



**AZIONE  
CONTRO  
LA FAME**

**MAI PIÙ FAME:  
DALL'EMERGENZA ALL'AUTONOMIA**

**UN APPROCCIO OLISTICO CONTRO  
L'INSICUREZZA ALIMENTARE IN ITALIA**

A cura di: **Francesca Dodini**  
Contributi: **Orazio Ragusa Sturniolo, Ilaria Adinolfi**  
Grafica: **Lorenzo Penna**

Azione contro la Fame desidera ringraziare il **Comune di Milano, Municipio 8, Milano Food Policy, Spazio Indifesa, Terre des Hommes, Croce Rossa Italiana Comitato di Milano, IBVA, QuBi Gallaratese, Bper Banca, Carrefour Italia, Accenture, CapGemini e Orienta Spa Agenzia per il lavoro.**

Ringraziamo il professore **Stefano Marchetti** dell'Università di Pisa e **Luca Secondi**, professore associato presso l'Università della Tuscia, per aver accettato di essere intervistati.

Si ringrazia infine **Rai per il Sociale** per la campagna televisiva promossa, nel mese di febbraio, a favore del progetto.



# **MAI PIÙ FAME: DALL'EMERGENZA ALL'AUTONOMIA UN APPROCCIO OLISTICO CONTRO L'INSICUREZZA ALIMENTARE IN ITALIA**

## **Indice**

<b>1. POVERTÀ E INSICUREZZA ALIMENTARE</b>	<b>4</b>
1.1 La povertà in Italia	4
1.2 Insicurezza alimentare in Italia e nel mondo	6
1.3 La testimonianza di chi soffre di insicurezza alimentare in Italia	8
1.4 L'impatto sulla sicurezza alimentare di una traiettoria sociale discendente: le evidenze della ricerca di Azione contro la Fame	9
<b>2. UN APPROCCIO OLISTICO ALL'INSICUREZZA ALIMENTARE</b>	<b>10</b>
2.1 L'esperienza di Azione contro la Fame	10
2.2 Un progetto pilota a Milano per accompagnare le persone "dall'emergenza all'autonomia"	11
2.2.1 Chi soffre di insicurezza alimentare a Milano? Il profilo dei beneficiari del programma	15
2.2.2 Le conseguenze dell'insicurezza alimentare: l'impatto sulle abitudini alimentari	17
<b>3. CONCLUSIONI</b>	<b>18</b>

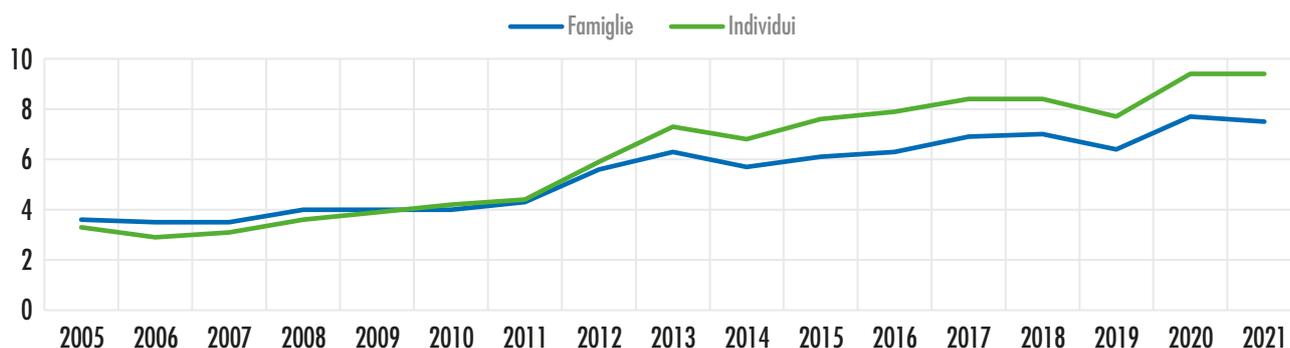
## 1. POVERTÀ E INSIKUREZZA ALIMENTARE

Dopo circa due decenni di progressiva riduzione, dal 2015 il numero di persone che soffrono la fame nel mondo è tornato a crescere: secondo l'ultimo Rapporto sull'insicurezza alimentare (SOFI 2021) sono circa 800 milioni, che testimoniano come la fame sia una piaga del tutto contemporanea. Se le cause sono molteplici e legate anche a conflitti e crisi climatiche, una delle cause strutturali della fame risiede nelle disuguaglianze e quindi nella povertà, che soprattutto durante i periodi di crisi economica come quello della pandemia di Covid-19, espongono la parte più vulnerabile della popolazione ad una crescente insicurezza alimentare.

### 1.1 LA POVERTÀ IN ITALIA

Anche in Italia, pur con qualche oscillazione, vediamo da anni un aumento costante della povertà e quindi un numero crescente di famiglie esposte al rischio di insicurezza alimentare. Negli ultimi 15 anni l'incidenza di povertà assoluta è raddoppiata per le famiglie e addirittura triplicata per gli individui.

**FIGURA 1. INCIDENZA DI POVERTÀ ASSOLUTA FAMILIARE E INDIVIDUALE.**  
Anni 2005-2021 (a), valori percentuali



(a) Per l'anno 2021, stime preliminari. Fonte: Istat, Indagine sulle spese per consumi delle famiglie

Fonte: Stime preliminari Istat della povertà assoluta per l'anno 2021

Secondo le stime preliminari dell'Istat, nel 2021 le famiglie in povertà assoluta in Italia rappresentavano il 7,5% della popolazione, per un numero di individui pari a circa 5,6 milioni. Se nel 2019 era stata registrata una riduzione, anche in corrispondenza dell'introduzione del reddito di cittadinanza, nel 2020 si è assistito, invece, ad una forte crescita del numero di famiglie e individui in condizioni di povertà assoluta, che ha raggiunto il livello più elevato dal 2005, anche a causa della pandemia di Covid-19.

Sono classificate come assolutamente povere le famiglie con una spesa mensile pari o inferiore ad una soglia minima, corrispondente all'acquisto di un paniere di beni e servizi che, nel contesto nazionale, garantisce uno standard di vita minimamente accettabile e dignitoso.

Quando si parla di povertà assoluta in Italia, la composizione familiare è un fattore rilevante: nel caso di famiglie con tre componenti, ad esempio l'indice si attesta al 7,1% mentre sale all'11,6% per le famiglie con quattro componenti. Emerge quindi che le famiglie più numerose sono quelle maggiormente a rischio di trovarsi in una condizione di povertà.

La situazione peggiora nel caso siano presenti figli minorenni conviventi. Secondo quanto riportato dalle stime Istat per il 2021, l'incidenza di povertà assoluta passa dall'11,5% per le famiglie con un figlio minore al 20,0% nel caso di famiglie formate da coppie con 3 o più figli. Tra le famiglie monogenitoriali, inoltre, la condizione di povertà è cresciuta notevolmente, passando tra il 2019 e il 2020 dall'8,9% all'11,7%.

Per quanto riguarda i minorenni, in Italia l'incidenza della povertà rimane elevata nel corso degli anni e nel 2021 ha raggiunto il 14,2%, con circa 1 milione e 384 mila minori che si trovano quindi in condizione di povertà assoluta. L'incidenza della povertà assoluta è connessa all'età e soprattutto al titolo di studi della persona di riferimento della famiglia. Nei casi con età compresa tra i 35 ed i 44 anni l'incidenza è del 9,9%, valore che si mantiene elevato, al 9,7%, per le famiglie in cui la persona di riferimento ha tra i 45 e i 54 anni. Con un titolo pari almeno alla scuola secondaria superiore, l'incidenza è del 4,4%; se la persona di riferimento ha, invece, al massimo la licenza di scuola media, l'incidenza della povertà assoluta sale al 10,9%.

Anche l'occupazione e, in particolare, la posizione lavorativa della persona di riferimento sono fattori molto rilevanti: nel 2021, tra le famiglie con persona di riferimento occupata l'indice di povertà è pari al 7,0% ma sale al 22,6% per chi è in cerca di occupazione, dato in crescita anche rispetto al 2020 (19,7%).

Nel caso la persona di riferimento sia dirigente o impiegato, la famiglia è meno a rischio di povertà assoluta, con un'incidenza che si attesta intorno all'1,7%. Se la persona di riferimento è, invece, operaia o assimilata, l'incidenza della povertà sale al 10,2%.

