



**POLITECNICO  
DI TORINO**

Dipartimento di  
Architettura e Design

**Ph.D. in  
Management, Production and Design**

XXXIII° Cycle

# **Design, Cibo e Salute**

La progettazione di un sistema di comunicazione tra  
gli attori locali del settore agroalimentare e sanitario

**Tutor**  
Prof. Pier Paolo Peruccio

**Ph.D. Candidate**  
Alessandra Savina



*“Lascia che il tuo cibo sia la tua medicina e la  
tua medicina sia il tuo cibo”.*

*Ippocrate, 460-377 a.C.*

# Indice

---

---

Introduzione e Metodologia della Ricerca .....	10-16
--	-------

## CAPITOLO 1

---

### Cibo e Salute: perchè due realtà ancora oggi così distanti?

1.1 L'impatto del cibo sulla salute .....	20 - 22
1.2 Modelli di produzione alimentare ad alto impatto .....	23 - 26
1.3 Modelli di consumo alimentare ad alto impatto .....	27 - 28
1.4 Il rischio alimentare .....	29 - 37
1.5 L'ampio significato del cibo sano .....	38 - 40
1.6 La percezione del cibo sano in un dipartimento universitario di scienze della nutrizione: l'esperienza messicana e la progettazione di un nuovo menù universitario .....	41 - 56

## CAPITOLO 2

---

### Design, Cibo e Salute: scenari passati, attuali e futuri

2.1 Design, cibo e salute .....	60-61
2.2 Il contributo della World Design Organization nella nuova frontiera del cibo, della salute e del benessere sostenibile .....	62 - 79
2.3 Design, cibo e benessere nello scenario globale .....	80 - 82
2.4 Il ruolo del designer .....	82 - 83
2.5 L'intersezione tra cibo e salute: i casi studio .....	84 - 106
2.6 Il caso studio canadese 'Nourish, the future of food for healthcare' .....	107 - 115
2.7 Altre realtà operative nel settore alimentare e sanitario tra economia solidale e politica .....	116 - 117
2.8 La disconnessione emergente e la necessità di un'azione sistemica .....	118 - 120

# Indice

---

---

## CAPITOLO 3

---

### IL PROGETTO 'CIBO, COMUNITÀ, SALUTE'

3.1 Introduzione al progetto .....	124-125
3.2 Il progetto 'Cibo, Comunità, Salute' e la metodologia adottata .....	125 - 128
3.3 Il ruolo di CioCheVale: associazione di promozione sociale e ambientale .....	129
3.4 Gli attori coinvolti .....	130
3.5 Analisi e mappatura degli stakeholder: interessi, necessità, limiti, tendenze e strategie applicabili .....	131
3.5.1 Medici di base e specialisti in ambienti pubblici e privati .....	132 - 135
3.5.2 Piccoli produttori agroalimentari locali .....	136 - 138
3.5.3 Cuochi, chef e ristoratori .....	139 - 141
3.5.4 Cittadini sani, malati e potenzialmente a rischio .....	142 - 144
3.5.5 Associazioni locali di promozione sociale ambientale, tutela e valorizzazione .....	145 - 146
3.6 Analisi qualitativa delle attuali relazioni tra gli stakeholder .....	147 - 149
3.7 Le linee guida progettuali .....	150
3.8 Gli obiettivi progettuali .....	151
3.9 <i>Cibo, Comunità, Salute:</i> i primi passi verso la generazione di un network territoriale .....	152 -163
3.10 La riconversione del progetto a causa della pandemia da Covid-19 .....	164
3.11 I canali del progetto .....	165 - 166
3.11.1 ChieriWebTv: la struttura della video-rubrica 'Cibo, Comunità, Salute' .....	167 - 169
3.11.2 Picchioverde: la rubrica 'Cibo, Comunità, Salute' all'interno di una rivista territoriale digitale e cartacea .....	170

# Indice

---

---

3.11.3 La piattaforma multifunzionale 'Cibo, Comunità, Salute': lo sviluppo di una possibile nuova realtà virtuosa per il benessere della comunità locale .....	171 - 180
3.12 Lo studio del logo .....	181

## CAPITOLO 4

---

### Le puntate di 'Cibo, Comunità, Salute' su WebTv locale

4.1 La selezione degli stakeholder virtuosi: profilo e requisiti .....	186 - 187
4.2 I reali attori del progetto 'Cibo, Comunità e Salute' .....	188
<b>4.3 PUNTATA #1- La Dieta della Sedentarietà</b> <i>Con la Dott.ssa Maria Lucia Macrì, Luca Roffinella e Roberta Lomuscio</i> .....	189 - 195
<b>4.4 PUNTATA #2 - Cibo Naturale: tra prevenzione e benessere</b> <i>Con la Dott.ssa Rossana Becarelli, Andrea Pirollo e Roberta Lomuscio</i> .....	196 - 201
<b>4.5 PUNTATA #3 - Cibo Locale: sostegno per territori e comunità</b> <i>Con il prof. Luigi Bistagnino, Federico Chiais, Roberta Lomuscio</i> .....	202 - 208
<b>4.6 PUNTATA #4 - Ripartiamo dal cibo</b> <i>Con il prof. Dario Padovan, Paolo Pompilio e Roberta Lomuscio</i> .....	209 - 216
<b>4.7 PUNTATA #5 - Le erbe spontanee: tra riscoperta e nuovi utilizzi</b> <i>Con Massimiliano Millefiori, Elena Comollo e Roberta Lomuscio</i> .....	217 - 223
<b>4.8 PUNTATA #6 - Tra sensorialità e creatività: le potenzialità del cibo</b> <i>Con la Dott.ssa Maria Lucia Macrì, Raffaella Firpo e Roberta Lomuscio</i> .....	224 - 230
<b>4.9 PUNTATA #7 - Let Eat Bi: tra coltura, cultura e convivialità</b> <i>Con la Dott.ssa Armona Pistoletto, Luca Roffinella e Roberta Lomuscio</i> .....	231 - 237

## CAPITOLO 5

---

### Una risposta agli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile 2030

5.1 Goal 3: Good Health and Well-being: Ensure healthy lives and promote well-being for all at all ages. ....	243
5.2 Goal 12 - Responsible Consumption and Production: Ensure sustainable consumption and production patterns .....	244 - 245
5.3 Goal 11: Sustainable Cities and Communities: Make cities inclusive, safe, resilient and sustainable .....	246 - 247
5.4 Goal 2: Zero Hunger: Achieve food security and improved nutrition and promote sustainable agriculture .....	247 - 248
5.5 Inter-connessioni tra gli obiettivi di sviluppo sostenibile del progetto .....	248 - 249

