

Agenzia ANSA

Canale Salute&Benessere

Cerca sul sito di Salute e Benessere

Ricerca

cerca

Primopiano

Sanità

Medicina

Associazioni

Alimentazione

Estetica

Stili di vita

Terme e Spa

Con crisi piu' sale a tavola, poveri ne consumano di piu'

Uso cresce al diminuire del livello socioeconomico

11 gennaio, 17:51

[salta direttamente al contenuto dell'articolo](#)

[salta al contenuto correlato](#)

0

Tweet

0

| **Consiglia**

9



[Indietro](#)

[Stampa](#)

[Invia](#)

[Scrivi alla redazione](#)

[Suggerisci \(\)](#)

1 di 1

[precedente](#)

[successiva](#)



cibi e sale

precedente
successiva

La crisi economica rende piu' salata la nostra tavola, e a farne le spese sono soprattutto gli individui di livello socioeconomico basso (il grado socioeconomico riflette il livello relativo di poverta').

Lo rivela uno studio condotto dall'italiano Francesco Cappuccio della Warwick Medical School pubblicato sul British Medical Journal Open: al diminuire della scala socioeconomica di un individuo (basata su professione e livello di istruzione) aumenta il consumo di sale. "Lo studio si riferisce a dati inglesi ma i risultati sono verosimilmente validi anche per l'Italia in quanto il fatto che gruppi socio-economicamente svantaggiati siano i piu' suscettibili a una cattiva dieta e' valido un po' ovunque nei paesi industrializzati", spiega Cappuccio.

La media di consumo di un italiano e' 10,8 grammi al di' (12 per i maschi, 10 per le donne). In realta' ci basterebbe un grammo al giorno.

"Se si considera un introito medio di sale di 10g al di' - spiega Cappuccio - le differenze di classe sociale esprimono una differenza fra gruppi di 0,4-0,9g al di'; una cifra considerevole se pensiamo che da 2004 a 2011 in Inghilterra il nostro programma di riduzione dei consumi di sale ha ridotto il consumo medio di 1,3g al di' con un beneficio stimato di riduzione di mortalita' cardiovascolare di circa 8.500 eventi l'anno".

Il problema e' che la gran parte dei cibi piu' economici ha piu' alto contenuto in sale, grassi, zuccheri e calorie.

"Chiaramente i meno abbienti tendono a risparmiare sul costo del cibo - spiega. Inoltre con un livello di istruzione inferiore, la consapevolezza dei danni associati all'eccessivo consumo di sale e' limitata. Per di piu' il sale da 'dipendenza' per un processo (reversibile) di adattamento delle papille gustative, quindi piu' sale si consuma maggiore e' la richiesta di sale per percepire lo stesso grado di salinita': questo e' uno dei meccanismi per il quale l'industria degli snack propone prodotti salati rivolti ai bambini, si' da 'determinare' la scelta degli individui verso cibi salati".

RIPRODUZIONE RISERVATA © Copyright ANSA

[Indietro](#)

[Home](#)

condividi:



ANNUNCI PPN

**x te
100€**

Conto Corrente Arancio

Per te 100€ di buoni acquisto.
Aprilo subito!



Apri un conto IWBANK

Carta Gratis, zero spese e rendimento al 3,7% vincolato
www.iwbank.it



Imposta Bollo Gra

Su conto e deposito t
Per Sempre.
Scopri Binck!

P.I. 00876481003 - © Copyright ANSA - Tutti i diritti riservati