



A.S.I.A.

Associazione Scientifica Italiana Alimentazione

Le riflessioni di A.S.I.A.

PER UNA SALUTE SENZA DIETE

Avverto nella oceanica pubblicistica quotidiana sull'alimentazione, cibo, nutrizione, continua, una sorta di sottile perbenismo che si trasforma a volte in una forma di neomoralismo.

In un mondo ormai dominato dalla vocazione alla ricerca individuale dei diritti e delle scelte, in campo morale, religioso (escludendo ovviamente il fenomeno regressivo dei fondamentalismi), nei comportamenti personali come nella politica, in una parola dalla "modernità", l'unico settore nel quale fanno capolino forme di "restaurazione" e di presentazione di decaloghi è sicuramente quello riguardante il cibo e in particolare il suo rapporto con la salute.

Dopo i decenni passati a ragionare e "lottare" per una società e un mondo migliore, oggi si ragiona prevalentemente su l'orto urbano e su quale sia il cibo ideale per non ammalarsi e vivere fino a cento anni e più. Secondo una ricerca di Coldiretti/Censis, il 46% degli italiani si cimenta nel giardinaggio o nella cura dell'orto. Gli orti urbani sono triplicati in due anni e hanno raggiunto il record di 3,3 milioni di metri quadri. Non passa giorno che vengono lanciate e promosse nuove diete salutari, tutte collegate alla garanzia di difenderci da ogni malattia e ogni giorno, esperti di ogni settore dettano le loro leggi: come novelli profeti millenaristici ci dicono di mangiare questo o quello e ci proibiscono questo o quest'altro.

Un dubbio mi assale: che coloro che dettano decaloghi e pronunciano sentenze abbiano a priori un problema col cibo e desiderano mitigare questa loro difficoltà caricando come novelli farisei i giochi sugli altri.

Leggo che secondo un'altra ricerca Censis sono 2,4 milioni le famiglie italiane a cui è capitato di non potere acquistare il cibo necessario e al tempo stesso (non ne dubitavo) 29,4 milioni di connazionali si definiscono appassionati di cibo, 12,6 intenditori e 4,1 veri esperti. Dati interessanti e contraddittori e al tempo stesso chiarificatori di come viene vissuto dalla gente il pianeta cibo.

Sono presidente di una società scientifica che si propone di ricercare ed offrire alla popolazione **risposte concrete ma soprattutto chiare e praticabili** nelle scelte quotidiane su cosa mangiare.

Senza ovviamente dimenticare i risultati della **ricerca scientifica più seria e indipendente** ma senza moralismi e con un'attenzione all'esperienza globale della vita che non può e non deve ridursi alla prevenzione di qualcosa di ancora assolutamente incerto come quello del futuro individuale e collettivo.

Marco Baroni presidente di ASIA

Milano, 12 agosto 2015