinetto o minerale e bevande dolci, mentre i più anziani preferiscono caffè e tè. In tutte le fasce d'età il consumo medio di alcool ammonta a 2,0 dl al giorno. La preferenza si sposta tuttavia dalla birra tra i giovani al vino tra i più anziani.

¹ Incl. bevande miscelate a base di caffè (ad es. cappuccino, latte macchiato, caffè viennese, caffelatte, ecc. con o senza zucchero), nonché succedanei del caffè (ad es. caffè di cicoria, ecc.)

² Incl. tè di frutta e di erbe

³ Incl. bevande composte di vario tipo o «Schorle», bevande energetiche, tè freddo, sciroppi, bevande senza zucchero e altre bevande analcoliche (ad es. birra, sidro, ecc.)

Differenze tra i sessi	Sia gli uomini sia le donne bevono in media giornalmente 1,2l di acqua del rubinetto o minerale, nonché 0,6 dl di succhi di frutta e verdura puri pro capite. Si riscontrano tuttavia differenze nel consumo giornaliero delle altre bevande: caffè (uomini: 2,8 dl, donne: 2,3 dl), tè (uomini: 2,0 dl, donne: 3,7 dl), bevande dolci (uomini: 3,1 dl, donne: 1,7 dl) e alcool (uomini: 2,8 dl, donne: 1,1 dl).
------------------------	--

Differenze sulla base delle regioni linguistiche	Il consumo totale giornaliero di bevande (senza alcool) ammonta in media a 2,1 l pro capite nella Svizzera tedesca e a 1,9 l nella Svizzera francese e italiana. Il consumo di acqua del rubinetto e minerale risulta più elevato nella Svizzera italiana rispetto al resto del Paese. Nella Svizzera italiana, invece, la quantità assunta di caffè, tè, bibite dolci e succhi di frutta e verdura puri è inferiore. Soprattutto per quanto riguarda le bibite dolci e il caffè, il consumo nella Svizzera tedesca risulta quasi il doppio rispetto alla Svizzera italiana. In tutte le regioni linguistiche viene consumata una quantità equivalente di alcool.
--	---