## PROSPETTO 2. INDICATORI DI POVERTÀ ASSOLUTA SECONDO LE PRINCIPALI CARATTERISTICHE FAMILIARI Anni 2019, 2020 e 2021 (a) (b) (c), valori percentuali

	2019	2020	2021
<b>Ampiezza della famiglia</b>			
1 componente	5,7	5,7	6,0
2 componenti	4,3	5,7	5,0
3 componenti	6,1	8,5	7,1
4 componenti	9,6	11,2	11,6
5 componenti o più	16,2	20,5	22,5
<b>Tipologia familiare</b>			
Famiglie con almeno un figlio minore	9,2	11,5	11,5
Famiglie con almeno un anziano	5,1	5,6	5,5
<b>Presenza di stranieri</b>			
Famiglie di soli italiani	4,9	6,0	5,7
Famiglie di soli stranieri	24,4	26,7	30,6
Famiglie con stranieri	22,0	25,3	26,4
<b>Età della persona di riferimento</b>			
18-34 anni	8,9	10,3	9,4
35-44 anni	8,3	10,7	9,9
45-54 anni	6,9	9,9	9,7
55-64 anni	6,1	6,6	7,3
65 anni e più	5,1	5,3	5,2
<b>Condizione professionale della persona di riferimento</b>			
p.r. occupata	5,5	7,3	7,0
p.r. dipendente	6,0	7,7	7,5
p.r. indipendente	4,0	6,1	5,6
p.r. non occupata	7,5	8,1	8,1
p.r. in cerca di occupazione	19,7	19,7	22,6
p.r. ritirata dal lavoro	4,3	4,4	4,3
p.r. in altra condizione (diversa da ritirata dal lavoro)	12,7	15,4	14,6

Fonte: Stime preliminari Istat della povertà assoluta per l'anno 2021

La crisi economica, aggravata dall'emergenza della pandemia, ha colpito duramente anche il mercato del lavoro e a partire dal 2020 vi è stato un crollo dell'occupazione con una diminuzione in termini di posti di lavoro di circa 945 mila unità: il fenomeno ha coinvolto uomini e donne, dipendenti (-590.000) e autonomi (-355.000) e tutte le fasce d'età, secondo quanto riportato da Istat a febbraio 2021 nel documento "Occupati e disoccupati".

La mancanza di un'occupazione è la principale causa della difficoltà di molte famiglie nell'affrontare le spese quotidiane come quelle legate all'affitto o a beni alimentari, in quanto prive di una fonte di reddito sicura. È importante sottolineare, tuttavia, come non sempre un contratto di lavoro sia un fattore di protezione sufficiente: dalla "Relazione del Gruppo di lavoro sugli interventi e le misure di contrasto alla povertà lavorativa in Italia", emerge che nel nostro Paese un quarto dei lavoratori ha una retribuzione individuale bassa (cioè inferiore al 60% della mediana) e che più di un lavoratore su dieci si trova comunque in situazione di povertà (cioè vive in un nucleo con reddito netto equivalente inferiore al 60% della mediana). Questo spiega perché, nonostante da dicembre 2021 Istat abbia registrato un calo della disoccupazione (tornata al 9%), l'incidenza della povertà sia comunque aumentata.

Oltre ai fattori demografici, anche la provenienza geografica e il comune di residenza incidono sulla condizione di povertà. Al Sud l'incidenza è più elevata e raggiunge quasi il 10%, ma è al Nord che si è registrato il maggiore incremento della povertà assoluta tra il 2019 ed il 2020, con un aumento dal 5,8% al 7,6%; nell'ultimo anno, tuttavia, si nota un lieve miglioramento. Nel Centro Italia l'incidenza della povertà rimane stabile tra le famiglie, mentre aumenta tra gli individui rispetto al 2020, passando dal 5,6% al 7,3%. Rispetto alla tipologia del comune di residenza, dal 2019 la quota delle famiglie povere cresce con alcune differenze: al Nord aumenta nei comuni fino a 50 mila abitanti e nei comuni di periferia delle aree metropolitane; nel Centro peggiorano le condizioni delle famiglie che risiedono nei centri delle aree metropolitane. Infine, al Sud l'incidenza di povertà cresce soprattutto nei comuni fino a 50 mila abitanti.

L'incidenza della povertà, inoltre, varia in relazione alla condizione abitativa ed è maggiore per chi è in affitto. Secondo i dati Istat per il 2020, il 43,1% delle famiglie povere sono in affitto. In particolare, le famiglie affittuarie nel Mezzogiorno versano in condizione di povertà assoluta per il 22,1% dei casi, rispetto al 18,1% del Nord e al 12,3% del Centro. Inoltre, è più probabile che vivano in affitto le famiglie con persona di riferimento giovane e con minori a carico, infatti il 25,4% delle famiglie con queste caratteristiche sono povere. Per chi si trova in una condizione di povertà assoluta, un affitto medio è pari a circa 330 euro mensili che, rispetto alla spesa media complessiva, pesano per il 35,9% del totale. Insieme a spese come gas ed elettricità, quelle abitative vanno ad incidere negativamente sulla capacità di acquisto delle famiglie, riducendola in modo significativo.

Questi dati ci aiutano a comprendere quanto la povertà assoluta certificata dall'Istat sia, di fatto, il preludio all'insicurezza alimentare. La sua incidenza, così elevata in Italia specialmente negli ultimi anni, limita le possibilità di queste persone di condurre una vita dignitosa in quanto le obbliga a rinunce che, come verrà mostrato in seguito, hanno un impatto anche sulle scelte alimentari delle famiglie. La povertà rappresenta quindi la prima causa strutturale del fenomeno dell'insicurezza alimentare che, con modalità e forme diverse dai Paesi del sud del mondo, ha luogo anche in Italia.

## 1.2 INSICUREZZA ALIMENTARE IN ITALIA E NEL MONDO

Un basso potere d'acquisto, che caratterizza le famiglie in povertà assoluta, ostacola l'accesso ad una dieta sana e nutriente ed è tra le cause più studiate dell'insicurezza alimentare nei Paesi sviluppati, come evidenziato da Stefano Marchetti e Luca Secondi nello studio "The Economic Perspective of Food Poverty and (In)security: An Analytical Approach to Measuring and Estimation in Italy" (2022).

L'insicurezza alimentare "è la condizione in cui si trovano le persone che sperimentano qualsiasi limitazione, imposta da vincoli fisici o socio-economici, del diritto di accedere ad una alimentazione sufficiente, sana, nutriente, conforme alle proprie preferenze e idonea a sostenere una vita attiva e in buona salute", come riportato da Istat nel Rapporto SDGs 2021 - Informazioni statistiche per l'agenda 2030 in Italia.

Nel nostro Paese, tra il 2018 e il 2020, 4 milioni di persone hanno sofferto diinsicurezza alimentare moderata o grave: questo è quanto emerge dai dati della FAO presentati nel report "Europe and Central Asia Regional Overview of food security and Nutrition". Nel 2019, dall'analisi dell'obiettivo di sviluppo sostenibile "Porre fine alla fame, raggiungere la sicurezza alimentare, migliorare la nutrizione e promuovere un'agricoltura sostenibile" (Goal

2), emerge che l'1,6% delle famiglie italiane ha dichiarato di non aver avuto la possibilità economica di acquistare cibo e consumare due pasti proteici alla settimana nel corso dell'anno.

Con la pandemia la situazione di insicurezza alimentare si è aggravata: nel 2020 sono 2.645.064 (+27,3% rispetto al 2019) le persone che hanno usufruito degli aiuti alimentari nell'ambito del programma Fondo di Aiuti Europei agli Indigenti (FEAD). Organizzazioni come Caritas e Banco Alimentare hanno registrato tra Marzo e Giugno 2020 un incremento di 153,000 richieste di aiuto, che hanno richiesto un aumento del 40% nella distribuzione di cibo.

Guardando ai dati storici del nostro Paese, dal 2014 si registra anno per anno una lieve diminuzione dell'insicurezza alimentare, con una tendenza decrescente e un avvicinamento, seppur lento, agli obiettivi stabiliti dagli SDG. Nel 2020, tuttavia, vi è stata un'impennata che ha riportato ai valori del 2014: è stato così azzerato a livello nazionale l'andamento positivo degli anni precedenti, come riportato anche da Istat.

Come affermano Stefano Marchetti, professore e ricercatore di statistica metodologica presso l'Università di Pisa e Luca Secondi, professore associato di statistica economica presso l'Università della Tuscia, nel corso di un'intervista concessa ad Azione contro la Fame sul tema dell'insicurezza alimentare, è importante sottolineare come, a differenza dei Paesi in via di sviluppo, i livelli moderati registrati nel nostro Paese si riferiscono ad un più ampia accezione dell'insicurezza alimentare, che corrisponde ad un'alimentazione sbilanciata caratterizzata da un allontanamento dal consumo di cibi salutari e sostenibili.

