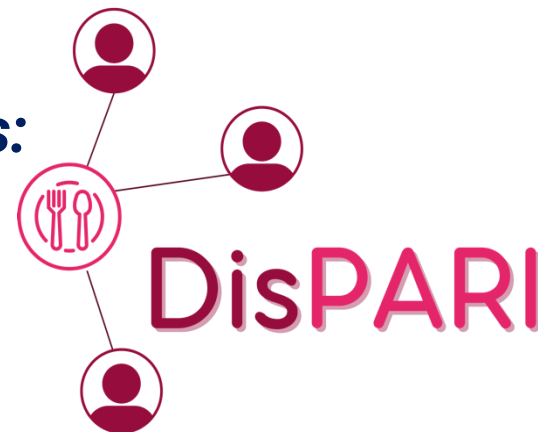


Disentangling inequality and food Poverty amongst Adolescents: concepts, measures and local action strategies

Fondazione
CARIPLO



Progetto finanziato da Fondazione Cariplo nell'ambito del bando:
"Inequalities Research - Generare conoscenza per ridurre le disuguaglianze" (2023)



Verso una concettualizzazione della povertà alimentare in adolescenza nei paesi ad alto reddito: uno studio basato su una rassegna esplorativa della letteratura e un'indagine sul campo

Monica Palladino, Carlo Cafiero, Roberto Sensi

Milano, 31 marzo 2026 | Evento di presentazione dei risultati
"Comprendere, misurare e contrastare la povertà alimentare in adolescenza:
strumenti, pratiche e politiche"

Premesse e Obiettivi

Negli ultimi decenni la povertà alimentare è emersa come un tema rilevante nello studio delle disuguaglianze sociali anche in paesi a **medio ed alto reddito** dove si manifesta in forme forse meno gravi in senso assoluto, ma con implicazioni che vanno viste in una prospettiva che **va al di là del garantire accesso materiale al cibo** necessario al sostentamento.

Ricerche recenti condotte in Italia (ActionAid 2022, 2025b; cfr. anche Palladino et al. 2024) hanno già mostrato che, per adolescenti che vivono in famiglie che ricevono aiuti alimentari, quelle sul **piano psicologico e dei rapporti sociali** rappresentano spesso le conseguenze più significative della povertà alimentare.

L'obiettivo principale dello studio, che ha costituito il cuore del **work package 2** del progetto DisPARI, è stato quello di **ampliare il quadro concettuale di riferimento**, quando si affronta il tema della **povertà alimentare in adolescenza**, per giungere a una concettualizzazione che ne mettesse in particolare evidenza le implicazioni sociali ed emotive.

La definizione da cui partiamo

- Per indicare l'oggetto del nostro studio esistono due espressioni in italiano: “povertà alimentare” e “insicurezza alimentare” (traduzioni rispettivamente delle espressioni inglesi *food poverty* e *food insecurity*).
- Ad evitare equivoci, chiariamo che ciò a cui ci stiamo riferendo è, sostanzialmente «*l'incapacità di ottenere o consumare una qualità o una quantità sufficiente di cibo in modi **socialmente** accettabili, o l'incertezza di poterlo fare*»
- È la definizione data per la prima volta negli Stati Uniti da Radimer (1990) e ripresa poi da Anderson (1990) per definire *food insecurity* ma che poi, nel Regno Unito, la letteratura ha usato per definire *food poverty* (Dowler et al. 2001; O'Connor et al. 2016).

Cosa esplorare. Le domande di ricerca

Quali sono gli **elementi non materiali** che definiscono l'esperienza della povertà alimentare in adolescenza nei paesi ad alto reddito?

In che modo le rinunce alimentari vengono vissute come **esclusione sociale e malessere psicologico**?

Come incidono queste esperienze su **dignità, autostima e riconoscimento sociale**?

