



**ATTENTI AL BENESSERE PSICO-FISICO PIÙ DI OGNI ALTRA GENERAZIONE:  
7 MILLENNIALS SU 10 HANNO UTILIZZATO INTEGRATORI ALIMENTARI NELL'ULTIMO ANNO  
CONSUMATORI INFORMATI, IL 65% LI ACQUISTA IN FARMACIA**

*Una recente indagine commissionata da Integratori & Salute al Future Concept Lab ha analizzato percezioni e conoscenze dei Millennials italiani in fatto di integratori alimentari.*

*Lo scenario emerso racconta che 3 italiani su 4 della Generazione Y hanno un'idea corretta di cosa sia un integratore.*

*e oltre il 75% si affida ai professionisti della salute come canale principale di informazioni e fonte di consigli per orientare le scelte d'acquisto.*

La ricerca e il mantenimento del **benessere fisico e mentale** è alla base dello stile di vita dei **millennials** italiani, che cercano di conseguire questo obiettivo attraverso una sana alimentazione e una costante attività fisica, attribuendo allo stesso tempo un ruolo centrale anche agli **integratori alimentari**. Nell'ultimo anno, infatti, li hanno utilizzati **7 millennials su 10 (70%)** e **l'82%** dichiara di aver fatto ricorso a questi prodotti **almeno una volta nella vita**. È questa la fotografia scattata da un recente studio realizzato dal **Future Concept Lab** e commissionato da **Integratori & Salute**<sup>1</sup>, l'associazione che rappresenta il comparto degli integratori alimentari in Italia e che è parte di **Unione Italiana Food**.

Si tratta di un **consumo consapevole** che, nonostante riguardi una generazione cosiddetta "nativa digitale", viene guidato dai canali tradizionali e autorevoli dei **professionisti della salute**: in primis, **medico (42,3%) e farmacista (33,8%)**. Il consiglio dei professionisti del settore è il principale driver per orientare le scelte d'acquisto, nonché uno strumento fondamentale per sensibilizzare la Generazione Y su cosa siano realmente gli integratori alimentari: **3 millennials su 4 (75%) dimostrano di avere una giusta percezione di questi prodotti**, riconoscendo che possono **"sostenere il benessere, ma non sostituire le medicine"**.

*"Come associazione, da sempre ci impegniamo per fare corretta informazione sul ruolo degli integratori e sul loro corretto utilizzo - dichiara **Germano Scarpa, Presidente di Integratori & Salute** - e siamo soddisfatti di constatare come, in base alle principali evidenze emerse dallo studio del Future Concept Lab, i millennials dimostrino una corretta conoscenza e un uso consapevole di questi prodotti, essendo allo stesso tempo una generazione attenta al mantenimento del proprio stato di salute attraverso un sano stile di vita. Risulta evidente, inoltre, come oggi più che mai, il ruolo giocato dai professionisti della salute (medici di famiglia e farmacisti in testa) sia fondamentale per garantire che gli integratori vengano utilizzati in modo appropriato".*

**INTEGRATORI: LA FARMACIA È IL PRINCIPALE CANALE D'ACQUISTO PER LA 'GENERAZIONE Y'**

Per il **65%** dei millennials italiani, **la farmacia e/o parafarmacia rappresenta il luogo preferito in cui acquistare gli integratori**. Mentre solo **1 su 4 (26%)** predilige gli acquisti **online sui siti specializzati in salute**. A maggiore distanza - lo fanno **2 su 10 (23%)** - troviamo l'acquisto **in autonomia al supermercato**. Infine, c'è chi preferisce comprare gli integratori anche nei **negozi di alimenti naturali (14,8%)** oppure **online sul sito web di una specifica marca (8,1%)**.

<sup>1</sup> Future Concept Lab: "Lo scenario degli integratori, tra benessere e star bene", indagine 2023.



## MILLENNIALS E BENESSERE: PROFILO DI UNA GENERAZIONE ORIENTATA ALLA SALUTE

Dall'indagine del Future Concept Lab sono emersi alcuni tratti distintivi che riguardano gli stili di vita dei millennials italiani, che si distinguono in primo luogo per l'avanzata integrazione tra vita reale e digitale, e mostrano un forte orientamento al *problem solving* in ogni situazione della propria quotidianità.

**La Generazione Y si presenta come la più attenta alla tutela della salute:** i nati tra il 1980 e il 1996 cercano - più di ogni altra generazione - di consumare alimenti che aiutino a prevenire disturbi e problemi (**36%** rispetto a una media del 27%) scegliendo cibi freschi, anche nell'ottica di salvaguardare l'ambiente (lo fa oltre il 50%).

**La cura del proprio corpo** risulta un elemento centrale: il **24%** pratica **attività fisica**, in misura leggermente superiore alla media del 20%. Bilanciare vita privata e lavoro, gestire lo stress e **prestare attenzione anche alla salute mentale** sono obiettivi prioritari condivisi dal **68,5%** dei millennials, che dimostrano un approccio olistico al benessere.

## PER LA 'GENERAZIONE Y', GLI INTEGRATORI SONO UN VALIDO AIUTO PER MENTE E CORPO

Grande attenzione i millennials la dedicano agli **integratori alimentari per il mantenimento del benessere fisico e mentale**. Gli italiani tra i 26 e i 43 anni considerano questi prodotti come un **"buon aiuto per tutti"** (**71%**), ma anche come **"un supporto al mangiar sano e fare movimento"** (**69,3%**) e li reputano fondamentali per **"sostenere il benessere psicofisico"** (**65,3%**). Tra le funzioni cruciali per cui i millennials ricorrono agli integratori, troviamo: il potenziamento del **sistema immunitario (30,4%)**, come **complemento energetico (27%)**, come aiuto **per rinforzare capelli/pelle/unghie (23%)** e per il **miglioramento della memoria (20%)**.

## IN CAPSULE O LIQUIDI E CON INVOLUCRI BIO: ECCO GLI INTEGRATORI DI DOMANI SECONDO I MILLENNIALS

Immaginando gli integratori del futuro, i millennials prevedono che questi prodotti assumeranno un ruolo sempre più importante nella vita quotidiana, diventando componenti ancor più strategici per il benessere e il mantenimento dello stato di salute, in ogni fascia d'età.

Guardando alla **'forma' futura degli integratori**, quasi la metà dei millennials preferirebbe che fossero in **capsule con involucro biotech (45%)** oppure **liquidi, in fialette di materiale bio (35%)**. Seguono, a grande distanza, coloro che li vorrebbero assumere in polvere, da spargere sul cibo come una spezia (13%) o in gocce (7,4%).

**Ufficio stampa Integratori & Salute - Unione Italiana Food**

INC – Istituto Nazionale per la Comunicazione

Simone Ranaldi 3355208289; [s.ranaldi@inc-comunicazione.it](mailto:s.ranaldi@inc-comunicazione.it)

Giulia Pasquale 3476399758; [g.pasquale@inc-comunicazione.it](mailto:g.pasquale@inc-comunicazione.it)