

Monografia
*Educazione sanitaria, educazione alla salute:
alimentazione e nutrizione*

Oblio e (falsa) rinascita dell'alimentazione¹
Oblivion and (false) nutrition rebirth

Luciano Giacchè
Antropologo

Parole chiave: falso revival, eccesso, cibi spazzatura, enogastronomia

RIASSUNTO

Il contributo propone spunti di analisi sul significato del termine alimentazione alla luce della “mutazione” socio-antropologica della società contemporanea. Il vocabolario mutuato dall'inglese applicato a concetti, contesti, contenuti dell'alimentazione ha smantellato quella che era una preziosa tradizione caratterizzante il nostro Paese; lo stesso cambiamento semantico della parola dieta da regola di vita a imperativo categorico di wellness; ridondanza di cibi spazzatura sui banchi dei supermercati, criticità per le piccole produzioni nazionali ad adeguarsi a normative pur garanti; focalizzazione sull'economia dell'enogastronomia e non sulla nutrizione come fattore di salute e benessere. Questi alcuni dei temi che sollecitano ai lettori interrogativi sul rapporto tra alimentazione-società-salute-economia.

Key words: false revival, excess, junk foods, eno-gastronomy

SUMMARY

This contribution aims to analyse the meaning of the term nutrition in the light of the socio-anthropological “mutation” of contemporary society. The vocabulary borrowed from English and applied to concepts, contexts, contents of nutrition has dismantled what was a valuable tradition of our Country; the semantic change itself of the word diet, whose meaning shifted from rule of life to a categorical imperative of wellness; abundance of junk food, difficulties for producers to comply with the regulations; a focus on the economy of eno-gastronomy, not on nutrition as a factor of health and wellbeing. These are some of the topics that make the readers wonder about the relationship between nutrition-society-health-economy.

1. Il contributo è tratto dalla Presentazione del volume Jakob Moleschott. Dell'alimentazione. Il “trattato popolare” di Jakob Moleschott tra Feuerbach e il nostro Tempo. Con i contributi di Giacchè L, Binaglia L, Cuniberto F, Fatai G, Gackenholtz Puxeddu M, Puxeddu A. Perugia: Volumnia Editrice; 2016.

Un cono d'ombra ha oscurato la parola alimentazione. Certo il termine è rimasto nell'uso comune, ma ha perso progressivamente ogni significato ed è stato sostituito da un inedito vocabolario che accompagna la mutazione socio-antropologica della nostra società.

Si è trattato di una lenta erosione che ha ricevuto in epoca recente una potente accelerazione con uno spregiudicato uso di un mezzo di comunicazione, la televisione, un tempo incastonata in un mobile di arredo nel salotto delle poche famiglie che potevano permettersela, e che è diventata l'elettrodomestico più diffuso; dai pochi programmi trasmessi nella fascia serale, annunciati dall'immagine fissa del monoscopio e intervallati da una bucolica scena di pecore al pascolo, tutti possiamo ricevere ora programmi dal globo terracqueo grazie alle antenne satellitari attaccate come cozze a tutti gli edifici. Conviene quindi cominciare dalla fase contemporanea di questa mutazione per tentare di comprenderla.

Food & Cooker show

Intanto il cibo è diventato "food", declinato in associazione ad altri termini anglosassoni per cui il food è fast oppure slow, può essere di street o più intimamente finger, ma anche pericolosamente junk, per citare solo le combinazioni più note, ma nuove denominazioni si stanno affacciando come il novel food, che potremo degustare in forma di nuovi coloranti, nanomateriali, alghe e soprattutto insetti, che tanto nuovi non sono se già i romani degustavano le larve di cossus, descritte da Plinio nella *Naturalis Historia* (2).

Contestualmente il cuoco, con inevitabile concessione al francese, è stato promosso chef, la presentazione della preparazione del food avviene nei cooking show e la televisione è diventata il luogo di moltiplicazione virale di questa mutazione.