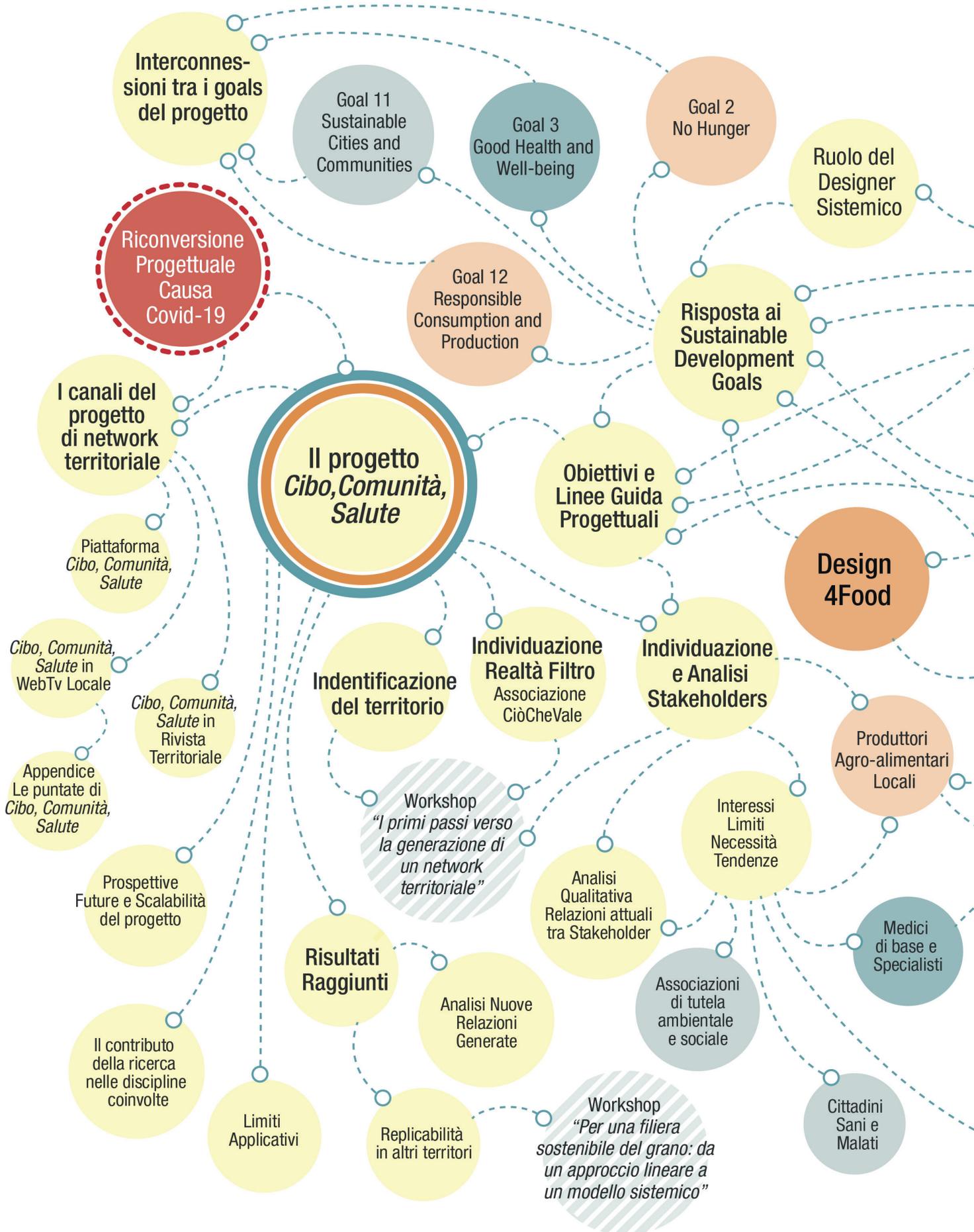
## CAPITOLO 6

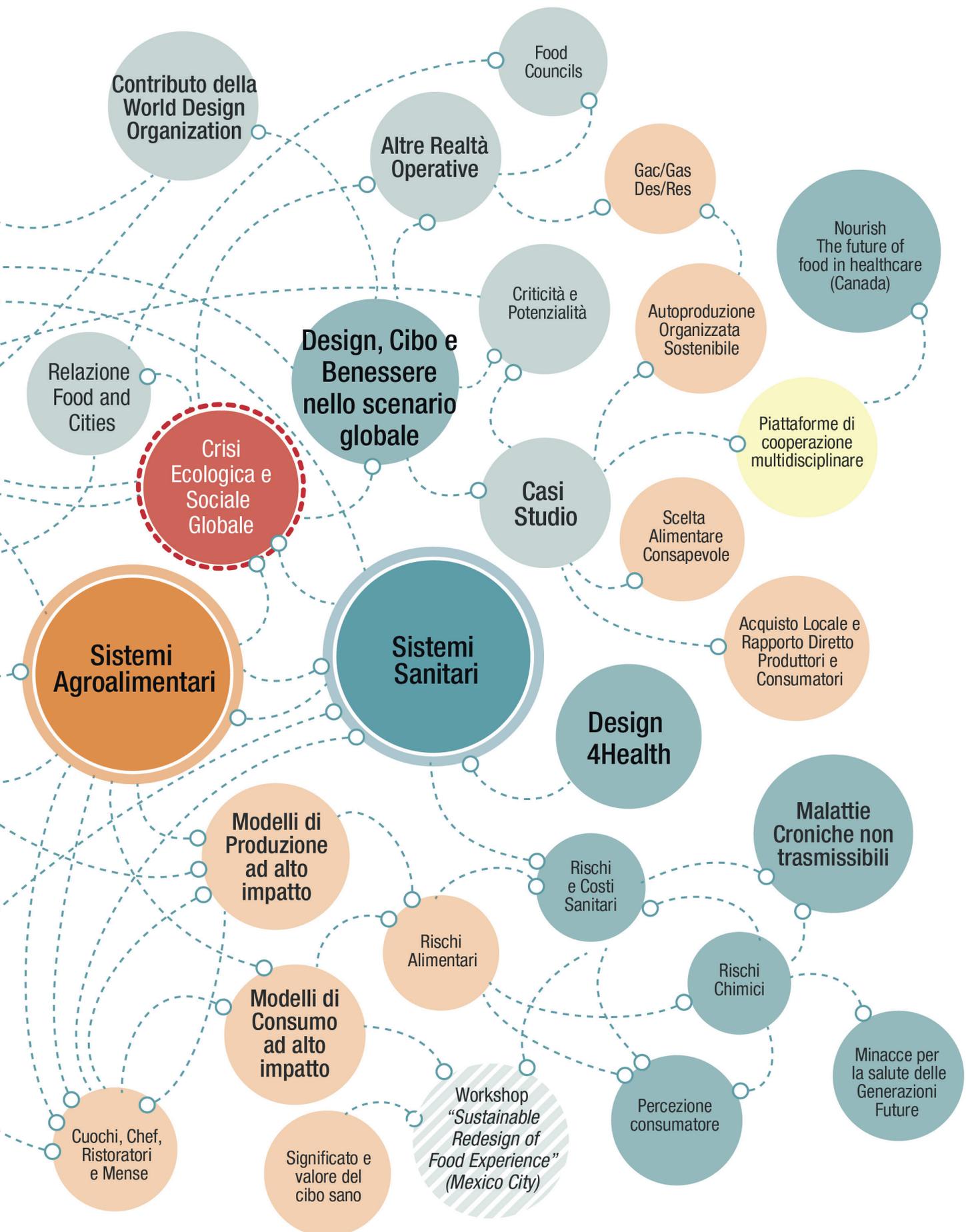
---

### I risultati raggiunti

6.1 Risultati raggiunti: le nuove relazioni tra gli stakeholder .....	254 - 256
6.2 Limiti applicativi .....	256 - 257
6.3 Replicabilità in altri territori .....	258 - 259
6.4 ' <i>Cibo, Comunità, Salute</i> ' in un nuovo territorio .....	260 - 271
6.5 La possibile collaborazione futura con Terra Madre Salone Del Gusto .....	272 - 276
6.6 Il contributo della ricerca affrontata per l'ambito del design e delle discipline coinvolte .....	277 - 278
6.7 Prospettive future e scalabilità del progetto sul piano internazionale .....	279 - 280
6.8 Conclusioni .....	281 - 282
<b>Ringraziamenti</b> .....	283 - 284
<b>Riferimenti Bibliografici</b> .....	285 - 294

# QUADRO GRAFICO DELLA RICERCA





## INTRODUZIONE E METODOLOGIA

La comunità scientifica e la società civile sono oggi chiamate ad affrontare un momento storico caratterizzato da perturbazioni continue che coinvolgono ambiti disciplinari differenti. L'attuale pandemia da Covid-19 e le ripercussioni delle trasformazioni ambientali sugli assetti territoriali e sull'equilibrio dei sistemi sociali ed economici stanno conducendo il design a riformulare – in termini di maggiore sostenibilità e resilienza – prodotti, servizi, processi, sistemi ed esperienze in grado di influenzare positivamente gli attuali modi di agire, lavorare, progettare, vivere (Harari, 2021; Antonelli & Rawsthorn 2020).

In questo scenario estremamente complesso, caratterizzato da un processo di mutamento continuo e non precisamente prevedibile, il tema del cibo, come costituente essenziale per garantire la vita sul pianeta, come materia di nutrimento, ma soprattutto come elemento cardine della maggior parte dei sistemi economici, antropici e culturali di un territorio, rappresenta un aspetto fondamentale. La produzione alimentare è infatti strettamente connessa all'equilibrio dei sistemi ambientali e, a sua volta, è in grado di perturbare fortemente la stabilità, il benessere e le relazioni dei sistemi sociali. Tuttavia, il design e la gestione delle

