

Alimentazione sostenibile e sostenibilità alimentare

Guglielmo Bonaccorsi



Da tempo ormai il sostantivo “sostenibilità” è uno dei termini più usati, e forse abusati, con una chiara accezione antropocentrica: a partire dagli anni '80 del secolo scorso, infatti, l'interpretazione del suo significato ha sempre più riguardato la sostenibilità umana sulla terra, legandosi in maniera inestricabile con il concetto – e i limiti – dello sviluppo umano: sostenibilità e sviluppo si coniugano in quella dimensione - forse ambigua - che è lo sviluppo sostenibile, definito con le parole della Commissione WHO come quella forma di sviluppo che incontra le necessità delle generazioni presenti senza negare o compromettere i bisogni delle generazioni future (*Sustainable development is development that meets the needs of the present without compromising the*

ability of future generations to meet their own needs, Brundtland Commission of the United Nations, March 20, 1987).

La sostenibilità generale investe dunque quattro direttrici principali, in ognuna delle quali la sostenibilità alimentare acquista uno spazio valoriale essenziale: ambiente, economia, società, cultura.

In questo senso, la sostenibilità alimentare non è che una sottodimensione della più ampia sostenibilità generale, dove il conflitto tra ciò che è possibile, desiderabile e auspicabile a livello individuale deve necessariamente compendiarsi con ciò che è giusto e necessario per il benessere alimentare minimo di tutti. Parole come libertà, spreco, sufficienza/eccesso, permanenza/finitezza ritornano allora attuali e dovrebbero comporsi in un equilibrio

dinamico in grado di soddisfare una *alimentazione sostenibile*.

In tale prospettiva, la sostenibilità alimentare/alimentazione sostenibile deve essere quindi letta e decodificata da due punti di vista:

- quello individuale, ove è *sostenibile* qualunque tipo di alimentazione che produca beneficio per il singolo organismo, dal punto di vista francamente plastico e nutrizionale così come della dimensione edonistica e salutistica. Non per caso, abbiamo progressivamente assistito a una crescita dei parametri antropometrici statura-ponderali dal dopoguerra in poi con una progressione del tutto inattesa, e in cui “più alimentazione” (maggiore disponibilità calorica e di nutrienti) ha sicuramente

te giocato un ruolo da protagonista.

- Di contro, se proviamo a leggere la sostenibilità alimentare e l'alimentazione sostenibile come *diritto di tutti*, ci ritroviamo a doverci confrontare con altre chiavi di valore e parametri affatto diversi: ambiente, tempo, spazio, etica, salute, nella piena consapevolezza che esiste un solo pianeta che deve soddisfare le esigenze alimentari e nutrizionali dell'intera popolazione mondiale, ormai proiettata – nonostante la pandemia da SARS-Cov 2 - a raggiungere a brevissimo gli otto miliardi di individui.

È quanto mai evidente, allora, che chi consuma oltre il proprio fabbisogno alimentare sottragga risorsa vitale al resto della comunità dei cittadini, così come è formalmente scontato che chi consumi oltre soglia nel proprio periodo vitale determini un impoverimento complessivo che dovrà pagare – e subire – la generazione successiva, negando la stessa definizione WHO di sviluppo sostenibile.

Definire confini e limiti critici dell'alimentazione sostenibile si può e si deve, ma dobbiamo essere espliciti sulla prospettiva di sostenibilità che si decide di misurare, prospettiva a sua volta dipendente da alcune determinanti:

- la popolazione complessiva del pianeta, attuale e futura.
- La limitatezza delle risorse alimentari della Terra
- Logica conseguenza dei precedenti punti, le politiche alimentari sostenibili che saranno adottate dalla comunità internazionale, con un probabile - e da molti auspicato - shift verso un'alimentazione in cui la quota proteica sia fortemente sostenuta da alimenti di origine vegetale - plant proteins, che consenta un uso *sostenibile* di terra consumata ai fini agricoli



- Infine, di non minor conto è un cambiamento generalizzato dei comportamenti alimentari individuali, verso ciò che è utile, giusto e sufficiente anziché verso ciò che è desiderabile, appetibile, palatabile, pur non negando gusto e preferenze dietetiche.

Potremmo riassumere il tutto in una domanda, che segna anche una priorità negli interventi programmabili di salute pubblica alimentare: cosa preferiamo propugnare e perseguire da operatori di sanità pubblica, essere sicuri di mangiare, o mangiare in modo sicuro?

Se la prima prospettiva ha interessato a lungo i Paesi in via di sviluppo, in cui l'accesso al cibo era (ed è) tutt'altro che garantito, allargandosi via via a comprendere fasce di fragilità socioeconomiche anche in paesi sviluppati, la classica dimensione di sicurezza alimentare come *safety*, ovvero essere certi che ciò che mangiamo

non nuocerà alla nostra salute, interessa tutti, ricchi e poveri del pianeta.

Appare inoltre evidente, e stridente, come esista uno stretto legame tra disagio sociale, deterioramento ambientale e insicurezza alimentare progressiva: all'appalesarsi di uno solo di questi fattori, si innescano e amplificano gli altri due. E nessuno, in nessuna area geografica, può ormai ritenersi al sicuro: non per caso, l'approccio One Health - riconosciuto dalla WHO e da tutte le maggiori organizzazioni internazionali che a vario titolo tutelano la salute di tutte le creature viventi e che propugna una intima relazione tra salute umana, salute degli animali e salute ambientale - trova nell'alimentazione sostenibile una logica esplicazione di cosa significhi intervenire secondo un criterio olistico e multilivello.

Ecco perché appare oggi irrimandabile affrontare il tema dell'alimentazione e della

nutrizione secondo un approccio globale, lo stesso che la Commissione *EAT Lancet* ha adottato nella proposta di Planetary Health Diet - dieta salutare per il pianeta – che tenga in debito conto i quattro pilastri fondamentali della *food*

security (disponibilità, accesso, uso, stabilità) per assicurare che tutti i cittadini del mondo possano mangiare oggi e continuare a mangiare in piena sicurezza e salute in futuro. Uno dei capisaldi della proposta è proprio quello di fondare un comportamento dietetico appropriato sul giusto e non eccessivo apporto calorico, sul consumo di una notevole quantità e diversità di alimenti vegetofruittariani e sul contenimento di fonti nutrizionali di origine animale, nonché di grassi saturi, cereali iper-raffinati e cibi fortemente processati. Elementi dietetici che fanno storicamente parte dell'alimentazione della nostra nazione e che - in una società globalizzata spesso tesa al profitto e alla commercializzazione a oltranza piuttosto che non alla ricerca di salute e benessere – abbiamo in parte perso, ma che dobbiamo e possiamo recuperare appieno nel solco scavato dalla Dieta Mediterranea e dalla “ricchezza” alimentare italiana: quello che, da sempre, ci rende una eccellenza mondiale in tale campo, non solo per motivi di gusto e piacere ma anche per caratteristiche di salubrità, completezza nutrizionale, varietà e rispetto dell'ambiente.

Bibliografia

1. Report of the World Commission on Environment and Development, Our Common Future, United Nations, 1987
2. Food in the Anthropocene: the EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems, Lancet 2019; 393: 447–92



Guglielmo Bonaccorsi
Professore Associato di Igiene
generale e applicata
Dipartimento di Scienze della Salute (DSS)
Università degli Studi di Firenze