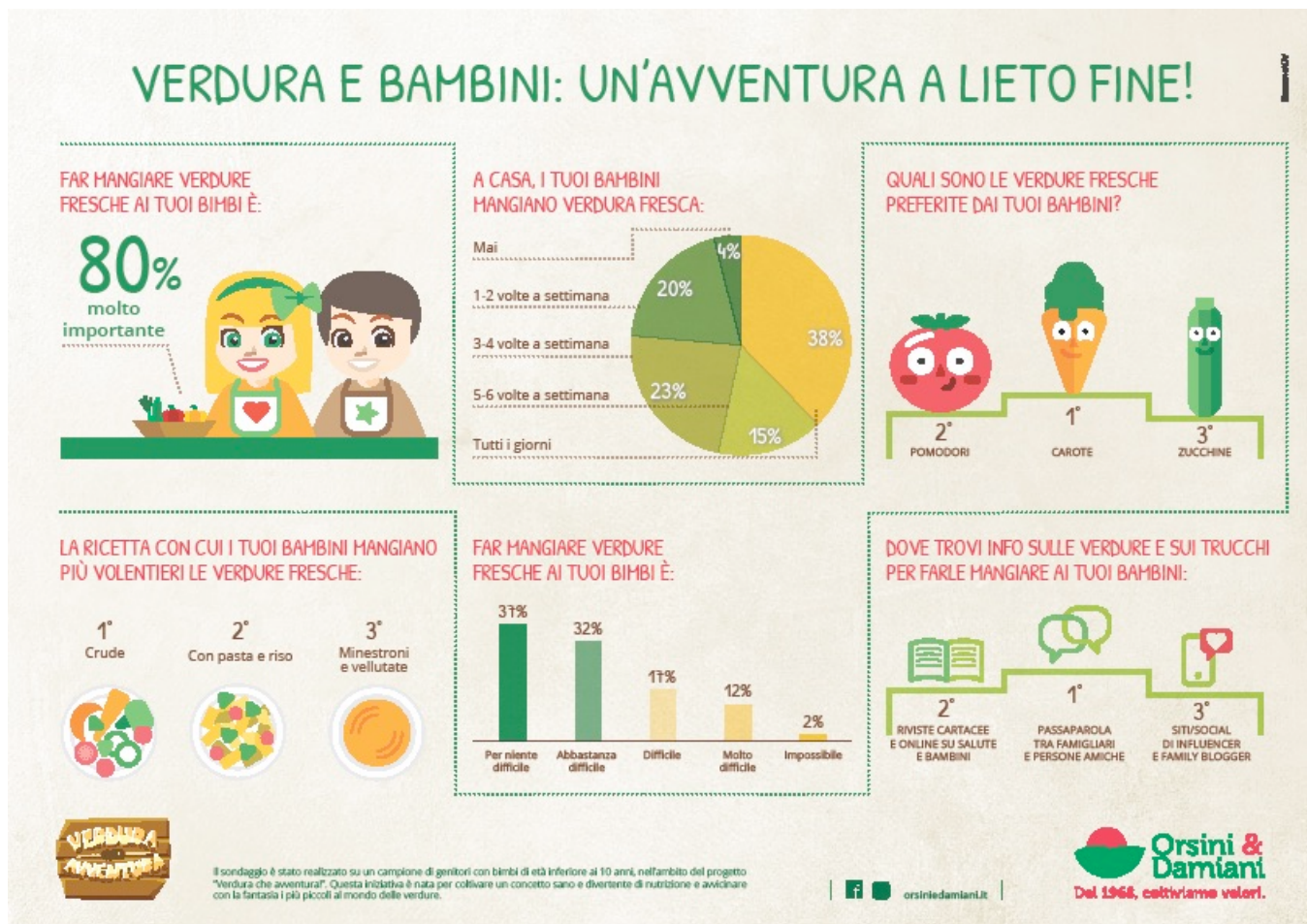


Far mangiare la verdura ai bambini: avventura possibile!

I risultati del sondaggio di Orsini & Damiani



Monteprandone (AP), 10 novembre 2020: Bambini e verdure, un binomio non sempre facile. Questione di gusti, certo, ma anche della difficoltà di certi ortaggi ad essere preparati da mamme e papà sempre più di corsa, presi tra tanti impegni dentro e fuori casa. D'altra parte verdure e ortaggi sono un insieme di alimenti preziosi e irrinunciabili per la crescita armoniosa dei piccoli e per il benessere del futuro adulto.