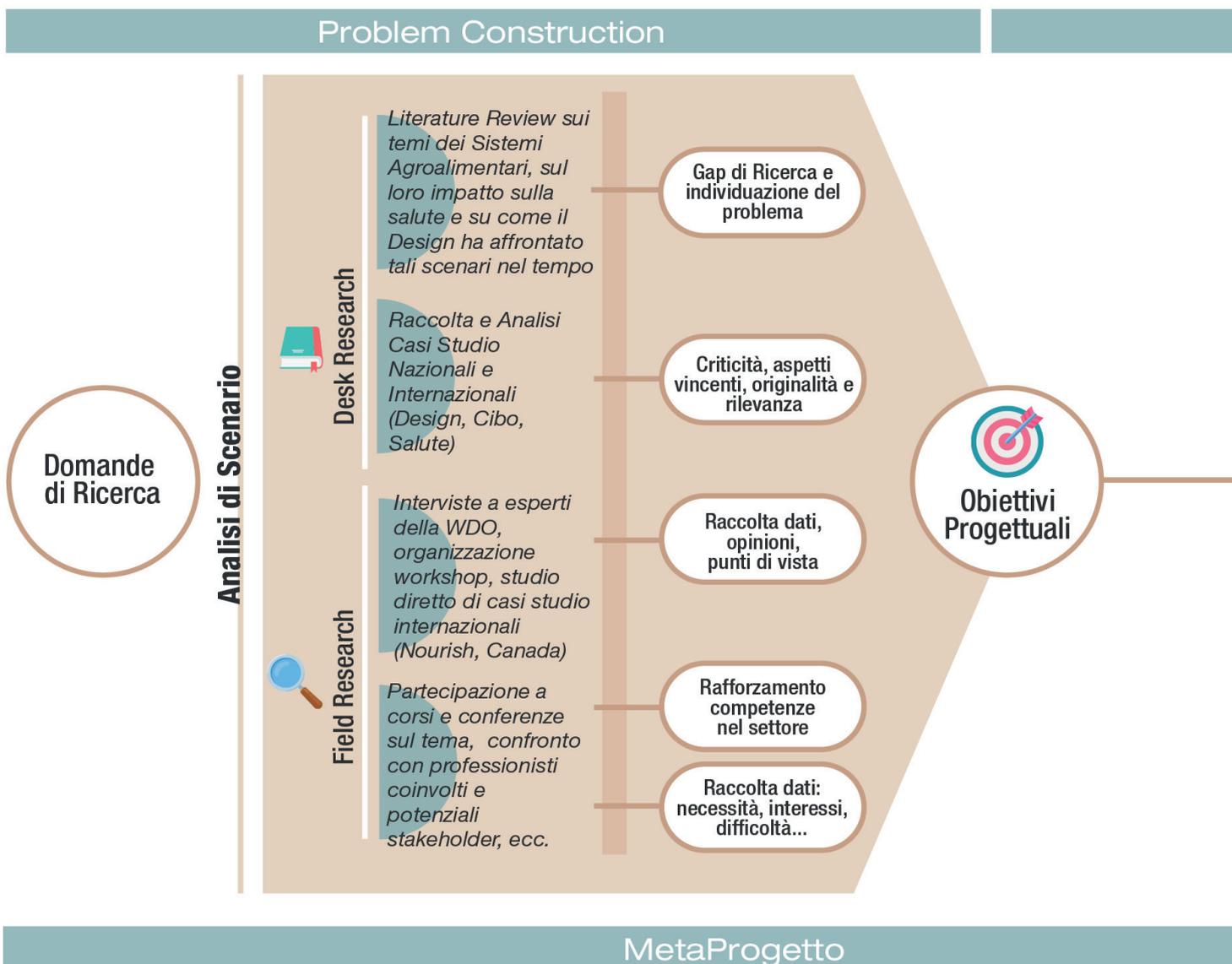


Fig. 1 - Metodologia di progetto.

filieri agro-alimentari attuali, in tutti i loro aspetti, si stanno purtroppo indirizzando con determinazione verso un modello produttivo ad alto impatto che non considera il costo ambientale e sociale del prodotto alimentare, interpretato volutamente come mera merce da cui trarre profitto (Shiva, 2015).

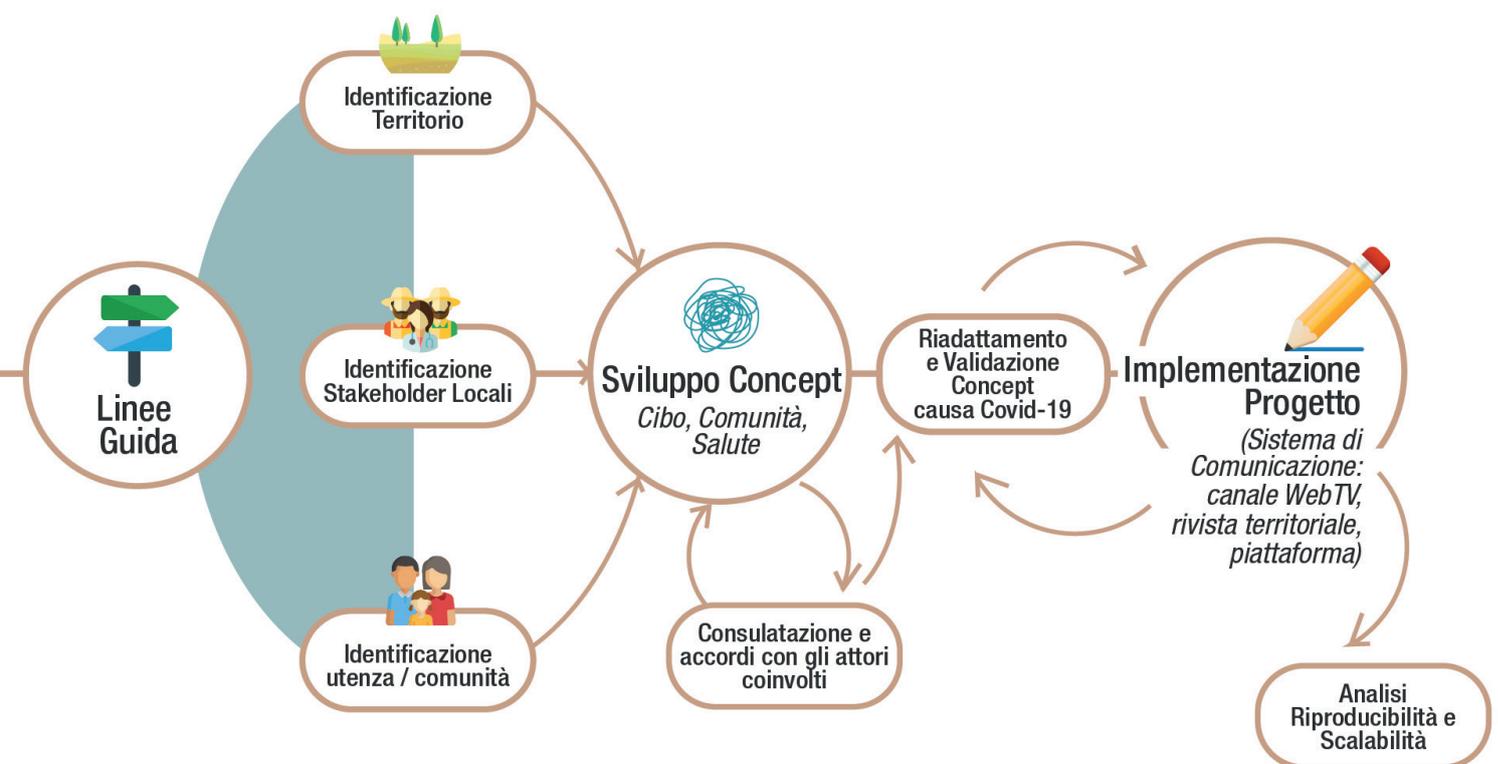
Dall'analisi di tale scenario si sviluppa questa Tesi di Dottorato in Gestione, Produzione e Design intitolata *“Design, Cibo e Salute. La progettazione di un sistema di comunicazione tra gli attori locali del settore agroalimentare e sanitario”*, all'interno del quale il designer si pone delle domande di ricerca ben specifiche.

A seguito di una fase di literature review e raccolta dati, atta a comprendere come operano le attuali filiere produttive alimentari, quale sia il loro impatto sulla salute del consumatore, dei produttori e del pianeta e quanto i sistemi sanitari considerino lo scenario alimentare nel processo di individuazione ed estirpazione delle cause di specifiche malattie, emergono due quesiti fondamentali:

- ❓ Quali sono i ruoli, le responsabilità e le possibilità d'azione per il designer in questa sfida transdisciplinare che si muove tra i temi del cibo e della salute?

## Problem Setting

## Problem Solving e Decision Making



## Progetto

**?** Come innescare attraverso il design una riconversione sistemica e incoraggiare a una presa di responsabilità reciproca che conduca a un intimo dialogo tra reti alimentari e sistemi sanitari?

Partendo da tali quesiti è stato possibile tracciare una metodologia (Fig. 1) che ha guidato la ricerca progettuale svolta.

