

Rimini, wellness e cibo, una ricerca conferma: over 50 fanatici di alimentazione sana e sport

Sport - 27 maggio 2015 - 12:10



E ancora una volta, alla vigilia di Riminiwellness, Nets Marketing Research traccia le tendenze del settore per l'Osservatorio sul profilo e i consumi del wellness e che, nell'anno dell'EXPO, si focalizza sui comportamenti alimentari degli sportivi.

Per Nets, praticamente, tutti i frequentatori di centri fitness assegnano un ruolo decisivo e benefico all'alimentazione (solo il 9,6% degli intervistati mostra dei dubbi). Addirittura, l'86,2% consulta spesso o sempre l'etichetta degli alimenti. Il 56,6% scruta con attenzione i valori nutrizionali, il 51,3% la provenienza. Una volta stabiliti gli alimenti meno congeniali al benessere fisico, un terzo (32,2%) li cancella definitivamente dalla lista della spesa, più della metà del campione (52,2%) li evita abbastanza regolarmente.

E la qualità merita qualche sacrificio economico: su una scala dove chi è vicino a 1 bada solo al prezzo e chi è vicino a 10 solo alla qualità, il popolo del wellness si posiziona sul 7. Fattore importante: la dieta non è 'fai da te', ma chi pratica fitness segue in 6 casi su 10 i consigli di medici e nutrizionisti, 2 su 10 concertano il tutto col proprio trainer.

I più giovani pongono meno attenzione – ma parliamo comunque di un livello assoluto molto elevato - alla propria alimentazione, piuttosto sono attentissimi ai suggerimenti di esperti; il 'cluster' più anziano e competente pone un'esasperata attenzione a ciò che mangia. Si potrebbe riassumere il tutto in una piramide che vede alla base il gruppo più numeroso (44%) e giovane (età media 36 anni) del "wellness non è tutto", attento all'alimentazione e ad una dieta, con abitudine al consumo di pasti fuori casa.

Sopra nella piramide, con il 32%, il gruppo "#stasereno" che forte dell'età media di 40 anni ha sviluppato una propria idea di alimentazione e sport, ma senza ossessioni. C'è una forte presenza di madri che, pur essendo attente alla qualità dei prodotti alimentari e alla condivisione della cultura del wellness (frequentano le palestre da 17/18 anni), devono coniugare quotidianamente queste esigenze con le spese e la famiglia.

Più in alto il gruppo dei “pasionari del wellness” (17%), sportivi convinti over 40enni mettono in atto pratiche di selezione alimentare in maniera decisa e oculata. Una disciplina che scaturisce dall’attenzione a scadenze, valori nutrizionali e integratori segnalati nelle etichette; più pronti a evitare alimenti e a seguire i consigli dei medici (nutrizionisti e scienziati).

Al vertice della piramide, per Nets, ci sono gli estremisti del gruppo “maturi sull’orlo di una crisi di nervi” (7%): età media 47 anni (il 52% over 50), sono integralisti dell’alimentazione abbinata ad una importante attività fisica. Per questi praticanti il ‘wellness è la vita’, attenti ad un corpo ‘costruito’ con anni di attività fisica (38, mediamente).