Come esplorare. Le tre fasi della ricerca

Il percorso si è articolato in **tre fasi** interconnesse:

Fase 1: Rassegna esplorativa (Scoping Review). Analisi della letteratura scientifica internazionale focalizzata sugli aspetti sociali ed emotivi della povertà alimentare nei paesi ad alto reddito.

Fase 2: Indagine sul campo. Raccolta di testimonianze dirette tramite **interviste semi-strutturate** condotte con **24 adolescenti** a Roma, Milano e Napoli.

Fase 3: Analisi induttiva e integrazione. Costruzione di una griglia interpretativa **mettendo in dialogo** i dati della letteratura con quelli dell'indagine empirica per individuare convergenze e specificità del caso italiano.

Metodologia di analisi

01

Selezione della letteratura: Partendo da oltre 5.000 abstract su *Web of Science*, sono stati selezionati **294 articoli** pertinenti agli adolescenti nei paesi ad alto reddito, di cui **66 analizzati in profondità** per l'alta rilevanza sulle dimensioni emotive e sociali.

02

Analisi dei testi (Letteratura): Lettura induttiva per individuare "concetti chiave", raggruppati in "famiglie" e infine in 14 temi suddivisi in 5 macro-categorie.

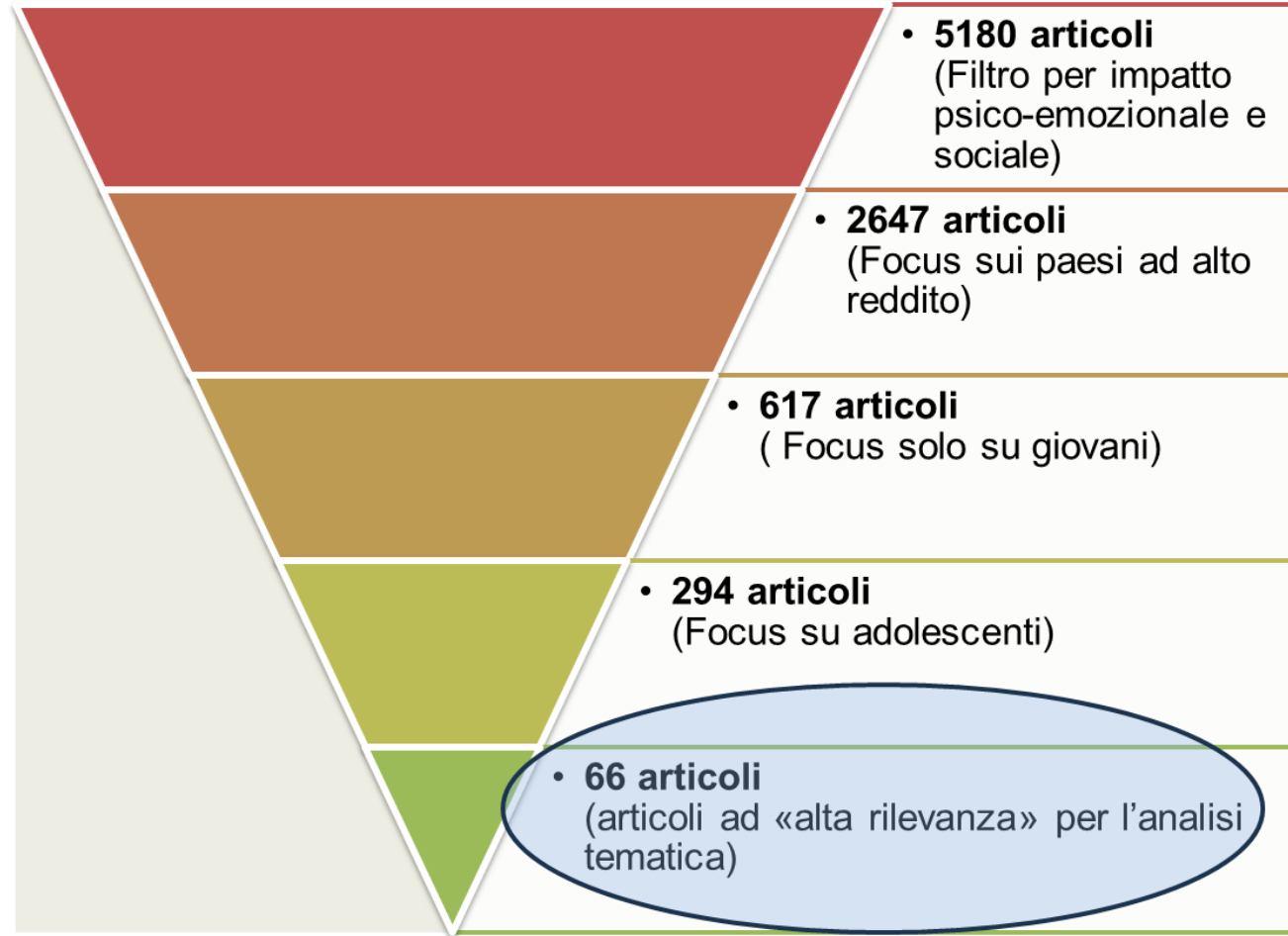
03

Analisi dei dati (Campo): Trascrizione integrale delle interviste e **codifica tematica in tre fasi** (iniziale, focalizzata e costruzione dei temi), facendo emergere 26 temi analitici.

04

Integrazione: Confronto e dialogo tra i risultati della letteratura e i dati raccolti sul campo.

Selezione degli articoli «molto rilevanti» per le dimensioni sociali e psico-emozionali



Categoria tematica	Tema concettuale
Dimensione emotiva e psicologica dell'insicurezza alimentare	Impatto psicologico e benessere emotivo
	Corpi, emozioni e pratiche alimentari
	Stigma, vergogna e silenzio
Cibo, identità, relazioni sociali e insicurezza alimentare	Ruolo protettivo del supporto sociale e relazionale
	Cibo, identità sociale e culturale
	Cibo come strumento relazionale