Certamente tali interrogativi sono stati fondamentali per il perseguimento di una prima fase di desk research, all'interno del quale è stata svolta una revisione della letteratura scientifica non solo nell'ambito del *Design for Food*, del *Design for Health* e più in genere del *Design for Well-being*, ma anche negli specifici settori disciplinari delle scienze agro-alimentari e di quelle sanitarie.

Tra gli ambiti indagati possiamo citare quello della sicurezza alimentare e dei sistemi di gestione del rischio, quello della percezione del prodotto alimentare e delle sue implicazioni da parte del consumatore e ancora, quello delle politiche alimentari nelle diverse città del mondo. Inoltre, sono stati seguiti differenti corsi settoriali e scuole internazionali tra cui è possibile citare il corso *'Il cibo che cambia il mondo. Verso una conversione ecologica e la creazione di reti comunitarie'* con la partecipazione di Vandana Shiva, una delle più autorevoli voci dell'ecologia mondiale e l'*Autumn School of Agroecology* con la partecipazione di Miguel A. Altieri, Docente di Agroecologia presso l'Università della California a Berkeley.

A supporto di tale indagine è stata inoltre effettuata una raccolta di diversi casi studio nazionali e internazionali all'interno della quale sono state differenziate quattro specifiche categorie sulla base delle loro finalità. È bene ammettere che proprio questa raccolta di casi, inserita all'interno di una prima fase di ricerca teorica, ha aperto la strada a una seconda fase di field research, costituita dallo studio diretto di diverse realtà nazionali e internazionali e dalla

partecipazione a eventi tematici, come il *'Food for Health Symposium 2019'* promosso dall'organizzazione canadese Nourish. The Future of Food in the Healthcare (Toronto, Ontario, Canada).

In questa seconda fase di osservazione diretta, è stato possibile avviare diverse interviste a esperti, professionisti sanitari e produttori alimentari potenzialmente coinvolgibili nel progetto.

Questa dinamica è stata estremamente significativa per una raccolta di punti di vista contrastanti ed esperienze rilevanti, ma soprattutto ha rappresentato un'ottima opportunità per testare la propensione verso un progetto di riconnessione futuro.

A supporto di tali fasi sono stati svolti due differenti periodi all'estero:



45 giorni presso l'*Ontario College of Art and Design University*<sup>1</sup> (OCADU - Toronto, Canada), all'interno del *Design for Health Program*. Attraverso il tutoraggio del Prof. Peter Jones, il quale conduce approcci di progettazione sistemica alla ricerca e alla scienza del design nella sanità, nei media, nella progettazione sociale e nella politica attraverso lo *Strategic Innovation Lab*, è stato possibile comprendere meglio la disciplina del Design for Healthcare, indagando inoltre in maniera approfondita il complesso caso studio canadese *'Nourish - The Future of Food in Healthcare'*.



60 giorni presso la *School of Medicine and Health Sciences del Tecnológico de Monterrey (TEC, Città del Messico, Messico)*, nello specifico all'interno della

---

<sup>1</sup> Per maggiori informazioni:  
[www.ocadu.ca/academics/graduate-studies/design-for-health](http://www.ocadu.ca/academics/graduate-studies/design-for-health)  
[www.tec.mx/en/health-sciences](http://www.tec.mx/en/health-sciences)

*School of Nutrition and Integral Wellbeing*. Attraverso la supervisione del Dott. José Guillermo Domínguez Cherit e della Prof.ssa Verónica Flores Bello, rispettivamente Decano e Direttrice della School of Medicine and Health Sciences del Tecnológico de Monterrey, è stato possibile approfondire alcuni elementi delle discipline agro-alimentari e sanitarie, non proprie del design, ma indispensabili allo sviluppo del progetto di ricerca.

È seguita poi una fase di interviste ai membri dell'organizzazione internazionale non governativa *World Design Organization*<sup>2</sup>, precedentemente nota come *International Council of Societies of Industrial Design* (Icsid) (tra cui è possibile citare Srini Srinivasan, 2019-2021 WDO President), per comprendere come il design stia agendo nel binomio cibo-salute a livello globale e quali possano essere le linee guida perseguibili per il futuro. In queste fasi contemporanee di field e desk research sono anche stati svolti differenti workshop in aree geografiche distinte del mondo, coinvolgendo la maggior parte degli attori che costituiscono i sistemi agroalimentari e sanitari, generando dialoghi e processi partecipativi mediati e guidati dal design.

Infine, a seguito dell'ampia analisi di scenario condotta, sono state elaborate cinque linee guida fondamentali, direzioni potenzialmente percorribili all'interno della fase progettuale conclusiva, indispensabili per una prima definizione degli obiettivi, del concept di progetto e per l'identificazione di un territorio di riferimento, una comunità ad esso afferente e un panel di stakeholder in esso attivi.

Tale percorso ha dato vita alla progettazione di un network territoriale di relazioni tra gli stakeholder del settore agroalimentare e sanitario all'interno di circa 40 comuni piemontesi ai piedi della collina torinese e ha assistito allo sviluppo di un sistema di comunicazione tra essi e per la comunità, innescato dalle necessità urgenti emerse all'interno della pandemia da Covid-19. Tale sistema di comunicazione ha previsto la progettazione di una WebTv locale, una rubrica su rivista territoriale e una piattaforma multisettoriale, tutte caratterizzate dal medesimo nome che ne rappresenta i contenuti, ovvero '*Cibo, Comunità, Salute*'.

## IL QUADRO DI POSIZIONAMENTO DISCIPLINARE

Il quadro di posizionamento disciplinare di questa tesi e del progetto in essa sviluppato è vario e complesso (Fig. 2).

Da un lato è possibile certamente individuare l'intenso e indispensabile coinvolgimento delle discipline scientifiche, in particolare delle Scienze Sanitarie, delle Scienze Agrarie e delle Scienze Ambientali per la comprensione e la decodificazione delle ripercussioni dei sistemi agroalimentari ad alto impatto sulla salute dell'uomo e del pianeta.

Dall'altro, invece, è possibile cogliere il coinvolgimento delle discipline umanistiche, come la sociologia, l'antropologia, la psicologia, necessarie per l'analisi delle relazioni esistenti tra gli stakeholder degli attuali sistemi agroalimentari e sanitari e per la tessitura di una nuova rete di relazioni maggiormente virtuosa, sostenibile e resiliente e, infine, quello delle Scienze Gastronomiche, atto a comprendere maggiormente i differenti aspetti culturali che si celano dietro al mondo del cibo e dei luoghi da cui esso proviene.

Andando più nel dettaglio, il ventaglio di questa discipline coinvolto nell'ambito della progettazione, si presta a supportare in maniera adeguata gli obiettivi di questa Tesi nel quadro del Design Sistemico, del Design per Territori,

---

<sup>2</sup> Per maggiori informazioni:  
[www.wdo.org](http://www.wdo.org)

del Design dei Servizi e, infine, del Design della Comunicazione Visiva, necessario per la divulgazione pratica e per la comprensione di dati complessi spesso accessibili solo ad élite di esperti. Per concludere, non è escluso l'elemento della tecnologia che, al contrario, nel progetto sviluppato e descritto all'interno di queste pagine, sarà il mezzo fondamentale per raggiungere e coinvolgere comunità di professionisti locali e cittadini in un momento storico contraddistinto dalla pandemia da Covid-19 e da un distanziamento sociale forzato e prolungato.

Nello specifico la presente ricerca si muove tra le specifiche aree del *Design for Food* (Vrenna et alii, 2021; Fassio, Cionchi and Tondella, 2020; Fassio and Tecco, 2018; Fiore and Barbero, 2014; Maffei and Schifferstein, 2017; Bassi, 2015) e del *Design for Health* (Jones, 2013; Cooper, Boyko & Cooper, 2011;

Ulrich et alii, 2008), esplorando un nuovo scenario ancora poco battuto dalle discipline progettuali, ovvero quello derivante dalla compenetrazione del settore agroalimentare e sanitario (Fig. 3)

## LA NECESSITÀ DI UN RIADATTAMENTO PROGETTUALE A CAUSA DELLA PANDEMIA DA COVID-19

È lecito chiedersi come il progetto di questa tesi si sarebbe potuto sviluppare in un momento storico non segnato dalla rapida diffusione di un virus poco conosciuto. L'iniziale sviluppo del progetto prevedeva infatti un coinvolgimento nettamente maggiore del settore sanitario e dei professionisti a esso afferenti. L'ambizione di ottenere risultati di più elevata entità e di maggiore utilità per le comunità prevedeva la realizzazione di un progetto sviluppato all'interno