Partendo da tale presupposto, con l'obiettivo di coltivare un concetto sano e divertente di nutrizione e avvicinare con la fantasia i più piccoli al mondo delle verdure, l'azienda marchigiana **Orsini e Damiani** ha recentemente lanciato sui propri canali social un sondaggio per indagare la relazione bimbi - verdura -



genitori.

Dall'indagine sono emerse conferme, sorprese e tanti spunti per migliorare l'appetibilità e la comunicazione al target in esame delle varie referenze di Orsini e Damiani e per crearne di nuove.

Tra le conferme l'importanza dichiarata di far mangiare verdura fresca ai propri bambini ("molto importante" per l'80% degli intervistati) e la difficoltà a mettere in pratica tale sana abitudine (solo il 37% dei rispondenti dice "per niente difficile"). Difficoltà, tra l'altro, molto sentita per la fascia di genitori particolarmente attenti alla sana alimentazione; il 62,5% dei genitori che dicono che far mangiare verdure fresche a casa è "molto importante" dichiara infatti che riuscirci è da "abbastanza difficile" a "impossibile". Conseguentemente su 14 potenziali pasti in casa sono appena il 38% gli intervistati che dichiarano che i loro bimbi mangiano verdura fresca tutti i giorni, mentre c'è addirittura un 47% per cui i bimbi la consumano da meno di 4 volte nell'arco della settimana a mai.

Tra le sorprese emerse col sondaggio vi è la sostanziale semplicità delle ricette con cui i genitori riescono a far mangiare più volentieri tali alimenti ai bambini.

Per la interpretazione scientifica dei risultati scaturiti dalla survey le sorelle **Laura e Alessandra Damiani**, rispettivamente Direttrice e Responsabile Qualità e Commerciale dell'omonima azienda specializzata nella produzione e lavorazione di orticole, si sono affidate al **Dottor Donegani**, tecnologo alimentare esperto in nutrizione, nonché consigliere e Past President di Food Education Italy.

Relativamente alla frequenza di consumo di verdure fresche a casa (patate e legumi esclusi), Giorgio Donegani osserva « I dati raccolti rivelano grandi spazi di crescita per il consumo di verdure fresche, perché è positivo che le mamme siano consapevoli dell'importanza delle verdure fresche ma, d'altra parte, una quota troppo elevata di bambini non le consuma quotidianamente e addirittura uno su quattro le mangia al massimo un paio di volte la settimana. Per un'alimentazione davvero completa, le verdure dovrebbero invece comparire in tavola ogni giorno e possibilmente sia a pranzo sia a cena. È dimostrato, infatti, che l'apporto di sali minerali, vitamine e composti protettivi provenienti dalle verdure fresche - importante per tutti - lo è a maggior ragione per i soggetti in crescita: non solo garantisce loro le sostanze necessarie per il corretto svolgersi dei processi vitali associati allo sviluppo, ma contribuisce a supportare e stimolare l'efficienza dei sistemi di difesa dell'organismo, messi a dura prova in questo periodo.»

Le verdure preferite dai bambini sono risultate nell'ordine carote, pomodori e zucchine, ortaggi preferiti per il colore, la facilità di consumo e il sapore neutro, nonché abituali per bimbi e genitori, poiché, con l'eccezione del pomodoro, sono tra i primi alimenti a comparire nella dieta solida dei bimbi. Dal punto di vista



nutrizionale osserva Donegani «Già alternare in tavola carote, pomodoro e zucchine permette di contare su un mix variato e sufficientemente completo, perché al diverso colore delle verdure corrisponde una differente presenza di sostanze che hanno effetti positivi sull'organismo. L'arancione delle carote, per esempio, indica il loro alto contenuto di beta carotene, che l'organismo trasforma poi in vitamina A, importante sia per la protezione della pelle, e delle mucose, sia per la lotta a i nocivi radicali liberi, sia per la salute della vista. Da parte loro i pomodori non solo forniscono buone quantità di potassio e vitamina C, ma sono una fonte privilegiata di licopene, la sostanza che dà il colore rosso e difende i tessuti corporei dal danno ossidativo (per esempio prodotto dallo smog). Le zucchine, infine, forniscono sia clorofilla (la parte verde) che ha azione tonificante, sia luteina, che interviene proteggendo la salute della retina. Sarebbe però opportuno allargare l'assortimento della proposta di verdure, e nel caso dei bambini l'idea di giocare sulla loro forma e sui loro colori può essere vincente, per stimolare la creatività nel comporre un vero e proprio *"arcobaleno"* nel piatto, tanto stimolante a vedersi, quanto sano per la crescita. Ben vengano dunque anche gli ortaggi dal colore bianco come i finocchi, quelli violetti come le barbabietole, e tutto ciò che aiuta a variare la proposta. »

