

## L'Anno Zero della nutrizione

### Mai più solo 'mangiare' ma salute globale, cultura e turismo

Immaginate una immensa prateria incolta, inquinata da liquami, e popolata da milioni di animali. Un'immensa brughiera trasformata in fabbrica di carne a cielo aperto di polli, maiali, manzi, tutti destinati alla macellazione per soddisfare l'appetito di miliardi di persone. Questo luogo non è virtuale, esiste davvero - in Cina - ed è grande come la Lombardia. Ora immaginate un altro luogo, a Occidente, in Italia, alle porte di Milano: una gigantesca fiera, che ospiterà le rappresentanze di tutte le nazioni per discutere di alimentazione. Ebbene, tra i due luoghi, così diversi, dal prossimo maggio ci sarà un sottile filo rosso. "Expo. Nutrire il Pianeta, Energia per la Vita" è infatti lo slogan dell'attesissima Esposizione universale che comincerà a Milano l'1 maggio prossimo, e che univocamente viene ritenuta una grande occasione culturale per affrontare finalmente in modo interdisciplinare, e sotto molteplici aspetti, la questione del cibo. Un avvenimento di portata mondiale, che può rilanciare tutta la questione alimentare. Perché la sfida è davvero globale, basti pensare a due dati eclatanti su tutti: oggi, il numero delle persone che muoiono per gli effetti di una dieta smodata, ad esempio per i problemi cardiovascolari derivanti dall'eccesso di peso, sono lo stesso numero di quelli che muoiono per denutrizione nel Terzo mondo. Lo sapevate? E che i maggiori nemici dell'atmosfera, e maggiori responsabili dell'effetto serra (imputato di molti gravi mutamenti climatici, NdR), non sono i gas di scarico ma quelli emessi da milioni di animali allevati in modo intensivo per produrre carne? Incredibile ma vero. Come spiega all'ANSA la professoressa Paola Palestini, Coordinator of Graduate school in Nutrition del Dipartimento di Scienze della salute dell'Università Milano-Bicocca a Monza, dove sono in corso di approfondimento tutti gli ultimi dati e le più innovative ricerche disponibili sul tema "il claim di Expo è davvero centrato perché è proprio la nutrizione il problema fondamentale, la questione essenziale nel rapporto tra alimentazione, pianeta, cultura e benessere". Insomma: non basta più provvedere all'alimentazione, bisogna nutrire. E nutrirsi, oggi, significa qualcosa che va ben oltre il semplice mangiare. Vuol dire equilibrio, salute, consapevolezza culturale e benessere sociale. Significa contemperare gli studi dei nutrizionisti con quelli dei ricercatori, dei fisiologi, dei medici, dei dietologi, vuol dire razionalizzare le campagne mediatiche, l'educazione civica, la scuola, le pubblicità, la distribuzione e le logiche del mercato. E poi riportare tutto questo anche con lo sfruttamento dell'ambiente e le risorse naturali, le politiche sociali e umanitarie. Argomenti fino a ieri ritenuti troppo spesso slegati, che coinvolgono interessi politici ed economici non sempre convergenti, ma che hanno invece implicazioni enormi l'uno verso l'altro, come sintetizzato in quel 'Energia per la vita' che sottende, in modo sommo, come il modello energetico del mondo intero dipenda anche dal modo in cui l'umanità si alimenta.

"Expo, in quanto esposizione universale di creatività, soluzioni e idee, rappresenta sicuramente un'occasione importante per il nostro Paese - dice all'ANSA il Rettore dell'Unimib, Cristina Messa - come per il sistema universitario: è un grande momento di divulgazione di cultura e talenti e di riflessione su un nuovo modello di crescita sostenibile inerente un'esigenza vitale, quale l'alimentazione. Per Expo, in particolare, l'Università di Milano-

Bicocca sostiene in modo innovativo e centrale la ricerca, con il finanziamento di 10 progetti ad hoc". Studi che non devono quindi riguardare solo ristretti ambiti industriali o biologici, perché c'è da tenere presente il legame strettissimo tra l'informazione e le campagne di prevenzione sanitarie, tra una diffusa cultura della nutrizione e la qualità della salute in una società. "Nell'Unione Europea l'aspettativa di vita aumenta di 2,5 anni per ogni decennio - sottolinea la professoressa Palestini - ma solo il 75-80% delle persone, con questa aspettativa di vita si può definire in 'buona salute'. "A pari passo con questo incremento - prosegue la docente - assistiamo a un aumento delle malattie croniche come il diabete, le malattie cardiovascolari e neurodegenerative, correlate spesso a uno stile di vita scorretto e all'applicazione di diete non sane durante tutta la vita. L'educazione alimentare quindi deve essere uno dei principali obiettivi che l'Europa deve darsi. L'importanza di far capire ai bambini e ai ragazzi che siamo inevitabilmente ciò che mangiamo è ormai prioritaria, e per insegnare loro ad amare il proprio corpo e ad averne cura bisognerebbe partire proprio dall'insegnamento su come nutrirlo in modo corretto". In sostanza "è necessario - sintetizza la scienziata - un approccio multidisciplinare e globale per produrre alimenti sani che vengano correttamente pubblicizzati per comporre diete più sane". Ed Expo può rappresentare una chiave di volta.