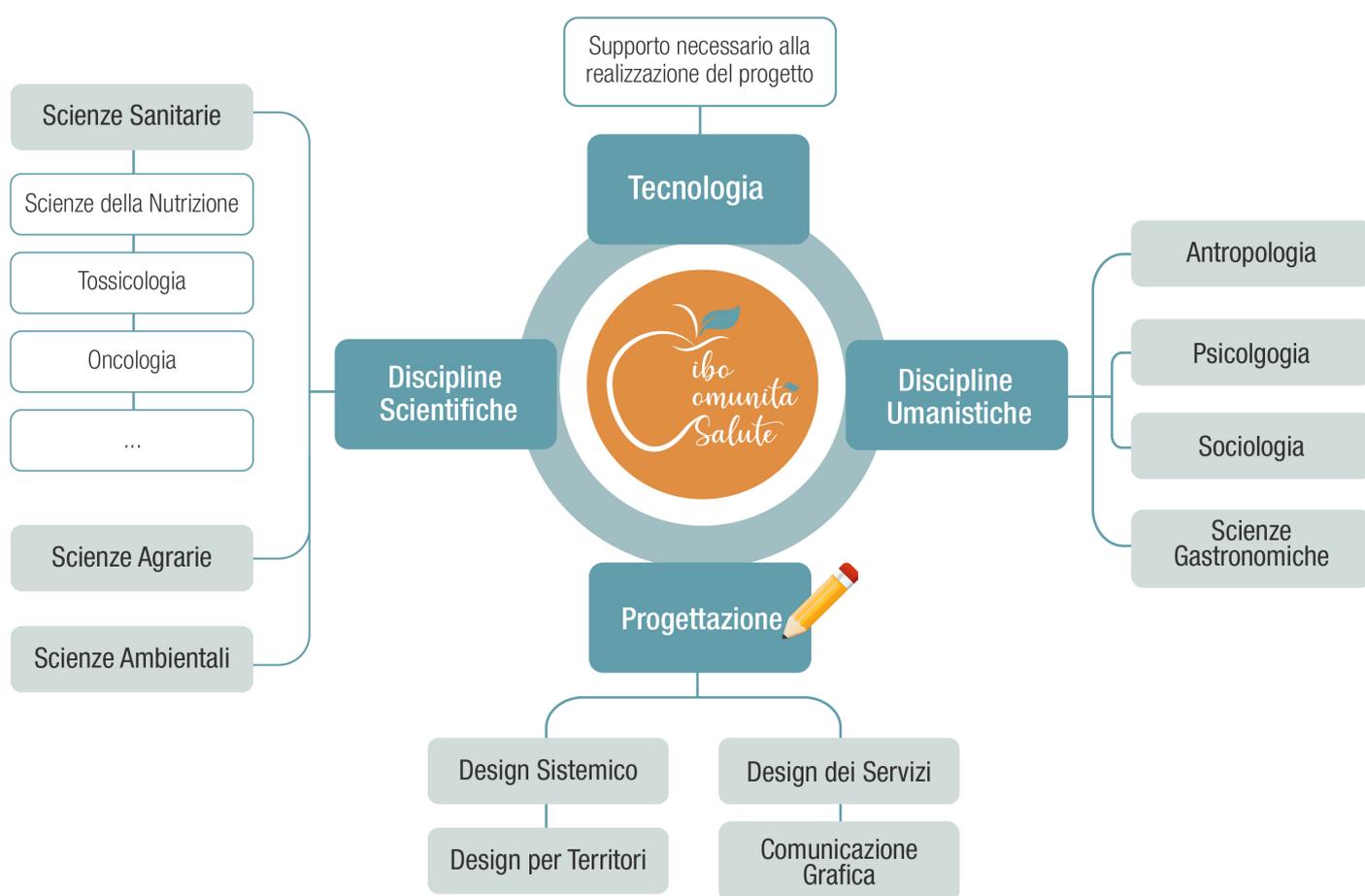


Fig. 2 - Quadro di posizionamento disciplinare della ricerca progettuale "Cibo, Comunità, Salute".

di un ambiente sanitario che coinvolgesse individui affetti da specifiche patologie per le quali l'adesione ad una dieta sana (composta da cibo naturale, privo di contaminanti chimici) fosse di primaria importanza. Il desiderio di apportare dei cambiamenti concreti sul piano alimentare all'interno dei sistemi sanitari, quello di poter condurre a un impatto concretamente positivo sul benessere di persone con delle difficoltà dovute a uno stato di salute non ottimale e infine l'estremo senso di responsabilità sociale nei confronti di quelle comunità all'interno del quale la prevenzione sanitaria attraverso il cibo risulta un elemento cardine, rappresentavano ragioni imprescindibili per cui agire con il pieno coinvolgimento di un robusto team di medici specialisti dediti alla causa. Tuttavia la progressiva crescita delle minacce rappresentate dal Coronavirus, le difficoltà cre-

scenti e inaspettate vissute negli ambienti ospedalieri e di cura, la necessità di contenere il contagio e fermare il numero delle morti e, infine, l'impossibilità di interazione diretta, hanno per ovvie ragioni cambiato le priorità urgenti del settore sanitario, tagliando ogni possibile forma di intensa collaborazione indispensabile per lo sviluppo di un progetto di Dottorato sui temi del cibo e della salute. Tali motivazioni hanno necessariamente richiesto un ri-adattamento della ricerca in atto e dei suoi possibili output progettuali che hanno pertanto seguito la direzione di una progettazione di canali virtuali, ove l'incontro e l'interazione degli attori coinvolti è stato semplificato e il coinvolgimento della sfera medica ridotto.

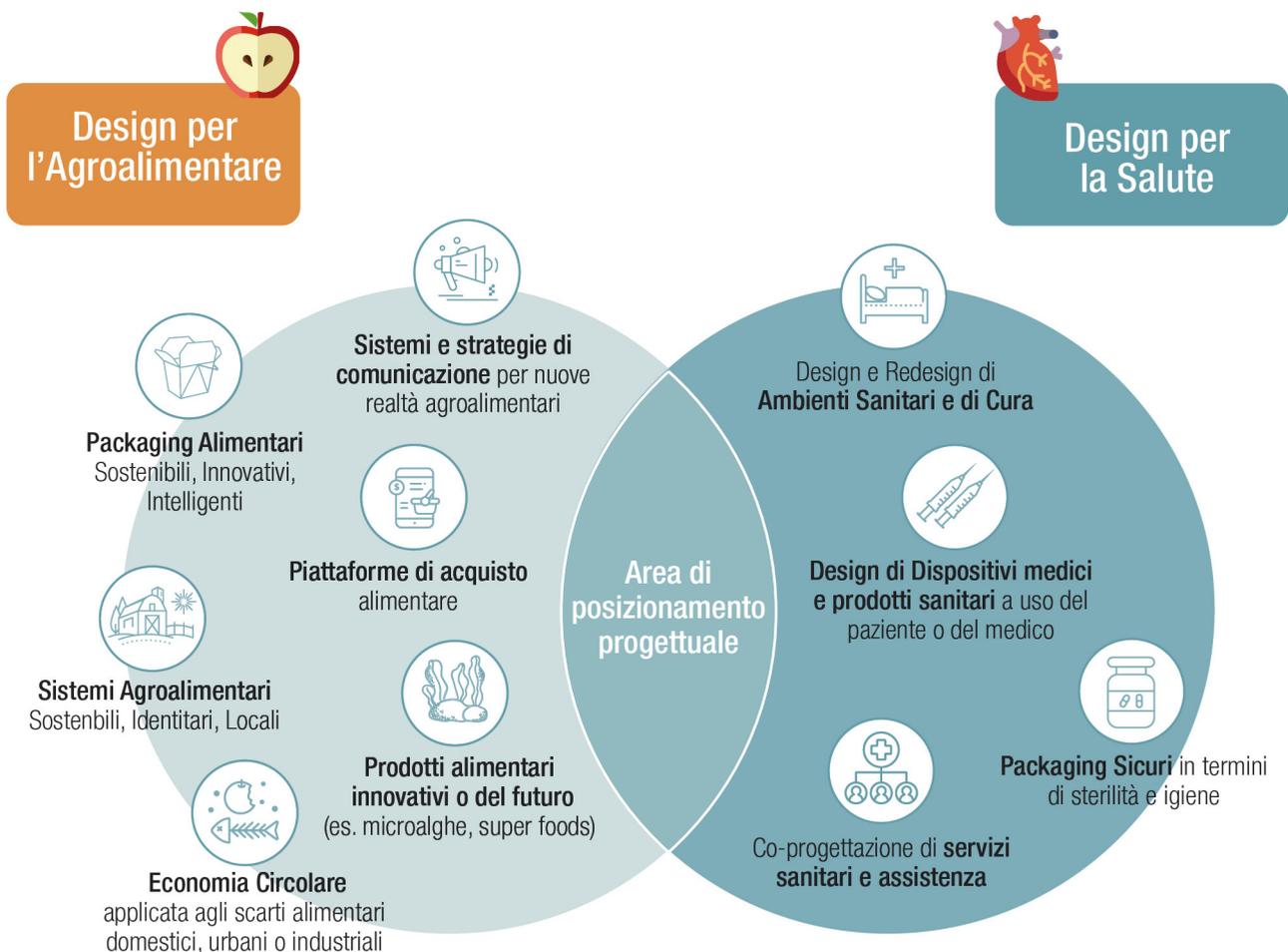


Fig.3 - Scenario di collocamento progettuale della presente Tesi di Dottorato.