Sul fronte delle ricette con cui i bambini mangiano più volentieri la verdura fresca a casa, poco citate sono risultate frittate, polpette, torte salate, insomma, quei piatti in cui le verdure sono nascoste e certo non ingrediente primario. Al contrario, le ricette maggiormente indicate da mamme e papà sono verdure crude mangiate tal quali (sgranocchiate tipo snack) o condite in pinzimonio o in insalata anche con altri ingredienti, seguite da verdure variamente preparate come condimento di pasta, riso o cous cous (in padella, ragù, crema, pesto,...), e infine il gruppo dei minestrone, passati e vellutate. Ricettazioni, dunque, molto semplici, che al massimo mascherano la verdura frullandola. Nelle risposte colpisce infatti l'uso frequente della parola *"semplicemente"*: *"nella maniera meno elaborata e più semplice possibile"*, *"semplicemente cotte in padella"*, *"semplicemente verdure fresche, non cotte, condite con un po' d'olio e sale"*.

Tale risultato è frutto probabilmente anche della mancanza di tempo dichiarata dagli intervistati in relazione alla scarsa propensione a cucinare certe verdure (che poi guarda caso sono tra le meno preferite dai bambini) e delle indicazioni dei pediatri, sempre più attenti a contrastare l'obesità infantile e a far introdurre gli alimenti singolarmente. Colpisce tuttavia come tale tendenza aderisca perfettamente anche con quanto emerso a Cibo a Regola d'Arte, il food festival del Corriere della Sera, che si è svolto l'8 novembre a Milano alla presenza di chef stellati e svariati esperti. In tale contesto, lo storico dell'alimentazione Massimo Montanari ha indicato quale segreto per la rivincita della cucina italiana *"la semplicità, che è un punto di arrivo, non di partenza"*.

Commenta a tal riguardo l'esperto di nutrizione Donegani « I bambini sono



impegnati in un percorso di scoperta del gusto e di costruzione delle proprie preferenze e la semplicità delle preparazioni non solo aiuta questo percorso, ma consente di sfruttare al meglio anche il valore nutritivo dei prodotti. Il consumo di verdure crude permette di assimilare anche le vitamine cosiddette “termolabili” che si perderebbero in parte con la cottura, ma anche la proposta di verdure cotte con pochi grassi o al vapore costituisce un’ottima scelta, perché la cottura ammorbidisce le fibre, può migliorare l’appetibilità e, nel caso dei pomodori quando li usiamo per i sughi, rende anche più facile l’assorbimento del licopene. Nel caso poi dei bimbi che amano zuppe, passati e minestroni, vale la pena di coltivare questa loro passione: nel brodo di cottura si ritrovano infatti i sali minerali che nella semplice bollitura andrebbero persi. Senza dimenticare che una zuppa o un passato, con un filino d’olio extravergine, dei crostini di pane e un’abbondante spolverata di formaggio si trasforma in un perfetto piatto unico.»

Il sondaggio ha voluto indagare anche i canali più utilizzati dai genitori per avere informazioni sulle verdure (a cosa fanno bene, stagionalità, ..) e sui trucchi per farne mangiare di più ai bambini. Stravince il vecchio passaparola tra amici e familiari, seguito a distanza quasi a pari merito dalla riviste cartacee e online che si occupano dell’area salute / infanzia e dai siti e social di influencer e family blogger. Ancora più distaccati con frequenza di segnalazione quasi identica seguono i siti delle aziende di produzione di ortofrutta e il pediatra. Fanalino di coda le riviste area donna e cucina e “Frutta nelle scuole”, programma europeo attivo in Italia dal 2012. Finalizzato a combattere obesità e sovrappeso negli alunni delle scuole primarie, attraverso la distribuzione di frutta e verdura gratuita in orario scolastico, il programma prevede anche attività didattico-esperienziali, ritenute in generale carenti per riuscire a formare e informare i giovani studenti.