Determinanti strutturali e contesti istituzionali dell'insicurezza alimentare	Esclusione sociale legata al cibo
	Barriere strutturali e disuguaglianze
Dinamiche familiari e responsabilità precoci	Il ruolo ambivalente della scuola
	Ruoli familiari e responsabilizzazione precoce dei minori
Voce, strategie di adattamento e agency dei giovani	Strategie di invisibilità
	Reti informali, solidarietà e sopravvivenza
	Spazi educativi e interventi partecipativi
	Fattori protettivi e dimensione culturale

1. Dimensione emotiva e psicologica dell'insicurezza alimentare

- Gli studi riconducibili a questo tema sono molti. Alcuni di essi documentano l'associazione tra insicurezza alimentare e presenza di **sintomi ansiosi, depressivi** e psicosomatici fino a degenerare in **ideazioni suicidarie**.
- **Lo stress** è dovuto a:
 1. paura di non avere abbastanza cibo;
 2. senso di responsabilità verso i genitori;
 3. esclusione sociale legata al cibo.



La povertà alimentare agisce come **stress cronico**, sfociando in comportamenti alimentari disordinati piuttosto che in semplice denutrizione.

- Cicli «abbondanza-carestia»: Consumo eccessivo di cibo quando disponibile per compensare i periodi di scarsità.
- Perdita di controllo (**Loss of Control eating**): Episodi di abbuffate come tentativo di regolare emozioni intense.
- Alterazione dell'immagine corporea: Difficoltà nel riconoscere i segnali biologici di fame e sazietà, portando a una sfiducia nel proprio corpo.

La povertà alimentare può avere **effetti cumulativi** che possono persistere anche dopo il miglioramento delle condizioni economiche.

2.Cibo, identità, relazioni sociali e insicurezza alimentare



3. Contesti istituzionali dell'insicurezza alimentare e ruolo ambivalente della scuola

La scuola è il luogo principale dove la povertà alimentare può diventare visibile.
Può salvare o emarginare

La Scuola come Scudo



Reti informali di aiuto, insegnanti attenti, e club estivi. Spazi sicuri che offrono stabilità emotiva e attenuano gli effetti della deprivazione.



