

“Nutrire il pianeta, energia per la vita” è lo slogan di EXPO 2015. Racchiude così tanti e variegati aspetti da rendere difficile un orientamento razionale. E' come entrare in un grande museo senza un adeguata preparazione e chiarezza su cosa si voglia vedere; dopo le prime sale in cui ci si sforza di soffermarsi su quasi tutto, si esaurisce il bagaglio di attenzione e si sorvola sul tanto, troppo, rimanente. Ogni settore, ogni gruppo d'interesse “tira l'acqua al suo mulino” facendo apparire prioritario questo o quell'argomento: è più importante la sostenibilità o la sicurezza alimentare, la corretta alimentazione o la biodiversità, la cultura legata al cibo o la tecnologia industriale, il cibo biologico o quello a chilometri zero, la filiera corta o il marchio di qualità e, ancora, che relazione c'è tra sano e naturale, sano e biologico, sano e industriale, sano ed eco-friendly? E' legittimo ed intuitivo chiedersi se il collegamento logico tra tutti questi aspetti abbia un inizio, inteso come nodo di origine di questa complessa rete. La risposta non può che ricondurci alla finalità del cibo che è quella di finirci in bocca e, possibilmente, nutrirci. Cosa accade quando mettiamo in bocca un alimento? Lo valutiamo organoletticamente; “è buono o non è buono?” Se non ci è gradito non lo ingeriremo più ma, se ci piace, è molto probabile ci si chieda quanto se ne può mangiare prima che possa creare qualche problema di salute. Per rispondere a questa fondamentale domanda per la conservazione della specie, dobbiamo conoscerne la composizione chimica sia in termini di nutrienti, che di molecole bioattive, che di eventuali inquinanti e tossici. E questo è proprio il “tallone d'Achille” del sistema: pochi dati, poca attenzione al problema, alcun interesse nell'investire in questa direzione da parte della maggior parte della produzione. Il cittadino/consumatore viene nel frattempo “anestetizzato” nella capacità di ragionamento dal bombardamento del marketing e dalla ridotta capacità di acquisto conseguente alla crisi in corso. Desideriamo cibo tradizionale di qualità ma non si riflette sul fatto che tra un paio di decenni su questa terra saremo circa 9 miliardi ed a produrre attualmente tale cibo non è più del 25 della popolazione mondiale. Come faremo a sfamare tutti? E ancora, che pensiero ci scatena il fatto che il 75% dei cibi che ci ritroviamo nei piatti di tutto il mondo derivano da sole 10 multinazionali? Perché siamo diventati così dannatamente individualisti da mettere in crisi le fondamenta della vita comunitaria? Non interessa a nessuno conoscere i dati scientifici che correlano la salute di ognuno di noi con quella della collettività in cui viviamo? Pensiamo che i soli interventi sanitari saranno in grado di contrastare le problematiche socio sanitarie emergenti; sovrappeso ed obesità in

testa? Quali le tre priorità emergenti? In primis la ricerca del benessere e salute, che include inevitabilmente la sicurezza alimentare nel breve termine e, come detto, la conoscenza della composizione del cibo nel medio-lungo termine. A parole e con molta ipocrisia cerchiamo tutti la salute e la poniamo al vertice dei desideri personali salvo poi assumere atteggiamenti e comportamenti alimentari contrari. Questo dovrebbe essere il “core” per qualsiasi ulteriore ragionamento sulla nutrizione del pianeta. Il livello d’importanza successivo dovrebbe essere costituito dall’attenzione all’ambiente e alla sostenibilità. Perché è successivo al precedente? Perché ritengo poco razionale salvaguardare l’ambiente se la specie umana rischia l’estinzione. In questo contesto vanno considerate le problematiche collegate al biologico, agli OGM, alla biodiversità, ai km0. Lo strato più esterno è costituito dai criteri etico culturali nella scelta dei prodotti alimentari. Si pensi ad esempio alle criticità connesse alla grande distribuzione e alle relative offerte promozionali. Questi tre livelli assieme costituiscono la qualità della nostra nutrizione. Solo recuperando consapevolezza di una problematica così complessa come quella alimentare globale potremo, paradossalmente, recuperare la giusta identità di esseri umani culturalmente avanzati. La diffusione epidemica di errati stili di vita, che costa attualmente in Italia non meno di 30 miliardi di euro all’anno per quelli connessi alla nutrizione, rischia di diventare fuori controllo in pochi anni se non si apportano correttivi concreti. Ai 5 milioni di obesi attualmente presenti sul territorio nazionale (1 su 5 lo è ma pensa di non esserlo), con trend in crescita, si contrappongono 3 milioni di malnutriti negli ospedali, 4 milioni di anziani sarcopenici quasi ignorati e 6 milioni d’individui in povertà assoluta, di cui 1,5 milioni sono bambini. Sono dati che non meritano attenzione?

**Prof. Lucio Lucchin**

Responsabile della struttura complessa di Nutrizione Clinica Ospedale di Bolzano e Past-President dell’ Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica.