

Brutti ambienti



Obesità e diabete sono conseguenze di un ambiente 'interno' inquinato, così come riscaldamento dell'atmosfera e minore qualità dell'aria e dell'acqua indicano un ambiente esterno rovinato. Slow Food propone al consumatore-paziente di diventare cittadino e di imparare di più su cosa viene messo in tavola, riscoprendo il gusto e la moderazione.

Carlo Petrini
fondatore di Slow Food.



Un filo, nemmeno troppo sottile, collega alcune delle più note emergenze planetarie. La parola chiave è nota, perfino un po' abusata: ambiente. In questi decenni è proseguito il degrado dell'ambiente esterno. Ma è anche cresciuto il degrado dell'ambiente interno dell'uomo, l'epidemia di obesità e quindi di diabete e l'arteriosclerosi lo dimostra. Sono inquinate quindi le nostre arterie e il nostro pancreas almeno quanto i fiumi e l'aria. Questa, in sintesi, una delle direzioni di pensiero prospettate da Carlo Petrini, fondatore di Slow Food, un editore e un movimento di opinione presente in tutto il mondo, che ha dato vita a diverse fiere e manifestazioni e a una Università degli Studi di Scienze Gastronomiche, che ha permesso di valorizzare e salvare specialità alimentari e metodi di preparazione che rischiavano di scomparire. A una platea di diabetologi, durante l'ultimo congresso della Società Italiana di Diabetologia a Torino, Petrini ha sottolineato che «la

produzione di cibo è causa di disastri ambientali, sanitari e politici».

Agricoltura e allevamento sono la fonte principale di gas serra e i consumatori principali di acqua. Ogni anno si estinguono a migliaia specie vegetali e animali. La causa? L'Onu la identifica più nell'agricoltura che non nella caccia e nell'inquinamento industriale. Molte falde acquifere e fiumi sono inquinati in modo irrimediabile da prodotti chimici legati all'allevamento e alla coltura intensiva (e dalle deiezioni degli animali). Se aumenta il prezzo dei generi alimentari, riportando alla fame popolazioni che avevano appena raggiunto il livello di sussistenza, questo avviene soprattutto (ci sono anche i biocarburanti) perché cresce il consumo di carne: due terzi delle superfici coltivate nel mondo servono a dar da mangiare agli animali, solo un terzo finisce direttamente all'uomo.

Parlando di agricoltura e allevamento, Petrini

intende un certo tipo di agricoltura e allevamento, intensivo, standardizzato e globalizzato reso necessario da un certo tipo di mercato, di distribuzione, di abitudini di consumo. Quello che è in atto è il contrasto fra «un terzo dei viventi che rischia di morire perché mangia troppo – 1,7 miliardi di persone hanno condizioni o malattie cardiovascolari – e un terzo che rischia di morire perché mangia poco», ha spiegato il fondatore di Slow Food secondo il quale esiste anche una risposta individuale e culturale alla doppia emergenza dell'ambiente esterno e interno. E questa risposta non passa attraverso il sacrificio e l'astensione dal cibo ma, al contrario, attraverso la riscoperta del gusto, di ciò che sta dietro a un alimento. «Chi mangia tanto quasi sempre mangia anche molto male e viceversa», sottolineano a Slow Food. Questo è già avvenuto per il vino: si beve

“ La persona obesa oggi non mangia solo di più, ma si alimenta peggio e non lo fa certo per una sua libera scelta. ”



Anna Chiambretti, responsabile del Servizio di Diabetologia dell'Ospedale di Chivasso.

COLPITI SULLA VIA DI BRA

Eppure era stato un medico, il francese Claude Bernard, a parlare nell'800 dell'organismo come il punto di mediazione fra un ambiente interno e un ambiente esterno.

«La pur necessaria specializzazione ha costretto molti Team diabetologici a concentrarsi su quel che avviene nell'organismo quando si introduce un alimento, senza alzare lo sguardo oltre e chiedersi che origine, che modo di produzione e distribuzione ha ciò che il paziente mangia», riflette Anna Chiambretti, presidente della sezione regionale Piemonte Valle d'Aosta dell'Associazione medici diabetologi.

L'Amd piemontese è stata la prima a sviluppare un dialogo fruttuoso con Slow Food, che ha a Bra, in Piemonte, la sua sede centrale, ma soprattutto ad accettarne la provocazione.

«È incredibile che mentre dei 'gastronomi', come gli amici di Slow Food si definiscono, hanno fatto il salto dal concetto di 'buono' a quello di 'buono, pulito e giusto', molti medici continuano a chiedersi se è ammissibile che i pazienti mangino alimenti di loro gusto», nota Anna Chiambretti, che fa parte del comitato editoriale di www.diabetenograzie.it, un sito dedicato alla prevenzione realizzato dalla fondazione Amd con la collaborazione di Slow Food. Oltre a

indicare una direzione, subito accolta da Amd che ha sviluppato un protocollo di collaborazione nazionale con Slow Food nell'ambito del Piano di prevenzione nazionale delle malattie croniche, i numerosi interventi di Slow Food in direzione della Medicina, aiutano il medico a superare quel «senso di scoramento che si prova quando si nota la complessità insita nella produzione e nelle filiere alimentari. In realtà, è possibile capire e spiegare quel che c'è dietro a un'alimentazione errata. Saperne di più dovrebbe essere un preciso obiettivo di medici e dietisti e non solo dei diabetologi. Siamo sicuri per esempio che il rapporto fra inquinamento dell'ambiente e salute debba essere di fatto un problema solo degli oncologi?».

Più complesso superare il potenziale gap di informazione fra persone che sono all'interno e persone che sono all'esterno di determinati circuiti informativi.

«Oggi l'obeso non solo mangia di più ma soprattutto mangia peggio», conclude Anna Chiambretti, responsabile del Servizio di Diabetologia dell'Ospedale di Chivasso, «e non è possibile pensare che lo faccia per effetto di scelte precise e informate, tant'è che sono ovunque i ceti più poveri i più colpiti. Forse il diabetologo è nella condizione di recuperare quel ruolo di ascoltato consigliere capace a 360° gradi di orientare le scelte delle persone».



Carlo Petrini.



*Di fronte al cibo
non basta
essere consumatori e non ha senso
sentirsi 'pazienti'.*

*Dobbiamo
essere dei cittadini.*



molto meno (aiutando l'ambiente interno) e si spende lo stesso bevendo meglio. La sempre maggiore coscienza di quel che c'è dietro un'etichetta ha incentivato i produttori a gareggiare in qualità e a riscoprire varietà e terreni che non si prestavano alla coltura di massa.

Lo stesso modello potrebbe essere esportato per l'insieme dei beni alimentari: scegliere porzioni giuste senza sprechi, cercare il prodotto coltivato vicino a casa, accorciare la catena distributiva, sapere di più cosa si acquista.

E la Medicina cosa c'entra? Da sempre, gastronomia e Medicina sono impegnate in un legame stretto e unico. «La storia della Medicina da Ippo-



crate alla scuola di Salerno riserva un'attenzione straordinaria all'alimentazione. Il primo trattato di gastronomia è scritto da Bartolomeo Sacchi, detto il Platina, umanista e medico di corte degli Sforza», ha raccontato Petrini. Slow Food è nata 20 anni fa con l'idea che si potesse porre fine a questa divisione deleteria, superando la visione ludico estetica della gastronomia.

Nel suo sviluppo, stimolata anche dal dialogo con i diabetologi più attenti ha cercato la sintesi fra ciò che è buono e ciò che è sano, fra ciò che è buono ed è pulito, giusto. «In questi anni abbiamo scoperto che possiamo trovare questa sintesi, ma anche che dobbiamo farlo», ha sottolineato il fondatore di Slow Food. «Di fronte al cibo non basta essere consumatori e non ha senso sentirsi 'pazienti'. Dobbiamo essere cittadini. Dobbiamo chiederci da dove viene e dove va il cibo che abbiamo nel piatto. Questo significa una filiera agro alimentare che sia pulita, sana e anche giusta».

In questa direzione tutti coloro che hanno a che fare con il cibo, perché lo producono, lo trattano, lo studiano o ne studiano le conseguenze sull'organismo, sono chiamati da Petrini a superare assurde divisioni. Basta con una visione penitenziale della malattia che condanna le persone degenti a mangiare male, ma basta anche con una visione bassamente edonistica del mangiare.

«Non è vero che il piacere è antagonista della salute!», insiste Petrini, «Piacere è moderazione, è condivisione, è rispetto. Non è gastronomo chi eccede o dimentica questo. Raccontavo che il primo trattato di gastronomia è stato scritto da un medico. Si intitolava *De Honesta Voluptate: Del piacere giusto, del piacere, ma moderato*».