Basandosi sulle analisi svolte a livello nazionale sui consumi delle famiglie in epoca pre-Covid, i professori raccontano come sia emerso che i nuclei familiari caratterizzati da insicurezza alimentare hanno maggiore difficoltà ad affrontare le spese legate all'acquisto degli alimenti per i quali si raccomanda un consumo frequente e che rientrano negli alimenti consigliati dalla dieta mediterranea, riconosciuta patrimonio culturale e immateriale dell'Unesco. Ad esempio, spiegano i professori, per quanto riguarda il pesce, la spesa delle famiglie più abbienti è 12 volte maggiore rispetto a quella delle famiglie più povere. La distinzione è netta anche rispetto al consumo di frutta, verdura, oli e condimenti, alimenti di base che andrebbero consumati più volte al giorno ma ai quali le famiglie in condizione di povertà faticano ad accedere.

Negli ultimi anni è aumentato in tutto il mondo il numero di persone che si trova in una condizione di insicurezza alimentare. Si stima che nel 2020 ne abbiano sofferto 148 milioni di persone in più rispetto all'anno precedente, quando già il 25,9% della popolazione soffriva di insicurezza alimentare e il 9,7% in forma grave, secondo quanto rilevato dalla Food Insecurity Experience Scale (FIES).

Nel 2020, una persona su tre nel mondo non ha avuto accesso ad una dieta sana e nutriente. Si tratta di un dato allarmante: a livello internazionale, infatti, dal 2014 l'indice di insicurezza alimentare ha visto una crescita costante; tuttavia, l'aumento registrato nel 2020 ha raggiunto livelli vertiginosi, pari a quelli dei cinque anni precedenti insieme.

Inoltre, sul totale di 928 milioni di persone che nel 2020 hanno sofferto di insicurezza alimentare, la FAO (Food and Agriculture Organization) evidenzia come nel mondo siano le donne a soffrire maggiormente di insicurezza alimentare moderata o grave: infatti, nel 2020 la prevalenza di insicurezza alimentare tra le donne è stata del 10% maggiore rispetto agli uomini.

La FAO identifica due fattori principali all'origine dell'aggravarsi della situazione: il costo elevato di una dieta sana e nutriente e un peggioramento nelle disuguaglianze economiche in termini di reddito. La combinazione di questi due fattori ha impedito a 3 miliardi di persone di accedere ad una dieta sana nel 2020. Le famiglie che vivono in condizioni di insicurezza alimentare faticano quindi ad accedere ad una quantità sufficiente di cibi nutrienti che possano permettere loro una vita sana e attiva; di conseguenza, come riportato nel SOFI 2020 (The State of Food Security and Nutrition in the World), avranno diete più povere. Diversi studi condotti in più Paesi hanno dimostrato come la diversità alimentare e il consumo di alimenti nutrienti come frutta, verdura, latticini e carne tendano a mancare con l'aggravarsi della situazione di insicurezza alimentare.

Accedere ad una dieta diversificata è essenziale in quanto, come evidenziano le linee guida del Crea (Consiglio per la Ricerca in Agricoltura e l'analisi dell'economia agraria) per una sana alimentazione realizzate dal centro di alimenti e nutrizione, ogni alimento ha distinte caratteristiche nutrizionali e solo la combinazione di differenti alimenti permette di assicurare tutti gli elementi nutritivi necessari. Una dieta che include grandi quantità di frutta e verdura ha, per esempio, effetti positivi sulla salute e diminuisce il rischio di sviluppare malattie croniche. Il pesce, invece, è fonte di iodio importante soprattutto durante la gravidanza e nelle prime fasi dello sviluppo cerebrale, grazie

soprattutto all'apporto di Omega 3. In generale, una dieta bilanciata che includa una varietà di alimenti assicura sia la giusta quantità di energia, specialmente nel caso di grassi e carboidrati, sia i nutrienti fondamentali come gli acidi grassi, le vitamine e i minerali. Nel momento in cui i macronutrienti vengono a mancare, le conseguenze sulla salute possono essere gravi. Nella tabella realizzata da Azione contro la Fame si evidenzia chiaramente quali sono gli effetti della carenza di ferro, iodio, vitamina A e zinco sulla salute delle persone.

## GLI EFFETTI DELLA CARENZA DI MICRONUTRIENTI

MICRONUTRIENTE	POSSIBILI EFFETTI
IODIO	Danni cerebrali nei neonati, ridotte capacità mentali, gozzo
FERRO	Anemia, ritardo dello sviluppo motorio e cognitivo, aumento del rischio di mortalità materna, parti prematuri, neonati sottopeso, mancanza di energia
VITAMINA A	Gravi menomazioni visive, aumento del rischio di malattie gravi e morte per infezioni comuni quali diarrea e morbillo in bambini di età prescolare, cecità notturna (nelle donne incinte), aumento del rischio di morte
ZINCO	Indebolimento del sistema immunitario, infezioni più frequenti e ritardo nella crescita

Fonte: Indice Globale della Fame 2014

Purtroppo, una dieta che garantisca un'energia di base solo sufficiente è diversa da una che includa gruppi alimentari diversificati e desiderabili. Una dieta sana e nutriente, infatti, costa il 60% in più di una che include solamente gli alimenti essenziali: il costo della dieta, infatti, aumenta con l'aumentare della qualità. Secondo quanto riportato nel SOFI 2020, 1,5 miliardi di persone nel mondo non possono accedere nemmeno ad una dieta in grado di soddisfare anche solo i livelli di nutrimento essenziali.

Il prezzo degli alimenti e il reddito familiare vanno quindi ad influenzare le scelte alimentari delle persone, in particolare per quanto riguarda l'acquisto e il consumo di cibi nutrienti. Come afferma l'Organizzazione Mondiale della Sanità, infatti, *“aldilà degli aspetti socio-culturali che influenzano le scelte alimentari, le persone generalmente mangiano ciò che possono permettersi”*.

### 1.3 LA TESTIMONIANZA DI CHI SOFFRE DI INSIUREZZA ALIMENTARE IN ITALIA

Le persone che in Italia si sono rivolte ad Azione contro la Fame hanno confermato pienamente le difficoltà delle famiglie più vulnerabili nell'affrontare le spese quotidiane, specialmente a causa della mancanza di occupazione. Infatti, conseguenza della condizione di disoccupazione, così come di un'occupazione precaria che non garantisce una fonte di reddito sufficiente o affidabile, è la tendenza delle famiglie a sacrificare aspetti importanti come quello della salute e della nutrizione, per riuscire a pagare spese quali l'affitto e le bollette.

Dice Laura\* 53 anni e mamma di due figli di 15 e 19, racconta delle difficoltà economiche ed i limiti anche nelle scelte alimentari, da quando non ha più un lavoro: *“Ho lavorato per più di 30 anni in uno punto vendita della grande distribuzione. Ho continuato, seppure con molte difficoltà, anche quando sono stata spostata in una sede molto lontano da casa ed è diventato sempre più difficile conciliare i turni di lavoro con la cura dei miei figli. Per anni ho cercato di essere spostata in un altro punto vendita, ma non mi è stato concesso. In occasione di una riorganizzazione interna mi è stata*

*offerta una buonuscita e, contando di poter trovare una situazione lavorativa più adeguata alle esigenze familiari, ho accettato. Però al momento ho solo un contratto che mi impegna per poche ore alla settimana come addetta alle pulizie e guadagno 250 euro al mese circa, pari al costo dell'affitto del mio appartamento. Ricevo il Reddito di Cittadinanza, che ci aiuta ad arrivare alla fine del mese; a volte, però, non riesco comunque a sfamare i miei figli, né a comprare loro ciò di cui hanno bisogno. La verità è che non sono abituata ad essere in carico all'assistenza e vorrei poter tornare a lavorare per poter riacquistare la mia indipendenza e dignità”.*

Anche Irene\*, 44 anni, madre di tre figli di 17, 14 e 7 anni, ci ha raccontato la sua situazione e il desiderio di uscire da una condizione attuale: *“Alle superiori ho avuto diversi problemi familiari e non sono riuscita a concludere gli studi. Per questa ragione, non riesco a trovare un'occupazione stabile ma solo lavori occasionali e in nero. Nel corso degli anni, le opportunità di lavoro sono diventate sempre meno e quindi ho fatto la venditrice ambulante, solo per riuscire a guadagnare a qualcosa. Mio marito da anni lavora con turni sfiananti e, da solo, sostiene economicamente la famiglia. Negli anni ci siamo indebitati per affrontare spese come l'affitto o quelle per i nostri figli e, per questa ragione, siamo stati sfrattati più volte. Non desidero la luna, mi piacciono le cose semplici. Vorrei solo poter aiutare mio marito, anche perché le spese quotidiane sono diventate ancora più difficili da affrontare e, a volte, mi privo io stessa del cibo per soddisfare il più possibile i bisogni dei miei figli”.*

## **1.4 L'IMPATTO SULLA SICUREZZA ALIMENTARE DI UNA TRAIETTORIA SOCIALE DISCENDENTE: LE EVIDENZE DELLA RICERCA DI AZIONE CONTRO LA FAME**

Una ricerca condotta da Azione contro la Fame alcuni anni fa in Spagna ha analizzato come nasce e si sviluppa l'insicurezza alimentare in contesti di crisi economica in un Paese sviluppato (come quelli vissuti da crescenti fasce della popolazione italiana negli ultimi anni e ancor più durante la pandemia) e il ruolo delle reti sociali di appoggio.