## LA STRUTTURA DELLA TESI

Questa tesi è strutturata principalmente in sei parti, ognuna delle quali coincide con uno specifico capitolo. Essendo un progetto di ricerca che, come precedentemente descritto, dialoga intensamente con discipline distanti dal design, la fase iniziale di metaprogetto, dunque di analisi di scenario, si articola in due capitoli per restituirne la complessità multidisciplinare. Il capitolo 3, sezione centrale di questa tesi, sintetizza invece la fase progettuale, scorporandola nelle sue differenti parti. Il capitolo 4 si pone inoltre come una sorta di appendice del precedente, analizzando nel dettaglio una porzione del progetto in atto. Infine, gli ultimi due capitoli si soffermeranno sui risultati raggiunti attraverso il progetto e su come quest'ultimo risponda su scala locale ad alcune delle sfide globali proposte dagli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile 2030.

Ogni capitolo sarà corredato da uno schema grafico iniziale (Fig. 4) che sintetizzerà in maniera concisa il ruolo che il design riveste al suo interno. Secondo una logica di accensione e spegnimento, i ruoli espressi nelle caselle in trasparenza saranno quelli non ricoperti, al contrario, le caselle colorate rappresenteranno le azioni compiute in maniera predominante.

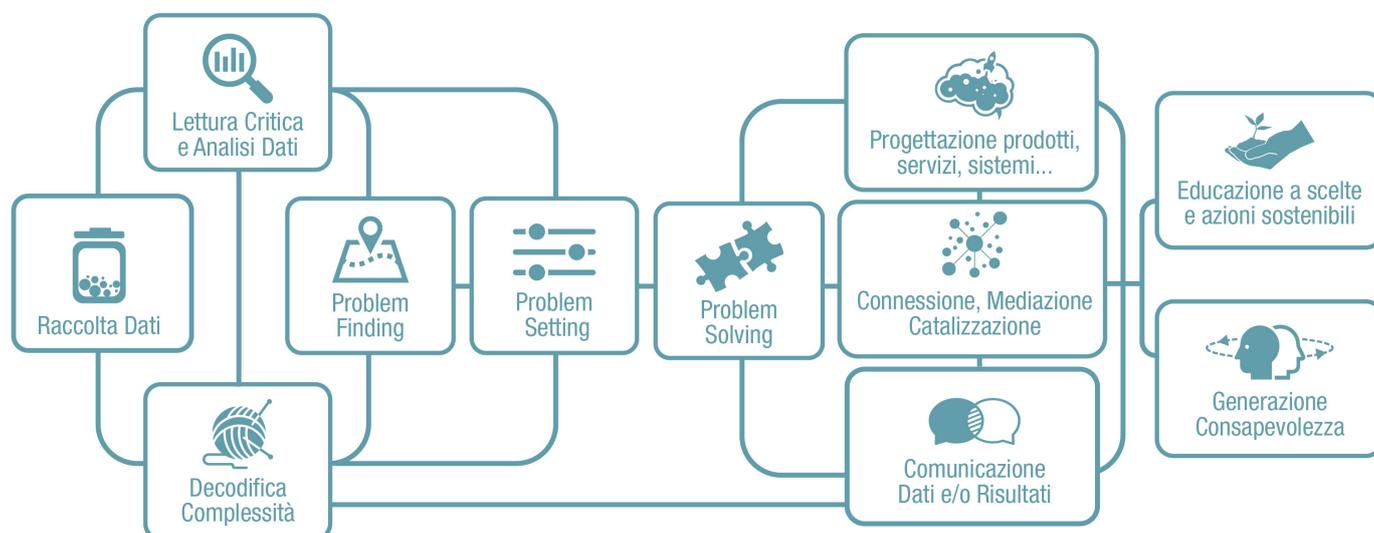


Fig. 4 - Schema grafico dedicato a ogni capitolo, sintesi del ruolo che il design riveste in ognuno di essi.

## *CAPITOLO 1*

---



*CIBO E SALUTE:  
PERCHÈ DUE REALTÀ  
ANCORA OGGI COSÌ  
DISTANTI?*



# CAPITOLO 1

## CIBO E SALUTE: DUE REALTÀ OGGI DISTANTI

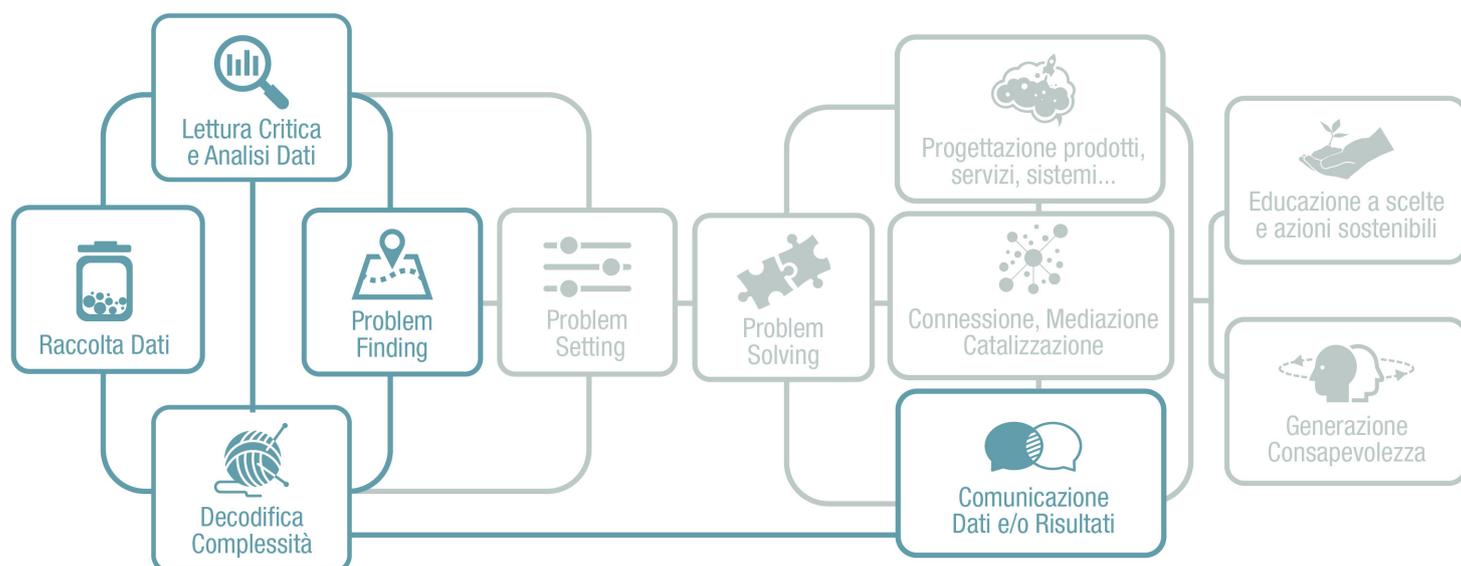
All'interno di questo capitolo il design svolge un ruolo di ricerca e decodificazione, indispensabile per la l'indentificazione e la definizione del problema e per le successive fasi progettuali. Individuando un sfida globale per la quale agire, al contrario, a livello locale, esso intraprende una lettura critica multidisciplinare e una conseguente assimilazione di uno scenario complesso e interdependente come quello agroalimentare e sanitario.

Per tale ragione svolge anche un ulteriore lavoro di sintesi e rielaborazione grafica, finalizzato a rendere maggiormente comprensibili i dati e le complesse informazioni raccolte. Attraverso la lente del design - in particolar modo del design sistemico - nelle pagine seguenti saranno indagate le differenti ripercussioni che il cibo ha sulla salute dell'organismo umano e dell'ambiente, approfondendo le conseguenze

degli attuali modelli di produzione e consumo alimentare ad alto impatto, in termini di malattie croniche non trasmissibili.