Format internazionali di successo planetario si sono impiantati stabilmente nei palinsesti televisivi e il caso più clamoroso è costituito da Masterchef, dove vengono messi in feroce competizione aspiranti chef, singolarmente o in squadra, che si assoggettano alle angherie più umilianti imposte da incontentabili giudici. È già nata la versione "Junior" dove, perfidamente, le stesse umiliazioni vengono riservate ai bambini per addestrarli alla competizione più spinta. Vince la dura selezione per eliminazione, chi riesce a soddisfare con il suo "piatto" il gusto degli incontentabili, abissalmente distanti da Il cuoco galante, di cui scriveva Vincenzo Corrado nel 1778 (3).

Gli ingredienti sono per loro necessità "alimentari", ma il concetto di "alimentazione" è stato letteralmente cancellato. Il benessere personale, ma anche quello dei viventi di cui ci nutriamo, la salute individuale, ma anche quella dell'ambiente che ci nutre, sono problematiche che non vengono neppure sfiorate. Conta solo vincere la competizione, resa sempre più aggressiva e spietata a uso e consumo del pubblico televisivo che va catturato e mantenuto all'ascolto con emozioni sempre più forti.

La location è una "cucina" dove però non conta il "saper fare", ma il "saper piacere", a cominciare dell'estetica del food perché la fase decisiva è quella dell'impiattamento, tanto da dar vita

anche al *food designer* come professione, e dove viene operata la separazione dei saperi, azzerando quelli della conoscenza dei processi di produzione e di preparazione degli alimenti, un tempo diffusamente posseduti e altrettanto diffusamente praticati da diventare un patrimonio condiviso di una comunità, tramesso per “tradizione” generazionale. Nella mirabile sintesi di Pellegrino Artusi “sapere e saper fare non si devono separare”, così come era inseparabile un’altra associazione: “amo il bello e il buono ovunque si trovino e mi ripugna di veder straziata, come suor dirsi, la grazia di Dio. Amen” (4). La tradizione, dal latino *tradere*, per l’appunto altro non è ma dovremmo dire non era, se non la consegna di saperi, competenze pratiche operative (relativi nel nostro caso a metodi di coltivazione/allevamento, di lavorazione e trasformazione e di conservazione di risorse agro-alimentari) all’interno di una comunità o di un gruppo familiare allargato.

Questo prezioso deposito di “saper fare” viene invece smantellato perché costituisce un’intollerabile forma di resistenza al processo di mutazione socio-antropologica in atto che, con la nostra compiacente complicità ha rapidamente trasformato una società di frugali produttori in una società di voraci consumatori e nel nostro tempo, dominato da un’economia di mercato, il frugale produttore incorpora due fondamentali difetti: la frugalità e il “saper fare” che lo rendono parco e critico; mentre il “vorace consumatore” presenta due innegabili pregi: l’ingordigia e l’ignoranza che lo rendono insaziabile e docile.

Ma com’è che siamo arrivati a tutto questo permettendo l’invasione mediatica dei *cooking show* che penetrano come un veleno a lento rilascio in un pubblico ormai inconsapevole della pericolosità di ciò che gli appare come un divertente spettacolo a tema?

La struttura del gioco, meglio se crudele perché cattura maggiore attenzione fa infatti velo sui valori dell’apparenza che veicola, sui vacui comportamenti che propone come modelli, sullo spirito gregario e acritico che promuove, nell’apparente innocenza di uno spettacolo.

Beauty Farm

Tutta l’attrezzatura sociale che è stata elaborata per fronteggiare lo stato di necessità di una fame plurisecolare in una condizione di povertà materiale a nulla serve nella società dell’abbondanza, che soffre di malesseri del tutto inediti ora che la fame, almeno nella nostra società, sembra sconfitta e con essa sono state debellate le malattie epidemiche da carenza alimentare, soffriamo all’opposto dell’abbondanza alimentare, tanto da essere colpiti dalle malattie dell’eccesso, come l’obesità che è diventata una vera e propria piaga sociale, e il pericolo e la paura si sono trasferiti da un eccesso all’altro.

Questo spostamento di campo si accompagna ad altri trasferimenti, come puntualmente annota Montanari (5): “Si pensi allo slittamento di significato a cui è andata soggetta la parola “dieta”: inventata dai greci per designare il regime quotidiano di alimentazione (ma, più in generale, di vita) che ogni individuo deve costruire sulle proprie personali esigenze e caratteristiche, essa è passata a designare - nel linguaggio comune - la limitazione, la sottrazione di cibo.