I fattori di rischio sociale che impattano sulla vita e il benessere delle persone, e che si alimentano e condizionano l'un l'altro dando potenzialmente luogo a traiettorie sociali progressivamente discendenti, sono la dimensione lavorativa (con le difficoltà legate all'accesso al mercato del lavoro e alla precarietà o irregolarità del lavoro), la dimensione economica (dove la potenziale scarsità di risorse economiche per soddisfare i bisogni primari è alla base anche delle scelte alimentari), la dimensione relazionale (con i legami familiari e sociali che possono o meno offrire supporto nei momenti di deterioramento della propria condizione sociale).

Partendo dall'identificazione di tre differenti situazioni (normalità, vulnerabilità, esclusione sociale), dove il passaggio da uno stato all'altro è legato all'accumulo e all'intensificarsi dei fattori di rischio sociale, la ricerca ha innanzitutto evidenziato che nelle situazioni di crisi acuta l'esclusione sociale si allarga andando a coinvolgere non solo le persone che già prima si trovavano in uno stato di vulnerabilità o esclusione sociale ma anche coloro che prima della crisi avevano una condizione economico-sociale relativamente normale e quindi anche una conseguente sicurezza alimentare.

Le persone che si trovavano in una situazione di relativa normalità e sperimentano improvvisamente situazioni di precarietà o addirittura di perdita del lavoro non riescono più a far fronte alle proprie spese. In questi casi la rete familiare ha un ruolo essenziale e, quando anche essa è coinvolta nella crisi, espone a una forte vulnerabilità le persone che non hanno conoscenza né dimestichezza con le reti di sostegno sociale e provano una sensazione di imbarazzo che può indurli a non richiedere il sostegno di cui hanno bisogno.

Le persone che già prima della crisi versavano in condizioni di precarietà vedono intensificarsi i fattori di rischio e nei casi di disoccupazione prolungata vedono ridursi le possibilità di indennizzo; muovono così verso situazioni di povertà acuta con forte deprivazione materiale e insicurezza alimentare che richiedono necessariamente il sostegno delle reti sociali, che vengono ad essere particolarmente sovraccaricate.

Tutte le persone che vivono una traiettoria sociale discendente sono costrette ad adottare “strategie adattive” che tengano in considerazione le ridotte (o inesistenti) possibilità di spesa, con conseguente impatto sulle condizioni abitative, sulla salute, sul deterioramento delle abilità e abitudini lavorative, sull'autostima e la salute mentale in generale. E ovviamente sulle abitudini alimentari. Maxwell e Frankenberg (1993) definiscono l'insicurezza alimentare come la mancanza di accesso sicuro e permanente ad una quantità e qualità di cibo sufficiente per garantire una vita sana e attiva, evidenziando quindi tanto la dimensione dell'accesso al cibo, che si riferisce alla sua

disponibilità, quanto quello della sua adeguatezza nutrizionale.

La ricerca ha evidenziato come quasi due terzi del campione di famiglie analizzate non aveva potuto mangiare i cibi preferiti e aveva ridotto la varietà degli alimenti, poco meno della metà non aveva cibo a sufficienza, riduceva le razioni alimentari e mangiava cibi che non gli piacevano e circa 1 persona su 5 rinunciava a uno dei pasti quotidiani e andava a letto affamato.

In generale, al crescere dell'insicurezza alimentare si osservava una riduzione del consumo di alimenti quali carne, pesce, frutta e verdure e un aumento del consumo di cereali, tuberi e legumi; quindi, una tendenza all'assunzione di carboidrati rispetto alle proteine.

Per l'infanzia è opportuna un'attenzione particolare: un'alimentazione adeguata durante l'infanzia è vitale per lo sviluppo fisico e cognitivo del bambino e carenze nutrizionali in questa età possono avere implicazioni che si faranno sentire per il resto della vita. In questo senso la mensa scolastica diventa una risorsa importante nell'alimentazione dei bambini che vivono in famiglie con insicurezza alimentare, perché la mensa garantisce non solo un'alimentazione più adeguata per i bambini ma implica anche una minore spesa alimentare per le famiglie a basso reddito. D'altronde le famiglie con minori sono anche le più vulnerabili alla crisi e i processi di esclusione sociale nell'infanzia hanno risvolti propri. I bambini hanno bisogno più di qualsiasi altro gruppo di utilizzare il tempo libero per il proprio apprendimento sociale ma la privazione materiale può provocare un senso di vergogna e una perdita di autostima che genera a sua volta ulteriore esclusione sociale. E anche la mancanza di materiale scolastico può generare ritardi nello sviluppo educativo che riducono le possibilità future di avviare traiettorie sociali ascendenti.

È evidente quindi che nelle situazioni di crisi è necessario predisporre iniziative a supporto delle fasce più vulnerabili della popolazione e che le reti di sostegno pubbliche e private giocano un ruolo fondamentale per proteggerne lo stato nutrizionale e la salute.

Le due modalità principali di aiuto sono i pacchi alimentari e il sostegno economico. La distribuzione di pacchi alimentari è cresciuta esponenzialmente negli anni di crisi e ha consentito di aiutare centinaia di migliaia di persone toccate da una traiettoria sociale discendente. Il sostegno economico è più flessibile e consente l'acquisto in autonomia da parte del beneficiario, che può così accedere ai cibi freschi e arricchire quindi la qualità della dieta.

Il limite dei pacchi alimentari è rappresentato dalla catena logistica che costringe a focalizzarsi sui cibi secchi non deperibili. Il rischio del sostegno economico può invece essere che senza un'adeguata educazione alimentare si rischia di perpetrare schemi di acquisto preesistenti che non portano ad una varietà e completezza della dieta.

Un'ultima considerazione rispetto al legame tra l'insicurezza alimentare e l'esclusione sociale: onde evitare di creare una spirale negativa che creerebbe dipendenza dall'assistenza è infatti necessario fermare ed invertire la traiettoria sociale discendente, andando a ricreare le condizioni per la generazione del reddito e dell'autosufficienza. Nella stragrande maggioranza dei casi le persone che si rivolgono alle reti di assistenza sociale, infatti, cercano essenzialmente un lavoro ed è in mancanza di questo che chiedono cibo.

## **2. UN APPROCCIO OLISTICO ALL'INSICUREZZA ALIMENTARE**

### **2.1 L'ESPERIENZA DI AZIONE CONTRO LA FAME**

Azione contro la Fame è un'organizzazione umanitaria internazionale, specialista contro le cause e gli effetti di fame e malnutrizione infantile. Da oltre 40 anni, si occupa di salvare la vita dei bambini gravemente malnutriti e di fornire alle famiglie acqua, cibo, salute e formazione per renderle autonome e vivere libere dalla fame. Allo stesso tempo si mobilita per spingere persone e governi ad un'azione collettiva contro le cause strutturali della fame.

Nel 2020 Azione contro la Fame ha aiutato oltre 25 milioni di persone in circa 50 Paesi di Africa, Asia, Medio Oriente, America Latina e Europa, sia con programmi di emergenza – anche in contesti di conflitto o di crisi climatiche – sia con programmi di sviluppo finalizzati ad accrescere la resilienza delle comunità e uscire dal circolo vizioso della povertà e della fame.

## 2.2 UN PROGETTO PILOTA A MILANO PER ACCOMPAGNARE LE PERSONE "DALL'EMERGENZA ALL'AUTONOMIA"

A inizio 2022 è partito il progetto "Mai più Fame: dall'emergenza all'autonomia" che replica anche in Italia un approccio già testato con successo da Azione contro la Fame in Spagna, Palestina, Georgia e diversi Paesi dell'America Latina e che ha anche ricevuto diversi premi e riconoscimenti come buona pratica per la promozione di una crescita inclusiva, tra cui il RegioStar Award dell'Unione Europea.