Non a caso l'obiettivo politico più ambizioso della manifestazione è mettere a punto una 'Carta di Milano' che contenga i nuovi diritti e doveri dell'umanità sul cibo. Un documento condiviso, scientificamente corretto, da consegnare a fine esposizione al segretario generale dell'Onu, Ban Ki-moon. Una sorta di manifesto dell'alimentazione del futuro, intorno a cui i Paesi si impegnano per promuovere la sostenibilità alimentare nel mondo. "Dobbiamo fare i conti con un mondo nel quale lo sviluppo sia temperato con il rispetto dell'ambiente: la nostra popolazione è in aumento, e dobbiamo far fronte alla necessità di nutrire nel modo giusto", ha recentemente affermato Aung San Suu Kyi, l'attivista birmana Premio Nobel per la Pace, in un videomessaggio inviato proprio all'Expo. Per tali obiettivi, così elevati e non certo facili da raggiungere, ci sono ancora ampi margini, risorse ancora da testare, come il plancton e gli insetti, che vanno valorizzati. "Oggi ci vogliono più di dieci kg di proteine vegetali - afferma Paul Vantomme, senior officer della Fao di Roma - per produrre un chilo di proteine animali con il bestiame allevato, mentre per gli insetti le prestazioni vanno da due a nove volte quelle dell'allevamento di specie tradizionali. Gli insetti possono inoltre essere nutriti con residui di coltivazioni orticole e frutticole, e costituendo il quattro quinti dell'intera massa animale terrestre risultano quantitativamente quasi inesauribili".

Il tema degli sprechi non è solo ambito della politica o degli scienziati ma anche delle forze sociali: sulla questione, ad esempio, sono intervenuti anche i Francescani, l'ordine religioso ritenuto frugale per antonomasia. "Lo ha detto fra Marco Tasca, ministro generale dei Frati minori conventuali, nella lettera "Cibo che nutre. Per una vita sana e santa", inviata, in vista di Expo 2015, agli oltre 4.000 frati dell'Ordine in 63 Paesi dei cinque continenti. Come riferiscono l'agenzia Sir e Radio Vaticana, Tasca ha ricordato come la gente consideri "i francescani persone frugali, anche nella tavola, e soprattutto fratelli universali attenti alle necessità di tutti, in particolare dei poveri", interrogandosi: "Siamo noi all'altezza di questa fama? Possiamo in qualche modo ripensare in modo creativo i nostri stili di vita, di alimentazione, i criteri con cui usiamo dei beni della terra?". Concretezza, serve concretezza.

## Tanti nuovi mestieri in agricoltura, +48% in tre anni

Tornano mestieri scomparsi come il canestraio e il carbonaro ma soprattutto se ne inventano letteralmente di nuovi come il tutor dell'orto o l'agristilista. La terra tanto violata continua ad essere nonostante tutto fonte di sostentamento e di lavoro e l'attrazione per lei, in un contesto che può essere durissimo, è enorme.

La crisi economica che ha spinto ad esplorare nuove strade alla ricerca di lavoro giustifica solo in parte il boom dei mestieri in agricoltura, +48% in tre anni, secondo i dati Coldiretti, perchè c'è piuttosto, dopo decenni di spopolamento delle campagne e industrializzazione urbana, una rinnovata consapevolezza del valore della terra, di quello che rappresenta in termini di stile di vita e di riappropriazione dei ritmi della natura.

E' insomma una scelta consapevole più che una costrizione per i tempi di crisi, una scelta che in tanti casi significa accettare di guadagnare meno, il 'giusto', ma in un contesto ricco di soddisfazioni e che mette in contatto con l'essenza stessa della vita. I rischi in questi nuovi mestieri sono alti ma in tanti hanno scelto questo percorso.

(Nella foto Domenico della cooperativa Nido di Seta in provincia di Catanzaro fotografato da Andrea Azzarito @A.Azzarito '14 associazione videofotografica L'Obiettivo di Tiriolo, Catanzaro)