Una nozione negativa anziché positiva”.

L'opportunità dell'abbondanza, che consente di associare al bisogno biologico di nutrirsi anche il piacere di mangiare, permetterebbe di recuperare l'originario significato della *diata* greca concepita come “regola di vita”, affidando all'alimentazione il compito di mantenerci in buona salute e in una condizione di benessere.

Quella che doveva diventare una responsabile assunzione di alimenti, aiutata dagli straordinari progressi compiuti dalla medicina e dalle scienze della nutrizione, si è invece trasformata in un patologico consumo di prodotti alimentari.

E pensare che già nel 1474 Bartolomeo Sacchi, detto il Platina nominato da Sisto IV Prefetto della Biblioteca Vaticana, pubblicava un trattato di gastronomia ante litteram *De honesta voluptate et valetudine* (Del piacere onesto e la buona salute) in cui interpretando correttamente il concetto di “dieta”, affermava che non tutti i cibi sono adatti a tutti gli uomini, ma quanto diversi sono i principi alimentari, quanto diversi sono i desideri dell'uomo a seconda degli umori, quanto diversi sono i gusti, altrettanto debbono essere vari i cibi, cosicché sia dato a ciascuno ciò che gli fa bene, gli piace e lo nutre. Ciascuno valuti ciò che fa al caso suo e poi mangi tutte quelle vivande che possono nutrire il suo corpo senza conseguenze nocive. Tutti ricordino il motto socratico secondo il quale si deve mangiare per vivere e non vivere per mangiare (6).

Il Platina, valente umanista, non poteva certo immaginare che sulla dieta come dimagrimento potesse nascere ai nostri tempi un business miliardario che ha rinnovato la propria irresistibile attrazione in associazione con il Wellness Centre

La *remise en forme* è diventata un imperativo per tutti coloro che si sentono in obbligo per convenzione sociale di rispettare i canoni di una società d dell'apparenza fondata appunto sull'immagine, disposti paradossalmente a pagare per privarsi del cibo.

E se per nutrirsi di semplici verdure contingentate, ma a caro prezzo non si provvede domesticamente, ma si ricorre ai centri specializzati è anche perché queste strutture rappresentano ormai uno dei moderni non luoghi, nella definizione dell'antropologo Marc Augé, dove paradossalmente si esercita la socialità, si rinnovano i rapporti, creano nuove relazioni ma soprattutto si conferma l'appartenenza a uno stato sociale acquisito nel rituale del reciproco riconoscimento (7).

Un autorevole segnale di invito al ravvedimento ci è pervenuto nel 2010 dall'UNESCO che ha dichiarato la “dieta mediterranea” patrimonio immateriale dell'umanità, una dieta che non si esaurisce nel cibo ma come utilmente ci rammenta Marino Niola (8), recupera l'etimologia di “stile di vita, fondato su sette virtù da coltivare: convivialità, tradizione, stagionalità, attività fisica, legame sociale, scuola, niente sprechi.

Una riflessione tanto più necessaria considerando che dobbiamo allo “sguardo dell'altro” la scoperta del valore di un “nostro stile di vita nel passaggio, dalla “invenzione” della dieta mediterranea di Ancel Keys al prestigioso riconoscimento dell'UNESCO, come ci svela il saggio di Elisabetta Moro, La dieta mediterranea. Mito e storia di uno stile di vita, Il Mulino, Bologna 2014) (9).

Junk Food

Entrando, neppure tanto tempo fa, in una bottega alimentare di prossimità o in un mercato, segnatamente in quello del pesce, la percezione che subito avvolgeva l'avventore, addirittura prima della vista, era l'odore, in forma di profumo per alcuni, di puzza per altri, segnatamente per il pesce. Ora entrando in un supermercato scorrazzando con il carrello fra i banchi refrigerati ricolmi di prodotti alimentari in quantità industriale non si avverte nessun odore.