L'obiettivo è quello di supportare coloro che si trovano in una condizione di vulnerabilità e insicurezza alimentare accompagnandoli verso l'autonomia. L'intervento non si limita infatti al sostegno immediato ma mira a rendere le persone indipendenti dall'assistenza, per costruire una sicurezza alimentare a lungo termine.

Il progetto pilota coinvolge 50 famiglie vulnerabili della periferia milanese a rischio di esclusione economica e sociale; particolare attenzione viene data alle famiglie con 2 o più minori, specie se al di sotto dei 5 anni di età, a donne incinte e neo-mamme, famiglie monoparentali o famiglie dove entrambi i genitori siano disoccupati o impegnati in lavori saltuari. La sperimentazione si svolge all'interno dell'Hub Spazio Indifesa<sup>1</sup> del quartiere gallaratese di Milano, uno spazio del Comune di Milano affidato alla gestione della Fondazione Terre des Hommes e nel quale opera una rete territoriale di organizzazioni che offrono servizi gratuiti alla persona. Questo elemento di integrazione con il territorio e il resto delle realtà di sostegno è già importante per coprire in maniera sinergica e complementare un più ampio spettro di bisogni dei beneficiari e rappresenta un fattore di facilitazione in fase di avvio del progetto, agevolando l'intercettazione dei beneficiari e dei loro bisogni.

Il progetto prevede essenzialmente tre componenti: i) sostegno immediato alla spesa; ii) educazione alimentare; iii) formazione di competenze personali e professionali tramite un percorso di gruppo che favorisca l'occupabilità.

Il sostegno alla spesa risponde all'esigenza immediata di sopperire alla mancanza di reddito per effettuare gli acquisti alimentari e avviene con due diverse tessere spesa mensili: la prima, attivata in collaborazione con l'associazione IBVA con un sistema a punti-valore variabili in funzione della composizione del nucleo familiare, consente di "acquistare" i beni alimentari e di prima necessità disponibili presso il market solidale presente nell'Hub Spazio Indifesa; la seconda, del valore di 100€ mensili, attivata con un partner della grande distribuzione per una durata di 4 mesi, consente di allargare lo spettro di beni acquistabili, in modo sia di avere maggiore garanzia della disponibilità di prodotti freschi (fondamentali per la qualità della dieta) sia di lasciare maggiore flessibilità ed autonomia alle scelte dei singoli, con un approccio meno paternalistico-assistenziale e più rispettoso della dignità delle persone.

L'educazione alimentare intende promuovere presso le famiglie beneficiarie una dieta sana e bilanciata ed è una componente necessaria a ridurre il rischio che le maggiori disponibilità di risorse per l'acquisto di cibo replichino pattern di acquisto precedenti e non si traducano in nuove e più salutari abitudini alimentari. Tutte le famiglie beneficiarie ricevono innanzitutto la guida di Azione contro la Fame sulle corrette abitudini di vita e alimentari; a questa guida si affiancano poi alcuni incontri con un esperto in nutrizione che attraverso workshop interattivi supporta nella pratica l'applicazione delle indicazioni contenute nella guida. Attraverso la somministrazione di questionari periodici sarà possibile fare un'analisi di come della situazione iniziale dei beneficiari rispetto alle abitudini alimentari e alla fine del percorso rilevare miglioramenti nei comportamenti alimentari e nella percezione dell'importanza di una dieta sana.

Il terzo pilastro è quello che mira a creare le condizioni per l'autonomia e quindi la sicurezza alimentare a lungo termine. Il supporto si realizza mediante un percorso della durata di quattro mesi organizzato in incontri di gruppo bisettimanali. Le sessioni hanno lo scopo di migliorare le competenze professionali, personali e sociali di ognuno, con un notevole impatto anche su aspetti quali l'autostima, la fiducia, la motivazione e stimoli all'assunzione di responsabilità e ad un ruolo da protagonista all'interno del percorso. L'approccio di gruppo, che favorisce un ambiente collaborativo mettendo in rete le competenze di tutti i partecipanti, stimola l'aiuto e il sostegno reciproco, la circolazione dei saperi e la valorizzazione individuale, funge anche da moltiplicatore di contatti e diventa una sorta di rete di mutuo aiuto che potrà durare nel tempo. Al lavoro sulla ri-motivazione personale e il miglioramento delle competenze trasversali si affianca poi una parte più tecnica per l'acquisizione di strumenti e conoscenze utili alla ricerca attiva del lavoro mediante l'utilizzo di computer a disposizione dell'aula (stesura di un curriculum e di una lettera di presentazione, comprensione delle tecniche del colloquio e dei principali canali utilizzati per la ricerca lavoro). Particolarmente importante è l'identificazione per ciascuno dei beneficiari di un piano di azione che includa un pensiero realistico per raggiungere un obiettivo desiderato e sostenibile.

<sup>1</sup>Azione contro la Fame contribuisce anche all'assortimento di alimenti freschi, come frutta e verdura, per aumentarne la disponibilità nel market solidale

Ulteriore elemento caratterizzante del percorso è il coinvolgimento di soggetti esterni, di esponenti del mercato del lavoro per interventi nelle sessioni formative. A titolo di esempio, durante i mesi di formazione Azione contro la Fame ha coinvolto e invitato agenzie per il lavoro, aziende, rappresentanti dei settori del mercato del lavoro maggiormente interessanti per i componenti del gruppo per creare occasioni di reciproca conoscenza, di scambio e di incontro tra domanda e offerta di lavoro.

Parallelamente al percorso ogni beneficiario ha anche l'opportunità di incontrare individualmente i professionisti di Azione contro la Fame per un maggiore supporto sulle sue esigenze specifiche e sulla focalizzazione dei propri obiettivi e delle azioni per raggiungerli.

Questa metodologia rompe con il modo tradizionale di cercare un lavoro individualmente e con scarso supporto personale e professionale, puntando sulla forza del gruppo, che consente ai beneficiari di sostenersi e motivarsi a vicenda ed aumentare le loro possibilità. La valorizzazione del capitale umano, con le capacità e le caratteristiche già in possesso dei beneficiari, e la riattivazione di energie, fiducia e autostima sono elementi caratterizzanti che vanno a lavorare sui rischi di disistima e immobilismo che possono caratterizzare le persone in stato di necessità, soprattutto se versano in condizioni di vulnerabilità e assenza/precarietà del lavoro da lungo tempo.

In definitiva il progetto mira a traghettare le famiglie da una condizione di emergenza alimentare ed occupazionale, ad una condizione di autonomia nella quale arrivino a provvedere alle esigenze alimentari con proprie risorse e con un migliore bagaglio di conoscenze per orientare le loro abitudini di acquisto. Negli altri Paesi in cui Azione contro la Fame ha adottato un programma simile si sono rilevati miglioramenti sensibili delle abitudini alimentari delle famiglie dei beneficiari e un impatto rilevante, già a breve termine, sul percorso lavorativo dei partecipanti al percorso di miglioramento dell'occupabilità.



Hub Spazio Indifesa nel quartiere gallaratese di Milano



Market solidale nell'Hub Spazio Indifesa



I beneficiari del progetto "Mai più Fame: dall'emergenza all'autonomia" durante una sessione di formazione



I beneficiari del progetto "Mai più Fame: dall'emergenza all'autonomia" assistono ad un workshop sull'educazione alimentare

## FOCUS

### Gli aiuti alimentari in Italia durante la pandemia - il caso di Milano.

Durante la pandemia di Covid-19, che ha generato oltre ad un'emergenza sanitaria anche un inasprirsi delle condizioni economiche già precarie di molte famiglie in Italia, diverse sono state le misure implementate dal Governo per rispondere ai bisogni sempre crescenti dei cittadini. In particolare, tra le misure messa in atto a livello Nazionale per contrastare l'insicurezza alimentare, quella più importante ha riguardato l'erogazione di fondi ai comuni italiani per l'adozione di misure urgenti di solidarietà alimentare.

Durante la prima ondata di pandemia con l'Ordinanza n. 658 del 29 marzo 2020 del Capo Dipartimento della Protezione Civile sono stati stanziati 400 milioni di euro per distribuire aiuti alimentari alle famiglie in stato di bisogno. Successivamente, a novembre 2020 il dipartimento per gli Affari interni e territoriali ha accreditato nuovamente a comuni e regioni a statuto ordinario il medesimo fondo per continuare a garantire aiuti alimentari alle famiglie. Si tratta di aiuti essenziali, che hanno risposto ad un bisogno sempre crescente e ad una situazione di emergenza esacerbata dalla pandemia che ha reso sempre più difficili per le famiglie più vulnerabili affrontare le spese quotidiane. Anche per questo motivo a giugno 2021 ulteriori 500 milioni sono stati stanziati in favore del fondo di solidarietà alimentare con una finalità più ampia, ovvero quella di sostenere le famiglie oltre che con un supporto alimentare anche attraverso il pagamento di affitti e utenze domestiche.

