

Consumo di formaggio da parte dei bambini e degli adolescenti statunitensi: cosa si mangia in America, NHANES 2017-2018

Il formaggio è una ricca fonte di calcio e vitamina D, due nutrienti poco consumati nella dieta americana. Può contenere però anche notevoli quantità di grassi saturi e sodio, che vengono consumati in eccesso. Il formaggio viene consumato da solo, ma è anche un ingrediente comune negli alimenti, ad esempio panini, pizza, tacos. Di conseguenza, misurare l'assunzione di formaggio nella dieta è impegnativo. Ad oggi, il consumo totale di latticini è stato riportato in "tazze equivalenti", un termine che ha senso per latte e yogurt ma meno per il formaggio. Lo scopo di questo rapporto è caratterizzare il consumo di formaggio, compreso il formaggio consumato come ingrediente, da parte dei bambini statunitensi di età compresa tra 2 e 19 anni. Sono incluse le stime di assunzione in grammi (g). Questa analisi si basa sui dati di assunzione alimentare di un giorno provenienti da What We Eat in America (WWEIA), National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) 2017-2018. Un rapporto complementare (Dietary Data Brief No. 61) descrive il consumo di formaggio tra gli Stati Uniti adulti.

FONTE

RS. Sebastian, JD. Goldman, AJ. Moshfegh "Cheese Consumption by U.S. Children and Adolescents: What We Eat in America, NHANES 2017 – 2018" In: FSRG Dietary Data Briefs [Internet]. Beltsville (MD): United States Department of Agriculture (USDA); 2010. Dietary Data Brief No. 60. 2024 May.