Il cibo, di qualunque tipo e natura, debitamente sezionato, viene sigillato dopo essere stato trattato per una lunga conservazione, bloccando il naturale processo di putrefazione che l'antropologo Claude Levi-Strauss metteva appunto al vertice terminale del suo triangolo culinario "cruf/cuit/pourri" (crudo/ cotto/ putrido) (10).

Anche aprendo le confezioni per il consumo domestico non si sprigiona nessun odore e curiosamente nessuno sembra avvertire questa assenza, dando quasi per scontato che il cibo per sua natura non abbia odori, avendo evidentemente dimenticato che l'olfatto era il principale sensore che veniva utilizzato per valutare freschezza e qualità degli alimenti.

Ora, senza demonizzare l'industria agro-alimentare che ha grandi indiscutibili meriti nell'aver offerto soluzioni per il miglioramento delle condizioni di vita di ampi strati della popolazione, garantendo un'alimentazione controllata e a costi accessibili a chi viveva in regime di indigenza, occorre però segnalare criticamente gli eccessi della capacità produttiva del sistema.

Questa smisurata capacità crea, infatti, un perverso circolo vizioso perché lo smaltimento del surplus si traduce in nuovi prodotti che occorre pur vendere e che quindi vanno resi appetibili per i consumatori, che a loro volta incrementano la domanda e così via.

Facile preda di questo circuito sono i bambini a cui un'ammaliante pubblicità, intercettandone il gusto e instillando il desiderio, propone prodotti cosiddetti light apparentemente innocui (snack, con il corredo di denominazioni di fantasia apposte dai vari produttori, healthy pop, helper, plumcake, muffin, ma anche merendine e persino semplici biscotti), che si rivelano invece heavy soprattutto se ingeriti in quantità smodate.

Il risultato è il preoccupante aumento dell'obesità soprattutto nella fascia giovanile, particolarmente nel Mezzogiorno ancora immerso in una condizione di disagio economico e sociale e i giovani indigenti delle classi medio-basse trovano in questi prodotti gustosi e a basso costo una conveniente alternativa a una sana alimentazione.

Sempre il basso costo (che occorre avvertire non vuol dire basso profitto, anzi operando su grandi numeri il "basso" costo realizza volumi di vendita tali da procurare alti profitti) è il principale responsabile dell'obesità di chi per necessità, per mancanza di tempo o per altri giustificabili motivi, si ingozza di prodotti appetitosamente farciti arricchiti con grassi, insaporiti con essenze aromatiche, decorati con coloranti alimentari per renderli irresistibili fin dalla semplice vista. Tutto rispettando i limiti di legge delle sostanze utilizzate, ma il composto finale diventa una bomba calorica che inevitabilmente si scarica nell'obesità.

HACCP

Oltre all'inglese, che ha conquistato il ruolo che il latino aveva nel medio evo come lingua di interscambio, bisogna fare i conti anche con l'acronimo che sostituisce una frase con le iniziali della parole che la compongono, al punto poi da dimenticare il significato dell'espressione che l'ha generato.

L'HACCP, *Hazard Analysis and Critical Control Points* ovvero Analisi dei Rischi e Controllo dei Punti Critici, è un protocollo internazionale di autocontrollo dell'igiene degli alimenti.

L'applicazione di questa normativa, introdotta con la Direttiva comunitaria 43/93/CEE (11), (recepita in Italia con il Decreto Legislativo 155/1997) ha sollevato giustificati allarmi per la sopravvivenza delle produzioni alimentari a carattere tradizionale che presentano nelle fasi di lavorazione, negli ambienti di lavoro e nella strumentazione utilizzata molti fattori di rischio rispetto alle garanzie di igiene e sicurezza degli alimenti richieste dalle nuove norme.

Il pericolo della scomparsa di alcune produzioni, in particolare quella dei formaggi che impiegano strumentazioni e ambienti non completamente sanificabili, è stato sventato con l'emanazione della Decisione comunitaria 284/1997 che ha autorizzato gli Stati membri a concedere deroghe, per i prodotti caseari preparati tradizionalmente, circa i requisiti relativi alla natura dei materiali che compongono le attrezzature di caseificazione e alle tipologie dei magazzini con pareti naturali e locali di stagionatura e maturazione, quali le fosse.