Per comprendere meglio come questi fondi siano stati impiegati dai Comuni e l'impatto che hanno avuto nel supportare le persone più fragili, consideriamo il caso di Milano. Tramite i fondi stanziati dal Governo, da marzo a giugno 2020 sono state avviate una serie iniziative in favore dei cittadini grazie ad un primo Dispositivo di Aiuto Alimentare, per garantire la distribuzione degli aiuti alimentari ai soggetti fragili. Attraverso la collaborazione con Food Policy, Protezione Civile e Politiche Sociali, società pubbliche quali Milano Ristorazione, AMAT, Sogemi, ATM, il Banco Alimentare della Lombardia, la Caritas Ambrosiana, IBVA la Croce Rossa Italiana-Comitato di Milano, la Fondazione Cariplo, il Programma QuBi e la Fondazione Comunitaria di Milano hanno avviato un Dispositivo di Aiuto Alimentare che durante la pandemia potesse sopperire alla chiusura delle associazioni e degli enti caritatevoli su Milano a causa del Covid-19 e delle restrizioni. In questa prima il Dispositivo di Aiuto Alimentare ha aiutato oltre 20.700 persone e oltre 6.300 famiglie in difficoltà, distribuendo complessivamente oltre 616 tonnellate di cibo ogni settimana.

Nei mesi invernali (da dicembre 2020 a gennaio 2021) l'amministrazione ha approvato la concessione del patrocinio al progetto "Building Hope: Emergency support for hospitals and vulnerable families in Italy affected by COVID-19", promosso dalla Fondazione Avsi, organizzato in collaborazione con la Croce Rossa Italiana - Comitato di Milano e finanziato dall'Agenzia degli Stati Uniti per lo Sviluppo Internazionale (USAID). Questa collaborazione ha permesso di organizzare un rifornimento extra di pacchi alimentari a circa 12.000 persone in difficoltà. Come dichiarato dal Vicesindaco con delega alla Food Policy Anna Scavuzzo ***"Un altro tassello si aggiunge all'azione del Comune di Milano in favore delle persone che maggiormente stanno subendo le conseguenze economiche derivanti dal prolungarsi della pandemia. Questa azione ben si integra con il nuovo Dispositivo di Aiuto Alimentare, andando a rafforzare, grazie anche a nuovi partner, il quadro di interventi dedicati al contrasto della povertà alimentare e a garantire l'accesso al cibo sano a più persone possibile: una delle priorità anche in questa fase per l'attuazione della Food Policy di Milano."***

Infine, una nuova fase del Dispositivo di Aiuto Alimentare è stata realizzata grazie agli ulteriori fondi arrivati dal Governo, di cui 700.000 euro sono stati destinati agli enti del terzo settore per sostenere modelli operativi di aiuto alimentare per l'anno 2021, già attivi precedentemente. Il nuovo Dispositivo di Aiuto Alimentare ha visto il coinvolgimento di 6 enti del terzo settore: EMERGENCY, IBVA, Fondazione Fratelli di San Francesco d'Assisi, Associazione comitato quartieri case popolari Molise-Calvaire-Ponti, Caritas Ambrosiana, Terres des Hommes Italia. I fondi stanziati per i mesi da marzo a dicembre 2021, sono andati a potenziare modelli operativi già esistenti comprendenti la distribuzione di pacchi alimentari, empori alimentari, botteghe solidali e mensa sociale e distribuzione di pacchi.

## FOCUS

Il contrasto all'insicurezza alimentare sul lungo periodo – intervista a Stefano Marchetti e Luca Secondi.

*“Prima di tutto è importante, a nostro avviso, sottolineare l'importanza del livello locale, dal quale deve partire la pianificazione degli interventi. In questo senso ci sentiamo di appoggiare completamente la strategia di Urban Food Policy, dove è il sistema territoriale di piccole dimensioni che deve essere analizzato. Riprendendo i risultati del nostro studio abbiamo trovato eterogeneità non solo tra regioni ma all'interno di ogni singola regione per le diverse province. In questo senso sono fondamentali strategie di intervento che siano pianificate a livello locale. Per fare questo la necessità è di avere dei dati affidabili che consentano una misurazione del fenomeno a livello locale come priorità di intervento. Per ogni sistema locale deve esserci una misura dell'insicurezza alimentare robusta in termini statistici, con dei dati affidabili che riflettano la struttura della popolazione di un determinato sistema territoriale in modo tale che gli interventi siano inclusivi e realmente a favore delle famiglie più povere e che vadano a cogliere la povertà come peculiarità di quel sistema territoriale. A questo punto si potrà parlare di interventi efficaci, quindi di sussidi e contributi economici che siano legati al territorio e quindi al costo della vita reale in un determinato sistema territoriale. Questo per quanta riguarda l'esigenza di ridurre le disuguaglianze economiche.*

*Un'altra modalità di intervento potrebbe essere focalizzata ad agire lungo la catena di approvvigionamento nella produzione di cibi salutari, facendo l'opposto di quello che si fa per i cibi quali bibite gassate che, specialmente in altre realtà europee, sono state tassate ulteriormente per evitarne il consumo. Allo stesso modo si potrebbero forse adattare le politiche fiscali in modo da agevolare l'accesso a tutti per quei cibi che sono considerati salutari e sani e che compongono la cosiddetta dieta mediterranea. Questo sempre in termini di interventi di politica economica.*

*Infine, secondo noi l'aspetto più importante è quello di cercare di modificare il comportamento del consumatore attraverso le cosiddette campagne di formazione e informazione, ovvero formare il consumatore verso uno stile di vita sostenibile già a partire da un'età scolare e fare in modo che ad esempio l'educazione alimentare sia riflessa in tutta la famiglia verso un modello di alimentazione sostenibile. Conoscenza e cultura giocano un ruolo chiave dappertutto e l'alimentazione non è un'eccezione. In questo momento si sta parlando molto delle etichette sugli elementi, aspetto che potrebbe aiutare nel favorire un'educazione di massa, andando ad informare i cittadini le persone su quali alimenti è consigliato consumare più o meno spesso sulla base delle evidenze degli studi dell'Organizzazione Mondiale della sanità oltre che per veicolare informazioni in termini di sostenibilità. Nel frattempo, è essenziale fare informazione sul campo; nelle scuole, nelle mense possibilmente attraverso programmi coordinati dal Ministero dell'Istruzione che insegnino ad esempio quali alimenti acquistare, come conservare i cibi, la pericolosità di alcuni cibi, i metodi di preparazione. Non è solo l'alimento di per sé ma anche il metodo di preparazione che può definire se un cibo sia salutare o meno. L'informazione dovrebbe essere all'inizio di ogni divulgazione delle ricerche di questo genere, in quanto è l'elemento che consente di fare la differenza.”*

## 2.2.1 CHI SOFFRE DI INSIUREZZA ALIMENTARE A MILANO? IL PROFILO DEI BENEFICIARI DEL PROGRAMMA

L'incontro con le famiglie beneficiarie del progetto nella periferia di Milano ci ha permesso di raccogliere i primi dati al fine di identificare le caratteristiche socio-demografiche, così come le abitudini alimentari dei soggetti più vulnerabili che si trovano nel territorio di Milano.

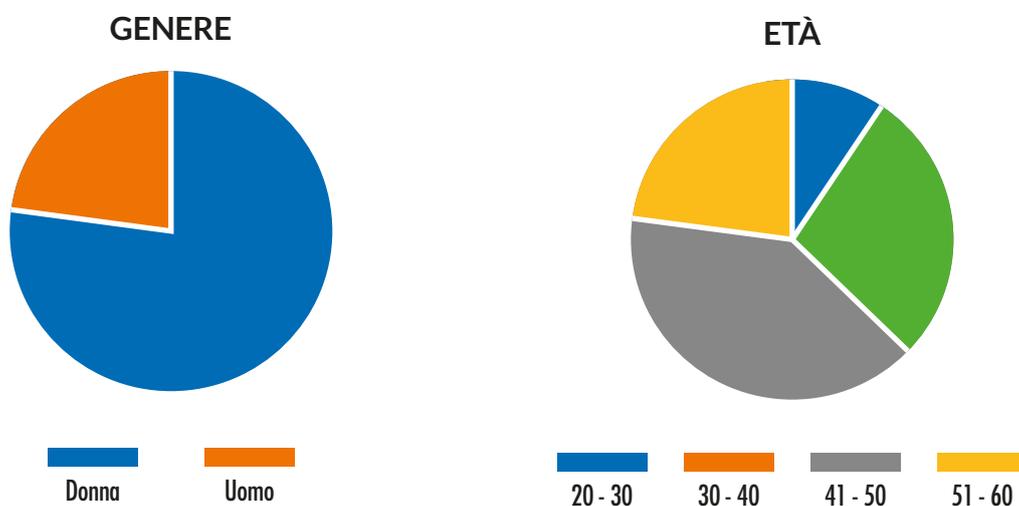
L'80% sono donne: un dato che conferma l'evidenza secondo la quale, negli ultimi anni, siano state proprio loro le più colpite dalla condizione di emergenza. Le prime evidenze ci informano anche che hanno una età compresa tra i 30 e i 60 anni. Più della metà delle persone del campione dichiara di essere divorziata, separata o single, mentre il restante 44% è coniugata o convivente. Rispetto alla composizione del nucleo familiare, il 90% dichiara di far parte di una famiglia monoparentale o composta da due genitori e di avere uno o più figli minorenni a carico.