Tali conseguenze saranno connesse a differenti tipologie di rischio alimentare e alle strategie che il consumatore mette generalmente in atto per ridurre la percezione di tali rischi.

Infine, a seguito di una nuova e più completa formulazione del concetto di "cibo sano", nelle ultime pagine di questo capitolo sarà descritto lo svolgimento di un workshop multidisciplinare progettato per indagare quanto il valore del cibo sano sia realmente affrontato all'interno di uno dei dipartimenti universitari che più dovrebbero riconoscere l'importanza di tale elemento per il benessere di comunità e territori, ovvero il Dipartimento di Scienze della Nutrizione del Tecnológico de Monterrey (Città del Messico, Messico).



## 1.1 L'IMPATTO DEL CIBO SULLA SALUTE

Come già anticipato nelle primissime pagine di questa tesi, nel quadro della grande produzione nazionale e internazionale, il cibo è divenuto espressamente uno dei più importanti elementi indispensabili alla vita sulla terra da cui purtroppo trarre profitto (Shiva 2015, Patel, 2008, Pollan 2006). Lo conferma l'ingente utilizzo di input chimici finalizzato all'aumento della produttività alimentare, alla massimizzazione delle vendite, alla distribuzione su larghe distanze e molto altro ancora. A tali espedienti, già di per sé fortemente dannosi per la salute, si somma una strategica comunicazione dei prodotti alimentari, atta a vendere anche merci di bassa qualità, a promuovere modelli di consumo ad alto impatto connessi a prodotti estremamente trasformati. Dunque non assistiamo più a un rischio alimentare meramente micro-biologico o fisico, ma a un rischio che si fa più complesso e che abbraccia anche un'identità chimica e tecnologica, ben più complessa da monitorare (Shiva, Shiva e Patwardhan, 2018).

La comunicazione strategica dei grandi mercati,

sommata a un sistema di etichettatura insufficiente e frammentaria, altera la percezione di tali rischi da parte dei consumatori, producendo un'informazione distorta e incentivando un consumo inconsapevole. Le falle del sistema agroalimentare in questo modo si ripercuotono sulla salute pubblica (Fig. 5), conducendo a una lunga lista di rischi e costi sanitari onerosi e prolungati nel tempo per la maggior parte degli individui.

Non è un caso se attualmente la salute si presenti come la quarta dimensione della crisi ecologica e globale per il futuro dell'umanità (Robin, 2012), se si considera che le prime dimensioni coinvolgono la perdita di biodiversità, l'emergenza climatica e infine, il settore energetico. Dunque è urge concepire la salute come un concetto più ampio, che coinvolge fattori sociali, ambientali ed economici e che è in stretta interdipendenza con i sistemi agroalimentari, che possono nutrire o al contrario ammalare l'essere umano e l'ambiente, a seconda dell'approccio e dell'etica con cui sono sostenuti.

Quando si fa riferimento alla grande macchina

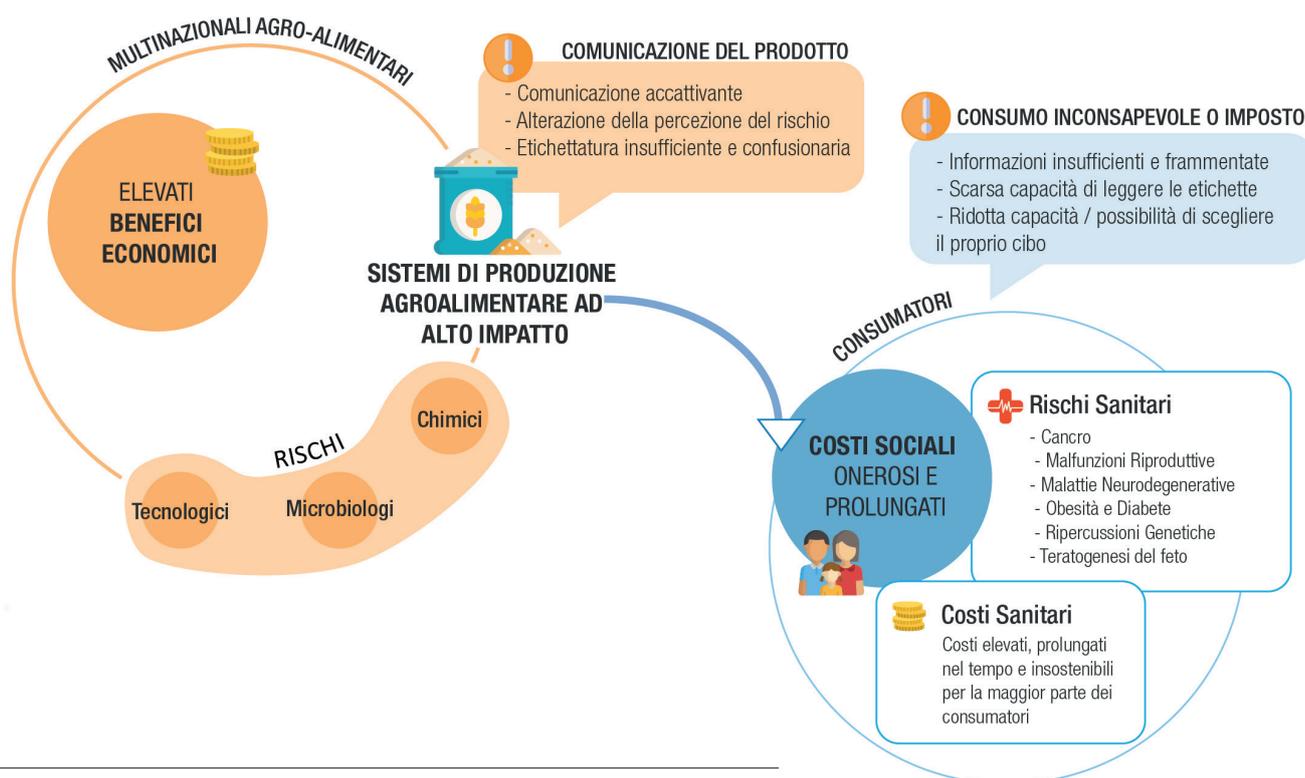


Fig. 5 - Produzione agroalimentare ad alto impatto e ripercussioni sanitarie

della produzione agro-industriale si tende a credere che ciò che è prodotto per nutrire l'uomo, non può danneggiarlo. Tale convinzione ha condotto a ignorare i più disparati costi della produzione alimentare: costi ambientali, economici e, ovviamente, costi sociali. Tuttavia, se le prime due tipologie sono già state abbastanza indagate non solo nella disciplina del design, quando si affronta invece il tema dei costi sociali connessi agli attuali modelli produttivi agro-industriali ad alto impatto, è possibile notare come essi siano stati invece trattati con superficialità. Tra questi è possibile citare certamente il caporalato, questione tangibile molto spesso volutamente ignorata, ma anche una lunga lista di rischi e costi sanitari che, estendendosi sul lungo periodo, difficilmente sono definiti diretta conseguenza di un sistema alimentare malato. È possibile rintracciare la causa di tale inadempienza in:

- una completa disconnessione tra il concetto di qualità del cibo e della sua produzione e quello di stato di salute ottimale;
- un'insufficiente e frammentato livello di informazione circa il legame presente tra i contaminanti chimici presenti nel cibo e la diffusione di numerosi disturbi sanitari.

Tali fattori conducono il consumatore ad avere una ridotta capacità di scelta alimentare, dunque una ridotta consapevolezza, che si somma ulteriormente a una ridotta possibilità di scelta, considerando che l'offerta alimentare nella Grande Distribuzione Organizzata è già frutto di un'ampia selezione di prodotti.

Pertanto vale la pena effettuare un paragone: se il fumo, ad esempio, è un vizio e ammalarsi per esso è una scelta, il cibo è una necessità primaria, per cui nessuno dovrebbe ammalarsi per esso. Tuttavia l'incremento della lista di malattie croniche non trasmissibili (World Health Organization, 2018) connesse al consumo di cibo industriale e a una produzione alimentare ad alto impatto continua a crescere<sup>3</sup>. Tra queste è possibile citare il cancro, l'obesità, il diabete, le malattie neurodegenerative e quelle cardiovascolari e respiratorie. Non sono assenti anche i disturbi comportamentali, l'aumento della sterilità maschile, le malfunzioni riproduttive e i casi di teratogenesi del feto (Trasande, 2019), contando complessivamente un numero di decessi annuo pari a 40 milioni (Shiva, Shiva and Patwardhan, 2018).