La Scuola come Generatore di Stigma



Interventi non universalistici. Ticket pasto visibili, file differenziate per la mensa, o l'impossibilità di partecipare alle gite scolastiche.

Un aiuto materiale reso pubblico può paradossalmente rafforzare l'esclusione sociale e il bullismo.
La forma dell'aiuto conta quanto l'aiuto stesso.

4. Dinamiche familiari e responsabilità precoci

5. Strategie di adattamento e *agency* dei giovani



Confronto tra Letteratura e Indagine sul Campo

Il confronto tra la rassegna della letteratura internazionale e i risultati ottenuti con la nostra indagine sul campo a **Milano, Roma e Napoli**, rivela una convergenza ampia e significativa attorno ai diversi assi tematici attorno a cui riconcettualizzare l'insicurezza alimentare in adolescenza.

Are di forte convergenza

Impatto psicologico: Entrambe confermano l'associazione tra insicurezza alimentare e malessere emotivo (ansia, stress, bassa autostima).

Valore relazionale: Il cibo è riconosciuto universalmente come mediatore di legami sociali; la sua mancanza genera isolamento ed autoesclusione.

Esclusione sociale: Entrambe le fonti vedono la povertà alimentare come un marcatore di status che crea gerarchie tra pari.

Principali Divergenze e Sfumature

Tono emotivo e "Normalizzazione"

- Letteratura: Enfatisza vissuti traumatici di vergogna e sofferenza clinica.
- Campo (Italia): Emerge una forte capacità di **"normalizzazione"** e pragmatismo; i ragazzi usano spesso ironia o fatalismo per ridimensionare il problema.

La percezione dello stigma

- Letteratura: I programmi di aiuto (mense, pacchi) sono spesso descritti come fonte primaria di **stigma**.
- Campo (Italia): Gli aiuti in generale sono vissuti con **gratitudine e normalità**; ricevere un pacco alimentare è visto come una risorsa utile, non necessariamente imbarazzante.

Solidarietà tra pari

- Letteratura: Si focalizza su reti informali in contesti estremi (es. giovani di strada).
- Campo (Italia): La solidarietà si esprime in **"microeconomie della solidarietà"** quotidiana (dividere un panino, aiutarsi con piccoli prestiti).



Modello multilivello dell'esperienza di povertà alimentare in adolescenza

- L'insicurezza alimentare non è solo una questione nutrizionale, ma un **fenomeno sociale e relazionale**, prodotto da dinamiche strutturali e vissuto concretamente nelle relazioni quotidiane e nell'esperienza soggettiva dei giovani.
- Si tratta cioè di un **fenomeno multidimensionale**, prodotto dall'interazione tra fattori strutturali, contesti relazionali e vissuti individuali

Livello macro (strutturale)

Le disuguaglianze sociali e le barriere sistemiche producono condizioni di vulnerabilità alimentare.

Livello meso (relazionale e istituzionale)

Famiglia, scuola e reti sociali mediano gli effetti delle disuguaglianze, potendo sia attenuare sia amplificare l'insicurezza alimentare.

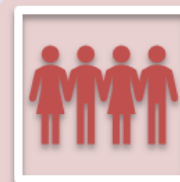
Livello micro (esperienziale)

I giovani vivono l'insicurezza alimentare attraverso impatti psicologici, pratiche alimentari e strategie di adattamento, sviluppando anche forme di *agency*.

Riflessioni conclusive



Da **sicurezza alimentare** → focus su quantità e accesso minimo



A **benessere alimentare** → qualità dell'esperienza, dignità e relazioni.



Non solo “avere cibo”, ma **poter scegliere** cosa, come e con chi mangiare (*Agency alimentare*)



Centralità di **autonomia, inclusione e appartenenza sociale**