Si tratta di un dato rilevante anche alla luce delle evidenze riportate da Istat nel Report Povertà 2020, all'interno del quale la presenza di figli minorenni è identificata come una causa della crescita dell'indice di povertà nelle famiglie.

Sempre in relazione al report Istat, il livello di istruzione costituisce un altro fattore importante da considerare nel momento in cui andiamo a "fotografare" la condizione di povertà delle famiglie. I dati relativi al progetto mettono in luce una spaccatura: da una parte, il 45% dei soggetti dichiara un livello di istruzione che oscilla tra la mancanza di alfabetizzazione fino al titolo di scuola media; il restante 65% dichiara un livello di istruzione compreso tra la scuola superiore e la laurea magistrale. Si tratta di un segnale senz'altro positivo: un percorso di supporto e reintroduzione al mondo del lavoro, infatti, potrebbe permettere a queste persone di accedere a posizioni lavorative soddisfacenti, in grado di garantire loro una fonte di reddito adeguata.

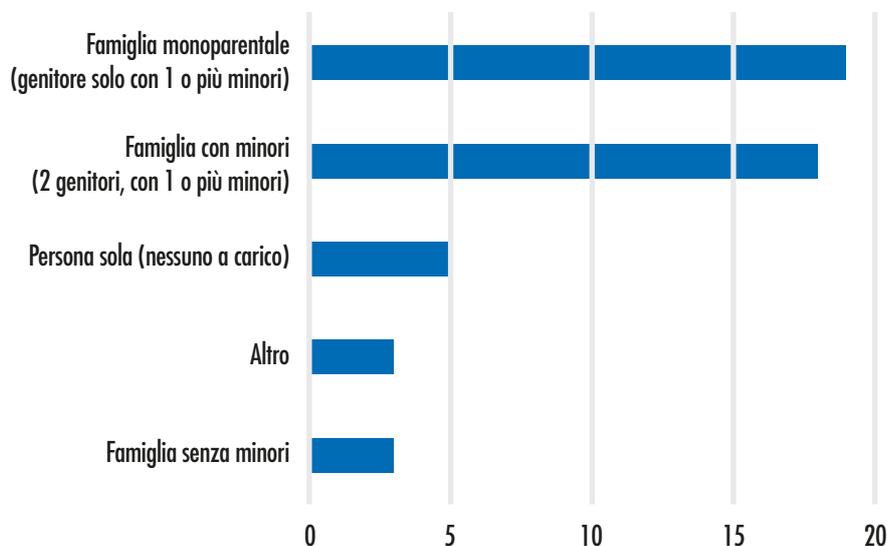
La mancanza di un'occupazione accomuna tutte le persone in difficoltà che si sono rivolte ad Azione contro la Fame attraverso il progetto "Mai più Fame: dall'emergenza all'autonomia". Parte del percorso si focalizza, infatti, sulla possibilità di trovare un'opportunità di lavoro che possa garantire alle famiglie di affrontare spese quotidiane e condurre una vita dignitosa.

La percentuale di soggetti che dichiara di trovarsi in una condizione di disoccupazione da più di 12 mesi è pari alla metà del campione, mentre la parte restante dichiara di essersi trovata in una condizione di disoccupazione solo negli ultimi mesi o di essere stata occupata in lavori occasionali o senza contratto. Questa condizione è spesso estesa all'intera famiglia: infatti, più della metà del campione comunica di vivere in una famiglia in cui tutti i membri sono disoccupati. Spesso si tratta di nuclei familiari nei quali più generazioni vivono nella stessa casa, o di nuclei più piccoli ma in condizioni abitative difficili come abitazioni abusive o condivise con altre famiglie. Aspetto che dimostra come la condizione di partenza della famiglia di origine spesso vada strettamente ad influenzare la situazione della persona in termini di livello di istruzione, reddito e ricchezza.

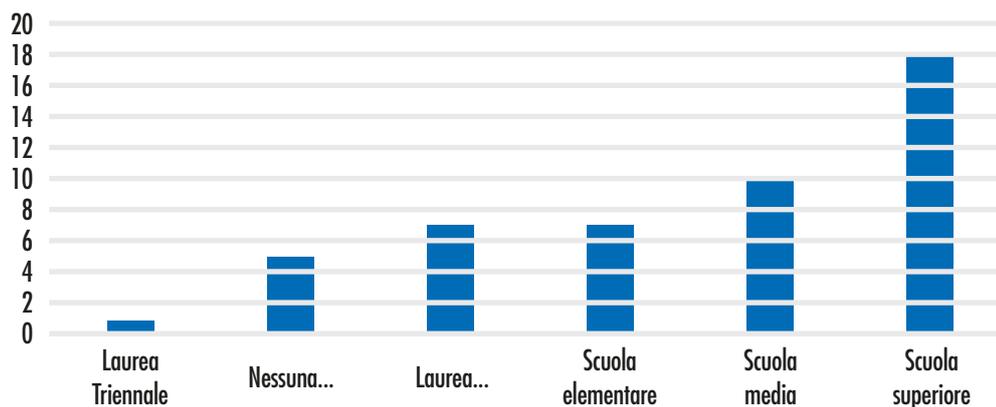


Fonte: Elaborazione dati dal Progetto "Mai più Fame: dall'emergenza all'autonomia"

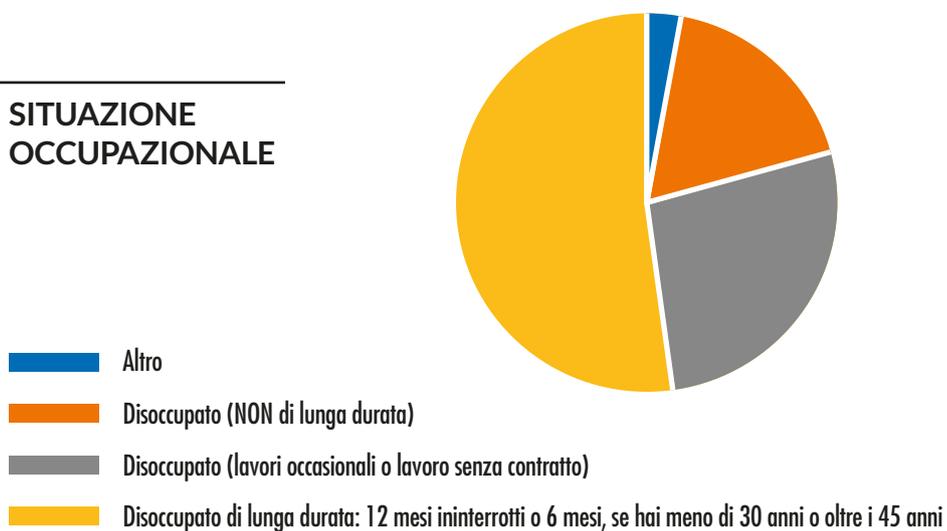
### TIPO DI FAMIGLIA



### PERCORSO EDUCATIVO



### SITUAZIONE OCCUPAZIONALE



Fonte:  
Elaborazione  
dati dal Progetto  
"Mai più Fame:  
dall'emergenza  
all'autonomia"

