

Cinzia Scaffidi incontra gli studenti del Carducci

Le 100 parole di “Mangia come parli”

Il cibo di qualità fresco, buono, salutare, più costoso, biologico, senza conservanti, locale, di stagione

Cosa si intende per...?. L'autrice, vice presidente di Slow Food, ha scelto cento parole dalla A di agricoltura alla Z di zappare raccontate nella loro evoluzione e nei loro molteplici significati che mutano in base al nostro modo di vivere. Cento parole emblematiche di cui oggi non si sa più il vero significato, parole di tutti i giorni che le pubblicità utilizzano per attirare l'attenzione dei consumatori. Parole come “naturale” e “agricolo” che si danno per scontate, ma che in realtà nascondono un significato contorto e pilotato da grandi industrie e multinazionali che lo utilizzano a loro vantaggio. Davanti ad una interessantissima platea di studenti del liceo G, Carducci, Cinzia Scaffidi, partendo dal suo libro “Mangia come Parli”, ha spiegato ai ragazzi l'importanza della necessità di riacquistare il controllo delle nostre scelte. Prendiamo per esempio il termine etichetta. Parola ovvia, che dovrebbe elencare gli ingredienti di un prodotto, di un alimento. Ma basta così? Basta dire che quel formaggio è fatto col latte? Cinzia Scaffidi aiuta a capire che non basta e perché non basta.

«Dovremmo sapere come sono stati trattati gli animali che hanno prodotto il latte, cosa hanno mangiato, di quale razza sono, se è una razza del luogo in cui sono stati allevati o no, e dove sta questo luogo, insomma da dove viene il latte di quel formaggio, quali trattamenti ha subito, chi sono le persone che si sono incaricate della trasformazione del latte in formaggio, quale tipo di relazione hanno con quel lavoro, e via di questo passo. Ci vuole ben altro che un secco elenco di ingredienti senza specificazioni, senza storia. Quella che Slow Food chiama l'Etichetta Narrante non è dunque solo un elemento di comunicazione, di promozione (di cibi e territori) e di educazione alimentare.

In particolare la dr.ssa Scaffidi ha fatto riflettere gli studenti sul significato di cibo di qualità che gli stessi hanno definito fresco, buono, salutare, più costoso, biologico, senza conservanti, locale, di stagione. L'uomo primitivo prima della scoperta del fuoco aveva intuito che i cibi dolci non erano nocivi per la salute e quelli grassi (parti più molli degli animali che si potevano consumare anche crudi) erano gustosi. Noi abbiamo mantenuto questa memoria ma non è detto che il cibo che ci piace sia anche buono, ad esempio i cibi dei fast food sono ricchi di zuccheri e grassi e si è scoperto che, se si segue questo tipo di alimentazione, si hanno conseguenze negative sulla salute. Un esempio fornito dall'autrice è stato quello delle patate: esse vengono vendute ad un prezzo abbastanza ridotto al kilo, a confronto delle famose Pringles che vengono vendute a circa 20 euro al kilo; prezzo davvero molto elevato se pensiamo che in esse sono presenti aromi e conservanti aggiunti, grassi che rendono il cibo senza qualità. Tutto ciò è nato dalla pubblicità nella quale non importa se gli alimenti sono dannosi alla nostra salute, l'importante è che vengano consumati in gruppo e servano per il piacere, non più per soddisfare un bisogno.

In seguito la dr.ssa ha trattato il tema dell'EXPO partendo dallo slogan “nutrire il pianeta. Energia per la vita”. La prima parte di esso è servita a far capire che non solo bisogna nutrire le persone, ma tutto ciò che ci circonda; la seconda parte invece spiega che, mentre nutriamo le persone, è fondamentale nutrire anche il pianeta. Tutto ciò che è presente nell'ambiente segue la legge del *res nullius*: le risorse naturali sono beni comuni essenziali per la vita e quindi non sono di nessuno.

Bisogna quindi prestare attenzione alle azioni che svolgiamo per mantenere le nostre risorse, pensando anche alle generazioni future.

La cosa che più ha colpito il pubblico è stato il tema dello spreco di cibo: 1/3 di quello che si produce finisce in discarica; è una quantità enorme di cui non siamo consapevoli. Per produrre il cibo, vengono consumate energia, tempo, risorse in quantità davvero elevate, senza dare importanza all'ambiente. Inoltre supermercati, hotel di lusso e mense contribuiscono allo spreco degli alimenti gettando via quelli ammaccati, in fase di scadenza o non consumati in giornata. Per concludere Cinzia Scaffidi ha fatto notare che la dieta vegetariana è in continuo aumento ed è arrivata a toccare 7 milioni di italiani; questo perché in molte persone è sorta la consapevolezza che questo nuovo tipo di dieta abbia un minore impatto ambientale rispetto a quella carnivora, inoltre per la produzione di carne, gli animali sono costretti a vivere maltrattati in piccolissime gabbie, senza mai toccare il terreno con conseguenze anche sui consumatori.

In base a ciò che dicono gli esperti, dovremmo consumare non più di 250 g di carne alla settimana; un dato davvero basso rispetto ai 92 kg (vale a dire circa 2 kg a settimana) che viene consumata in media all'anno da noi europei. Ciò ha contribuito all'aumento di obesità nei Paesi più ricchi; i Paesi poveri soffrono tutt'ora di malnutrizione (in totale quasi un miliardo di persone), causata in particolare dal fatto che noi Paesi ricchi utilizziamo anche le loro risorse, pensando solo a noi stessi e al guadagno.