

## Affittare casa per le vacanze, le regole per non avere brutte sorprese

martedì 13 luglio 2021

6 consumatori su 10 usano gli integratori alimentari in chiave preventiva e come sostegno a disturbi quali ansia, stress e difficoltà a dormire. La pandemia ha dato una spinta e nel 2020 sul mercato sono arrivati quasi il 12% di consumatori “nuovi” al mondo degli integratori.

Gli integratori alimentari si muovono in un campo compreso fra prevenzione e rimedio. Fra la volontà di rafforzare il sistema immunitario e il rimedio a disturbi quali stress, stati d'ansia e difficoltà legate al sonno. Non è difficile da comprendere: la pandemia ha avuto, fra i suoi effetti, anche quello di rendere il sonno più difficile. E così qualche consumatore è andato in farmacia, si è fatto consigliare, ha iniziato ad assumere melatonina o simili.

**Integratori alimentari, il consumo dopo la pandemia**

Per sei italiani su dieci, la prevenzione e il sostegno a un sano stile di vita sono le principali motivazioni di acquisto e consumo degli integratori alimentari. Si usano integratori in via preventiva per rinforzare il sistema immunitario e come supporto, a disturbo presente, contro ansia, stress, difficoltà a dormire. La pandemia ha dato un'ulteriore spinta al consumo di integratori alimentari.

Nel 2020 il mercato ha addirittura acquistato nuovi consumatori, un 12% di new comers – nuovi arrivati – che per la prima volta si sono rivolti al mondo degli integratori per prevenzione e per rinforzare il sistema immunitario, proprio e dei familiari.

Sono i principali risultati di una ricerca commissionata da Integratori Italia, associazione di categoria aderente a Confindustria e parte di Unione Italiana Food, a Kantar per capire come sia cambiato il consumo degli integratori alimentari nel 2020, l'anno della pandemia. Il coronavirus ha infatti avuto un impatto e forse aperto nuove possibilità a un mercato già diffuso.

Altre indagini hanno evidenziato che il consumo di integratori alimentari è «un fenomeno di massa, che coinvolge molti cittadini e muove una quota rilevante della nostra economia» (Eumetra, maggio 2021). Ormai il consumo di integratori alimentari riguarda più o meno la metà della popolazione, anche se fa uso di integratori alimentari chi se le può permettere di più – la recente ricerca Eumetra parla di status sociale alto e di alto livello di istruzione. Più della metà di chi usa integratori alimentari lo fa per scelta individuale.

**Integratori, salute, malesseri**

**In questo contesto, le preoccupazioni sanitarie legate alla pandemia non sono state**

neutrali. E forse hanno dato vita a nuovi bisogni. In ogni caso, dalla ricerca commissionata da Integratori Italia emerge che «il 58% degli intervistati assume integratori per preservare o migliorare lo stato di salute, in particolare come supporto fisico per il sistema immunitario o come aiuto per malesseri legati allo stress, agli stati d'ansia e ai disturbi legati al sonno».

Il consumatore di integratori alimentari non è uno sprovveduto. È attento agli ingredienti. Legge l'etichetta.

Chi già usava integratori prima della pandemia è attento alla prevenzione e alla regolarità nell'assunzione e ha iniziato a coinvolgere anche i familiari nel consumo di integratori. I consumatori di integratori sono mossi soprattutto da motivazioni legate alla salute e all'alimentazione sana ed equilibrata.

«Il 12% delle persone intervistate si è dichiarato new comer, ovvero nuovo al mondo degli integratori – dicono da Integratori Italia – Coerentemente con la diffusa preoccupazione per la salute, la maggior parte dei new comers utilizza integratori in ottica preventiva, da un lato per prevenire l'insorgere di disturbi (39%), dall'altro per rafforzare le difese immunitarie (sia proprie che dei familiari – 38%). Il cambiamento delle abitudini legate soprattutto alle restrizioni necessarie per limitare il diffondersi del virus ha influito negativamente sul benessere psico-fisico di molte persone. Nel corso del 2020, infatti, si è registrato un incremento di disturbi quali stress, ansia e peggioramento della qualità del sonno. Per risolverli, il 36% dei new comers intervistati ha dichiarato di essersi affidato per la prima volta a prodotti da banco, tra cui gli integratori».

Farmacisti e medici, voce amica

Il consumo di integratori si affida alle "voci amiche" di farmacisti e medici. Anche se nell'ultimo anno sono aumentati gli acquisti online.

Farmacia e parafarmacia sono il primo canale di acquisto. I consumatori "abituali" si affidano al parere di farmacisti (45%), personale medico generico (36%) e specialista (21%). È però aumentato anche il ricorso all'eCommerce e sono aumentati gli acquirenti online – in linea, anche questo, con la crescita della spesa su web fatta dal lockdown in avanti.

L'acquisto in realtà si muove sempre più spesso nella dimensione della omnicanalità. Anche se i consumatori comprano in farmacia o parafarmacia, spesso fanno ricerche online, leggono recensioni, visitano il sito internet della marca scelta prima di andare a comprare. Magari acquistano online ma su consiglio del farmacista.

«La fotografia dei consumatori di integratori alimentari che emerge da questa ricerca è chiaro – ha detto Alessandro Golinelli, Presidente di Integratori Italia – Parliamo in questo caso di acquirenti responsabili che percepiscono gli integratori alimentari come complementari a una corretta alimentazione e non come sostituti a uno stile di vita equilibrato. La pandemia ha certamente puntato i riflettori

sul tema salute, che si è confermato in un consumo consapevole di integratori. Se da un lato coloro che già li consumavano hanno incrementato la regolarità di assunzione, estendendone l'uso anche agli altri membri della famiglia, dall'altro i new comers sembrano aver trovato per la prima volta una valida risposta ad alcuni disturbi legati a questa pandemia».