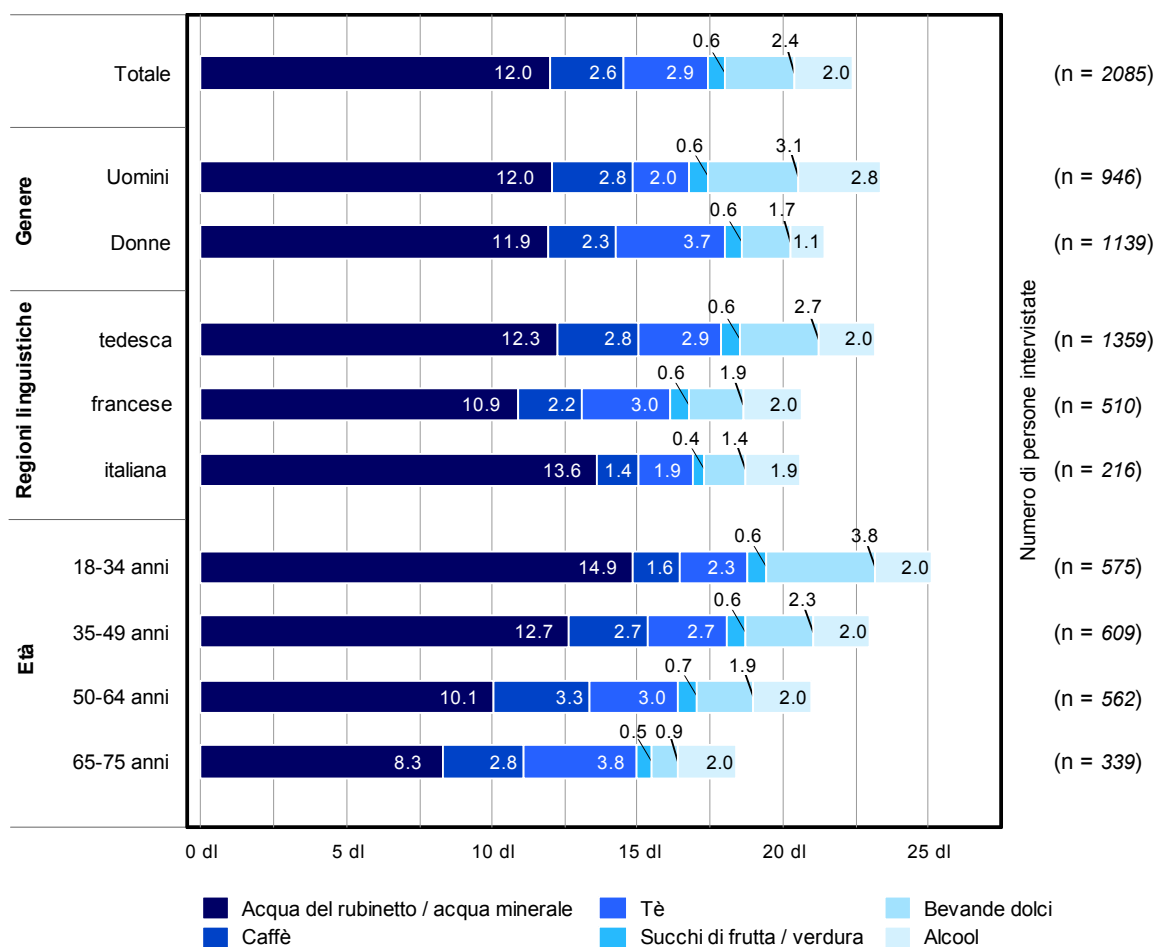
CONSUMO RACCOMANDATO DI BEVANDE

Secondo la piramide alimentare svizzera, si raccomanda di assumere giornalmente 1–2 l di liquidi, prediligendo le bevande non dolcificate come ad es. acqua del rubinetto e minerale o tè di frutta e di erbe. Le bevande contenenti caffeina come caffè, tè nero e verde possono contribuire all'assunzione di liquidi.

Consumo di bevande in Svizzera rispetto alla raccomandazione	In Svizzera, nelle tre regioni linguistiche, le donne e gli uomini di età compresa tra 18 e 75 anni seguono in media la raccomandazione riguardante l'assunzione di liquidi.
--	--

Nel caso di alimenti composti (ad es pizza, panini, torte salate, miscele di bevande, ecc.) o di pietanze (come risotto, «chili con carne», ecc.), laddove possibile si è provveduto ad attribuire i singoli ingredienti alle diverse categorie di alimenti.

CONSUMO DI BEVANDE DELLA POPOLAZIONE ADULTA IN SVIZZERA (IN DECILITRI PRO CAPITE E AL GIORNO)



menuCH
Nationale Ernahrungserhebung
Enquete nationale sur l'alimentation
Sondaggio nazionale sull'alimentazione



«Sondaggio nazionale sull'alimentazione menuCH»

menuCH  il primo sondaggio nazionale sull'alimentazione in Svizzera. Nel periodo compreso tra gennaio 2014 e febbraio 2015 sono state intervistate circa 2 000 persone in tutta la Svizzera. Uomini e donne di et compresa tra 18 e 75 anni hanno risposto su base volontaria a domande riguardanti le loro abitudini alimentari (cibo e bevande) nonch la pratica di attivit fisica. Inoltre sono anche state eseguite misurazioni corporee. menuCH  una rilevazione svolta dall'Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria (USAV) in collaborazione con l'Ufficio federale della sanit pubblica (UFSP). L'incarico di eseguire il sondaggio menuCH  stato affidato all'Istituto di medicina sociale e preventiva (IUMSP) dell'Universit di Losanna.

Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria USAV

Valutazione dei rischi

www.usav.admin.ch
info@blv.admin.ch