

## IL RAPPORTO COOP 2025

# Gli italiani scelgono diete proteiche adottando consumi più consapevoli

a cura di  
Carlo  
Ottaviano

**I**l totale della somma del peso dei pasti di tutti gli italiani non è noto. Però sappiamo quante bilance si vendono ogni anno. Negli ultimi 12 mesi sono stati spesi 17,6 milioni di euro per comprare 1.210.197 bilance pesa persone (addirittura + 56% rispetto all'anno prima) e 11,746 milioni di euro per l'acquisto di 912.278 bilance per alimenti (+6%). È la prova dell'attenzione sempre maggiore riservata al cibo, considerato un alleato per la salute e la longevità, meglio se è fresco e non processato, senza additivi, biologico e proteico. La tendenza emerge dal nuovo Rapporto Coop 2025 su Consumi e stili di vita degli italiani.

### LE SCELTE

Ma non c'è solo l'attenzione ai grammi in meno. Sette italiani su dieci - secondo l'analisi del centro studi Coop e di Nomisma - leggono abitualmente le etichette nutrizionali dei prodotti alimentari: più additivi compaiono in etichetta e più diminuiscono le vendite. La dieta è sempre più iperproteica con le vendite dei sostitutivi vegetali della carne che nell'ultimo anno sono cresciuti del +20,9% (10 volte di più delle carni stesse), seguite da uova (+7,8%) e legumi (+5,0%). Tensioni e incertezze internazionali hanno inoltre spinto gli italiani ad atteggiamenti più sobri negli acquisti e a una minore

ostentazione.

«Gli italiani ritratti dal Rapporto - afferma Maura Latini, presidente Coop Italia - sono persone consapevoli, leggono le etichette, vogliono esercitare con le loro azioni una difesa dell'ambiente e lottano contro il cambiamento climatico. Sono idealisti tanto quanto pragmatici». Ecco così che consumi e preparazioni alimentari tornano innanzitutto nella sfera domestica. «L'eterna rinascita del cibo», titola il capitolo il Rapporto Coop. Nei primi 6 mesi del 2025 la spesa per la ristorazione fuori casa è calata di un -2,2% rispetto al 2024.

Contestualmente si registra una ripresa importante nei carrelli della spesa, con le vendite nella grande distribuzione che, nei primi sei mesi del 2025, fanno registrare una crescita su base annua, rispettivamente, del +3,8% a valore e del +2% a volume. A fare da traino frutta e verdura e altri comparti del fresco. Anche in questo caso con alcune curiosità: cresce la spesa per yogurt greco colato skyr (quasi 255 mila euro), frutti di bosco (166,8), mango e avocado (assieme 95,3). Nel complesso la spesa per l'ortofrutta è stata di 6,948 miliardi di euro (+11,1% la frutta, +4,5% gli ortaggi). La svolta salutista comprende anche il no-alcohol che avanza, soprattutto fra i giovani: 15,4 milioni di italiani preferiscono una bevanda analcolica anche quando possono scegliere.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Qui sopra,  
un ritratto  
di Maura  
Latini,  
presidente  
Coop Italia