La suddetta indagine si è sviluppata nell’ambito del progetto di più ampio respiro, **“Verdura, che avventura!”**, un “percorso verduroso” di avvicinamento e di familiarizzazione dei più piccoli con il ricco mondo delle verdure attraverso il gioco e le favole, scaricabili dallo scorso maggio dal sito www.orsiniedamiani.it/verdura-che-avventura.





VERDURA, CHE AVVENTURA!

Oltre all'obiettivo della educazione alla sana alimentazione con attenzione al target bambini, ovvero i consumatori di domani, la survey condotta sui canali social di Orsini & Damiani ha contribuito ad avvicinare l'azienda alla propria community, tramite la condivisione di valori comuni, appunto il cibo sano, l'educazione alimentare, il rispetto dell'ambiente e delle persone. Il sondaggio è stato la molla per attivare un **piano di Digital PR**, portando l'azienda a mettersi in relazione e soprattutto in ascolto delle persone. Ascolto e relazione sono sempre più elementi chiave nell'uso corretto dei social, perché consentono di conoscere la propria fanbase e di poter dare risposte ai loro veri bisogni informativi e valoriali; sono fattori strategici per costruire fiducia, reputazione ed empatia del rapporto e per offrire contenuti autentici per l'area R&S.

L'area R&S è estremamente importante per le due imprenditrici col pallino dell'innovazione, che infatti ha sempre contraddistinto Orsini & Damiani. Nel 2016 è stata la prima azienda italiana a lanciare gli **spaghetti di verdura** sul mercato nazionale, spinta dall'esigenza di uscire dalla solita presentazione degli ortaggi vissuti come mera commodity e di offrirli in maniera originale, sorprendendo il consumatore, ma anche i buyer, e cercando al contempo un'idea per facilitarne il consumo specie tra i bambini.

Tale referenza è stata poi affiancata dalla linea Mangiatutto, che ogni Natale si arricchisce della limited edition di zucca di I gamma evoluta, tagliata a forma di cuori, stelle e alberi di Natale, molto apprezzata, non solo dai bambini.





La scommessa delle sorelle Damiani è riuscire a migliorare la percezione del valore e l'utilizzo della verdura da parte dei genitori e renderle simpatiche e gradite ai bambini, in maniera da aumentarne la presenza sulle tavole. La sfida è grande, come è grande la posta in gioco: piantare oggi il seme di una sana alimentazione, per far germogliare un nuovo domani, migliore, per tutti! E per far questo sono già in cantiere altri originali sviluppi.

Ufficio stampa Orsini e Damiani

Anna Parello 377 4201495

Contatti aziendali

Laura Damiani, Resp. di Produzione, 3346845001

Alessandra Damiani, Res. Commerciale e Resp. Qualità e Controllo, 335 6210547

amministrazione@orsiniedamiani.it

www.orsiniedamiani.it

facebook.com/orsiniedamiani

instagram.com/orsiniedamiani.1968



MORE INFO SULL'AZIENDA

Orsini & Damiani, nata nel 1968, è un'azienda marchigiana specializzata nella produzione e commercializzazione di ortaggi di 1° gamma e 1° gamma evoluta, molto attenta alla valorizzazione dei prodotti locali e alla produzione sostenibile, tanto da aver creato la linea Gaia Bio.

L'azienda, infatti, lavora mediamente 8.000 tonnellate all'anno di orticole, ottenute in parte dai 20 ha in proprietà e per il resto conferite da oltre 20 produttori selezionati ubicati principalmente nelle Marche e in Abruzzo, forte di 8.000 mq di magazzini di lavorazione e di 10.000 m3 di celle frigo.

Tra le principali colture lavorate sono finocchi, pomodori, brassicacee, zucchine, carote, porri, bietole da costa e da foglia, cicorie, radicchi, indivia scarola e riccia, sedano.

Orsini & Damiani commercializza il 95% dei suoi prodotti sul mercato interno, in particolare il 90% nella GDO e il 10% sul Normal Trade e Specializzati bio. Il restante 5% viene esportato verso la Germania.

Laura e Alessandra Damiani sono socie dell'Associazione Nazionale le Donne dell'Ortofrutta; a dimostrazione della loro attiva partecipazione alla rete rosa, Alessandra è stata nominata coordinatrice per la Regione Marche.