Con successivo Regolamento 852/2004 (12), relativo all'igiene dei prodotti alimentari, è stata introdotta una certa flessibilità per permettere di continuare ad utilizzare metodi tradizionali in ogni fase della produzione, trasformazione o distribuzione di alimenti e in relazione ai requisiti strutturali degli stabilimenti, naturalmente senza compromettere gli obiettivi di igiene alimentare. Il particolare, l'art. 13 dispone che gli Stati Membri possono adottare misure per "consentire l'utilizzazione ininterrotta di metodi tradizionali in una qualsiasi delle fasi della produzione, trasformazione o distribuzione degli alimenti".

Per scongiurare il paventato pericolo della sparizione dei prodotti agro-alimentari è stata adottata con il Decreto Legislativo 173/1998 una specifica norma per la Valorizzazione del patrimonio gastronomico (art. 8), affidando a un successivo Decreto Legislativo (350/1999) le procedure per l'individuazione, da parte delle singole regioni, dei prodotti tradizionali del proprio territorio da inserire in un apposito elenco nazionale, con l'indicazione delle deroghe alla normativa igienico-sanitaria richieste per i singoli prodotti. Questa preziosa opportunità si è malamente persa con una sciatta compilazione delle schede, farcite di errori e gravi imprecisioni, che ha ridotto l'elenco a una inutilizzabile lista di denominazioni spesso impresentabili, senza mai approfittare delle annuali revisioni per sostituire le schede con versioni più meditate. Si è preferito inseguire per ansia di prestazione il criterio della quantità, con il paradossale risultato che un paese che può vantare (giugno 2015) ben 4.881 prodotti tradizionali, rispetto ai 2188 del primo elenco del 2000, ha richiesto il marchio comunitario STG (Specialità Tradizionale Garantita) solo per due prodotti: la generica "mozzarella" (quella di bufala ha ottenuto

la DOP) e la “pizza napoletana”.

Ma questa è un'altra storia anch'essa purtroppo di colpevole distrazione e di grave miopia che ha condannato il comparto dei prodotti agro-alimentari a una inerte marginalità mentre avrebbe potuto costituire una potente leva per lo sviluppo locale, soprattutto dei territori interni e montani, con quella valorizzazione del patrimonio gastronomico rimasta inoperosa nel testo del sopra citato Decreto legislativo.

Enogastronomia

Completando il percorso attorno all'alimentazione perduta ci accorgiamo che da tempo è stata sostituita da un'altra fortunata parola, “eno-gastronomia” che, nella sua semplice composizione, incorpora in realtà i cosiddetti progetti di marketing territoriale per cui l'enogastronomia alimenta forme specifiche di turismo (ad esempio, strade del vino e dell'olio); trasforma banali produzioni agro-alimentari in un'ampia gamma che va dai “prodotti tipici” ai “prodotti di qualità”, fino a giungere ai vertici dell'eccellenza; organizza fiere, mostre-mercati, eventi, ma anche convegni, seminari e incontri di studio; provvede persino a una formazione dedicata attraverso Master full time di Management dell'Enogastronomia. In altre parole, mentre l'alimentazione correttamente praticata è rivolta semplicemente alla difesa della salute delle persone e alla prevenzione di malattie, spesso provocate da una scorretta alimentazione, l'enogastronomia invece crea e sostiene un'economia il cui valore, che si misura comunque in miliardi di euro, non è stato ancora calcolato, anche per l'oggettiva difficoltà ad aggregare la miriade di voci riferibili a tutte le articolazioni del settore.

Il cambio del termine si è reso indispensabile perché in questo nostro tempo dalla mancanza del necessario siamo passati allo spreco del superfluo: non dobbiamo più sfamare gli affamati (che comunque si stanno di nuovo affacciando per effetto della crisi globale), ma affamare i sazi.

Il bisogno biologico di nutrirsi per saziare la fame, è diventato un bisogno indotto da chi ci rende insaziabili nell'acquisto delle merci che produce, con il sostegno di una martellante pubblicità che rinnova quotidianamente l'offerta rendendola irresistibile.