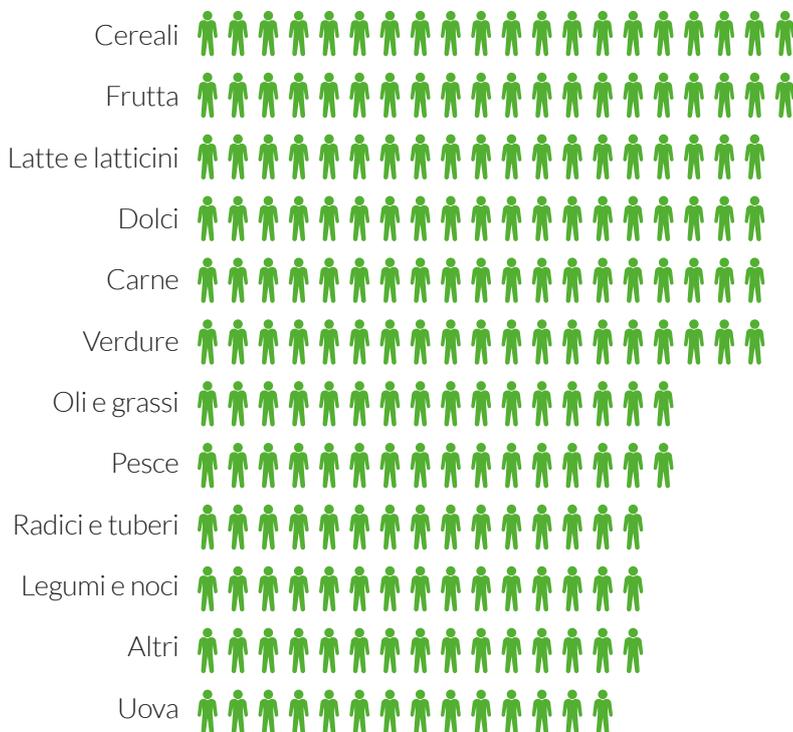
## 2.2.2 LE CONSEGUENZE DELL'INSICUREZZA ALIMENTARE: L'IMPATTO SULLE ABITUDINI ALIMENTARI

Oltre ad un'iniziale analisi di tipo demografico delle famiglie che hanno presentato domanda di adesione al progetto, è stato possibile svolgere una attività di indagine sulle abitudini alimentari delle prime venticinque famiglie che hanno iniziato i percorsi formativi lo scorso 7 marzo, guidate dai nostri professionisti.

È stato possibile rilevare l'indice HDDS (Household Dietary Diversity Score), che misura l'accesso ai beni alimentari dei beneficiari all'inizio del progetto. Questa "unità di misura" descrive la dieta alimentare delle famiglie sulla base del numero di "gruppi alimentari" consumati da un nucleo familiare nelle ventiquattro ore precedenti. I gruppi alimentari considerati sono: cereali, radici e tuberi, verdure, frutta, carne, uova, pesce, legumi e noci, latte e latticini, oli e grassi, dolci e altri come spezie, condimenti e tè. Maggiore è il numero di gruppi alimentari consumati, più diversificata sarà la dieta familiare in termini di adeguatezza calorica e proteica, percentuale di proteine provenienti da fonti animali e reddito familiare, come riportato dall'International Dietary Data Expansion (INDDEx) Project.

Il punteggio della famiglia può andare da 0 a 12 ed è uguale al numero totale di gruppi alimentari consumati. All'interno del nostro campione di beneficiari, l'indice HDDS è risultato pari a 7,69, valore che sottolinea una generale difficoltà ad accedere ad una dieta sana diversificata, la quale può essere dovuta sia ad una situazione di insicurezza alimentare che va ad incidere sulla quantità dei cibi consumati che ad una mancanza di educazione alimentare. Dal grafico possiamo osservare come ad esempio i dolci rientrano tra i gruppi alimentari più consumati, mentre il pesce, ricco di micronutrienti, è consumato molto meno dai beneficiari.

### GRUPPI ALIMENTARI CONSUMATI DAI BENEFICIARI NELLE ULTIME 24 ORE



Fonte: Elaborazione dati dal Progetto "Mai più Fame: dall'emergenza all'autonomia"

Al termine del programma sarà possibile vedere come si sarà evoluto l'indice HDDS e poter valutare quindi l'impatto del programma in termini di abitudini alimentari.

Un'ulteriore valutazione delle abitudini alimentari dei beneficiari del progetto è stata condotta attraverso l'utilizzo del questionario SEDCA, realizzato dalla *Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación* e volto ad investigare la qualità della dieta abituale di un adulto sano.

Attraverso una serie di domande e il calcolo di un punteggio che va da 0 a 16 punti è possibile valutare la frequenza del consumo di cibo e la qualità delle scelte alimentari, al fine di ottenere un risultato che permetta di sapere in quali aspetti è possibile migliorare la dieta. Nel caso del nostro campione di beneficiari la media dei punteggi ottenuta è pari a 8,8, a dimostrare che in Italia il problema della fame è legato, più che ad una totale mancanza di accesso al cibo, ad una difficoltà ad accedere ad una dieta sana e nutriente che possa supportare adeguatamente il fabbisogno energetico della persona; questo spesso avviene a causa di una disponibilità economica ridotta, che spinge le famiglie a mettere in atto strategie di adattamento quali la riduzione della qualità o della quantità del cibo.

Dall'analisi delle risposte dei beneficiari emergono, contemporaneamente, due abitudini alimentari distinte. Da un lato la tendenza a consumare ridotte quantità di pesce (più del 40% del campione non consuma quotidianamente pesce durante la settimana) e di verdura (un terzo dei beneficiari non consuma regolarmente una porzione di verdura a pasto). Dall'altra emerge chiaramente l'impatto che può avere la mancanza di un'educazione alimentare. È infatti molto frequente il consumo di cereali con zucchero, pasticcini, marmellate commerciali, bevande zuccherate e un disinteresse evidente da parte della maggior parte del campione a consultare le proprietà nutrizionali degli alimenti acquistati o ad integrare soluzioni più salutari, come il consumo di prodotti integrali.

Come abbiamo visto precedentemente nel report realizzato da Azione contro la Fame in Spagna, spesso le scelte alimentari di chi si trova in condizioni di difficoltà economica si basano sulla necessità di trovare cibi in grado di saziare a basso costo e questo ha, di conseguenza, un impatto sulla dieta delle persone.

### 3. CONCLUSIONI

Dopo decenni di diminuzione, la fame nel mondo è tornata a crescere da diversi anni e ha subito una forte accelerazione legata alla pandemia da Covid-19; in questo contesto, anche in Italia si registra un trend di crescita della povertà e dell'insicurezza alimentare.

Particolarmente esposte al rischio di non potersi permettere una dieta sufficiente, sana e bilanciata sono le famiglie con quattro o più componenti, con presenza di minori, soprattutto se monoparentali; fattore determinante è ovviamente lo stato occupazionale che, in contesti di crisi come quello della pandemia, espone alla vulnerabilità anche individui che in precedenza si trovavano in una situazione di relativa sicurezza.

A fronte della crisi alimentare legata alla pandemia, fondamentali sono stati gli interventi di sostegno da parte del Governo, delle istituzioni locali e delle realtà del Terzo Settore che, insieme alla famiglia, rappresentano le principali reti di appoggio per le famiglie vulnerabili.

Una ricerca condotta da Azione contro la Fame alcuni anni fa per indagare l'insicurezza alimentare in contesti di crisi economica in un paese sviluppato ha analizzato le dinamiche di una traiettoria sociale discendente, evidenziato il ruolo essenziale delle reti di appoggio e i pro e contro dei meccanismi del sostegno economico e dei pacchi alimentari.

Partendo dalle evidenze della ricerca e dalle esperienze sviluppate in Spagna, Georgia, America Latina e nei Territori Palestinesi, Azione contro la Fame ha lanciato in Italia il progetto pilota "Mai più fame: dall'emergenza all'autonomia" che mira a sostenere i bisogni delle famiglie vulnerabili e realizzare i presupposti per una sicurezza alimentare nel lungo periodo; con un approccio olistico costituito da sostegno alla spesa, educazione alimentare e un percorso di gruppo per la formazione e l'accompagnamento all'occupabilità, le esperienze in altri contesti geografici hanno evidenziato benefici sia in termini di diversificazione della dieta e delle abitudini alimentari sia in termini di autonomia reddituale e, quindi, affrancamento dalla vulnerabilità.

Evidenze positive anche dal pilota italiano potranno rappresentare una conferma dell'adeguatezza di questo approccio all'insicurezza alimentare e costituire la base per un'espansione del metodo e del progetto anche in altre aree del nostro Paese.



**PER IL CIBO  
PER L'ACQUA  
PER LA SALUTE  
PER LA NUTRIZIONE  
PER LA CONOSCENZA  
PER I BAMBINI  
PER LE COMUNITÀ  
PER TUTTI  
PER SEMPRE**

**PER L'AZIONE  
CONTRO LA FAME.**



[www.azionecontrolafame.it](http://www.azionecontrolafame.it)