Per comprendere questa ossessiva insistenza è opportuno ricordare che l'industria agro-alimentare aggregata è in seconda posizione nel nostro paese per fatturato e addetti, ma è la prima in Europa.

L'enogastronomia si è perfettamente adattata a questa funzione di induzione del bisogno con una duplice mission: innanzitutto quella di titillare il gusto del sazio con proposte imperdibili di assaggi, di degustazioni irripetibili, di assolute novità offerte in esclusiva alla vittima di turno, dell'eccellenza appena arrivata da una recondita nicchia che non si può rifiutare per la sua rarità, e così via. In seconda battuta quella di costruire con i suoi eventi e le sue iniziative spazi di socialità in cui i “gastronomi” che abitualmente li frequentano vengono assolti per la loro golosità perché contribuiscono con la loro attiva presenza a rianimare “borghi”, che saranno anche i “più belli d'Italia”, ma sono desolatamente vuoti.

L'enogastronomia li rivitalizza quel tanto che consente agli abitanti di una necropoli di sopravvivere fino alla prossima iniziativa, impegnandoli nell'organizzazione dell'evento o della sagra, felici gli uomini di indossare calzamaglie colorate e casacche di improbabile foggia medievale e le donne sontuose vesti del tempo che fu, per la gioia dei turisti che accorrono a frotte, ma anche perché tutto questo contribuisce in qualche modo a risollevare l'esangue economia locale. Si riaffaccia come sempre l'onnipresente economia. Ci siamo lasciati ingenuamente sedurre dalle sue ammalianti proposte (crescita dei fatturati, redistribuzione dei redditi, incrementi dei posti di lavoro, e via cantando), senza accorgersi in tempo che se all'economia lasciamo libero campo imbocca cattive strade e va contemperata con la cultura che invece latita.

Certo l'economia ci ha consentito di sviluppare un poderoso apparato strumentale grazie a una tecnologia che nella dimensione digitale sta facendo balzi sorprendenti accelerando il cambiamento, ma purtroppo non siano riusciti contemporaneamente a dotarci di un'adeguata e aggiornata attrezzatura culturale, socialmente condivisa, nel tentativo di governare il cambiamento, che ormai segue regole che sfuggono al nostro controllo.

Siamo quindi nell'affannata condizione di cercare almeno di mitigare gli effetti indesiderati, incapaci e impotenti nell'affrontare le cause li generano.

BIBLIOGRAFIA

1. Moleschott J. Dell'alimentazione. Il "trattato popolare" di Jakob Moleschott tra Feuerbach e il nostro Tempo. Con i contributi di Giacchè L, Binaglia L, Cuniberto F, Fatati G, Gackenholtz Puxeddu M, Puxeddu A. Perugia: Volumnia Editrice; 2016.
2. Plinio Gaius S. Naturalis Historia. Torino: Einaudi 1982.
3. Corrado V. Il cuoco galante. Napoli: Stamperia Raimondiana; 1773.
4. Artusi P. La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene. Firenze: Landi; 1891, p.VII.
5. Montanari M. Lo fame e l'abbondanza. Roma-Bari: Laterza; 1993, pp. 210-211.
6. Sacchi B. (il Platina) De honesta voluptate et valetudine. Torino: Einaudi, Torino 1985, pp. 17-18.
7. Augè M. Nonluoghi. Introduzione a una Antropologia della Surmodernità. Milano: Eleuthera Editrice; 2009.
8. Niola M. Non solo cibo nella vera dieta mediterranea. La Repubblica, 14 settembre 2015.
9. Moro E. La dieta mediterranea. Mito e storia di uno stile di vita. Bologna: Il Mulino; 2014.
10. Levi-Strauss C. L'Origine des manières de table. Paris: Plon; 1968.
11. Direttiva 93/43/CEE del Consiglio, del 14 giugno 1993, sull'igiene dei prodotti alimentari.
12. Regolamento (CE) n. 852/2004 del Parlamento Europeo e del Consiglio del 29 aprile 2004 sull'igiene dei prodotti alimentari.

Conflitti di interesse dichiarati: nessuno