## CRISI ECOLOGICA GLOBALE

4 Dimensioni Fondamentali per il futuro dell'umanità



<sup>3</sup>Nel 2018 Navdanya International Association ha presentato il Manifesto "Food for Health". Si tratta di un documento che denuncia i limiti ed i costi dell'attuale sistema di produzione alimentare, affrontando gli importanti rischi per la salute umana. Inoltre, è uno strumento di mobilitazione per rivendicare una transizione verso un sistema alimentare locale, ecologico e diversificato. Per la preparazione di questo documento, alcuni dei principali esperti internazionali del settore alimentare e sanitario sono stati riuniti nella campagna internazionale Food for Health e nella prosecuzione dei lavori della Commissione Internazionale sul Futuro dell'Alimentazione e dell'Agricoltura. Per maggiori informazioni: [www.navdanya.org/site/](http://www.navdanya.org/site/)

Considerando tali numeri, procrastinare le indagini sugli ampi costi sociali della produzione agroalimentare non è più possibile se si desidera tutelare la salute umana delle generazioni attuali e di quelle future. All'interno del presente percorso si desidera quindi partire dai bisogni fondamentali della società: la produzione e il consumo alimentare, la gestione della salute, la protezione delle risorse e dei territori, la relazione con gli altri. Solo considerando tali bisogni un designer può avvalersi di una visione olistica lungo il processo di progettazione, ponendo l'uomo al centro del progetto (Germak, 2008), ma interpretandolo come parte di un insieme più ampio, ovvero dell'ambiente che lo nutre e lo sostiene. Attraverso questo progetto di ricerca si ambisce a tracciare e comprendere i legami tra salute umana e salute del pianeta,

dove per quest'ultima si fa riferimento alla qualità delle risorse, del suolo, dell'acqua e del cibo. L'attuale crisi sanitaria riflette infatti una lunga serie di criticità appartenenti alla sfera ambientale, tra le quali si può citare l'alterazione e la contaminazione del suolo, dell'acqua e dell'aria, l'abbandono dei sistemi alimentari naturali e l'adozione di processi di produzione e distribuzione ad alto impatto. Pertanto, per far fronte a questa crisi, è fondamentale agire in modo sistemico e collaborativo non solo a livello sanitario ma anche e soprattutto attraverso l'ulteriore coinvolgimento del sistema ambientale, alimentare e produttivo, sfruttando le potenzialità che la disciplina del design ha per trovare soluzioni sostenibili ed efficienti, creare dialogo, mediare ostacoli, valorizzare territori e comunità.

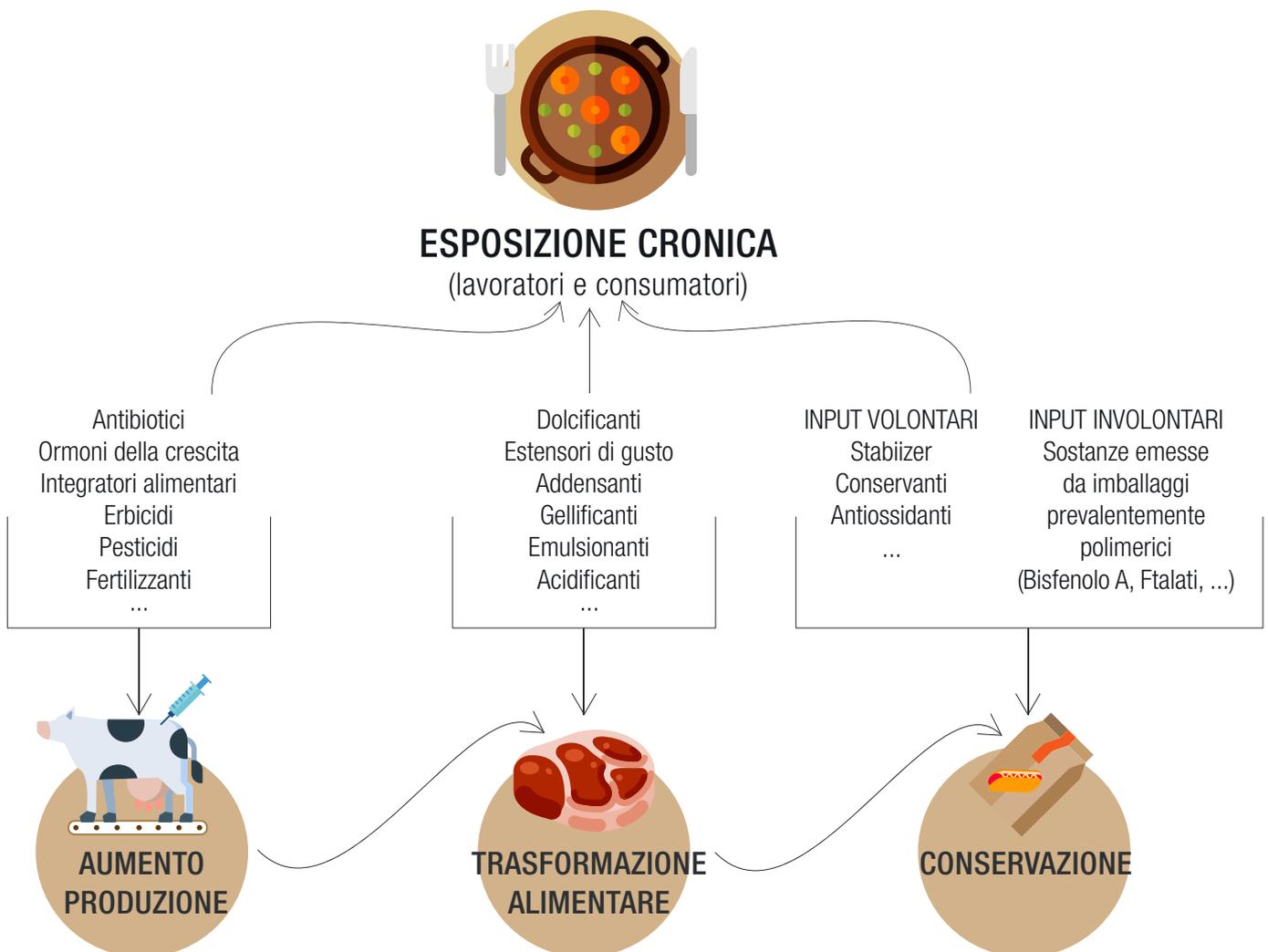


Fig. 6 - Fasi di somministrazione di inquinanti chimici tossici all'interno di una filiera agroalimentare ad alto impatto

## 1.2. MODELLI DI PRODUZIONE ALIMENTARE AD ALTO IMPATTO

In questo scenario di produzione ad alto impatto, l'agricoltura industriale, gli allevamenti intensivi e i sistemi distributivi a lunga distanza, hanno consentito l'uso di sostanze dannose per la salute umana e del pianeta (Robin, 2012). È possibile categorizzare questi input chimici dannosi in tre grandi aree, a seconda della loro finalità (Fig. 6):

- **AUMENTO DELLA PRODUTTIVITÀ** - È frequente l'uso di ormoni della crescita e antibiotici all'interno di allevamenti intensivi, finalizzati all'aumento della produttività dell'animale e alla cura delle malattie connesse alle sue cattive condizioni di vita. È previsto anche l'utilizzo di fertilizzanti, pesticidi ed erbicidi all'interno di monoculture industriali finalizzate all'ottenimento di grandi raccolti omogenei, suscettibili all'attacco di parassiti;
- **TRASFORMAZIONE ALIMENTARE** - Area che assiste all'uso di dolcificanti, estensori del gusto,

addensanti, ecc., finalizzati all'alterazione del sapore, del colore e della consistenza di un prodotto alimentare, dunque alla manipolazione della qualità percepita che stimoli a un acquisto recidivo;

- **CONSERVAZIONE DEL PRODOTTO** - Area finalizzata all'estensione della durabilità dell'alimento, che deve spesso raggiungere mercati distanti dal luogo di produzione, senza subire un'alterazione organolettica e formale. È per questo previsto l'uso di conservanti, antiossidanti e stabilizzanti.

Queste sostanze di derivazione chimica tenderanno a bio-accumularsi all'interno dell'organismo del consumatore finale, senza differenza tra adulti, donne e bambini, ma con ripercussioni distinte che tenderanno a sommarsi all'impatto di altri contaminanti presenti nel suolo, nell'aria e nell'acqua.

Attraverso l'immagine in basso (Fig. 7) è possibile notare come, prediligendo una dieta ricca di carni, formaggi e derivati provenienti da produzioni ad alto impatto, il numero di contaminanti

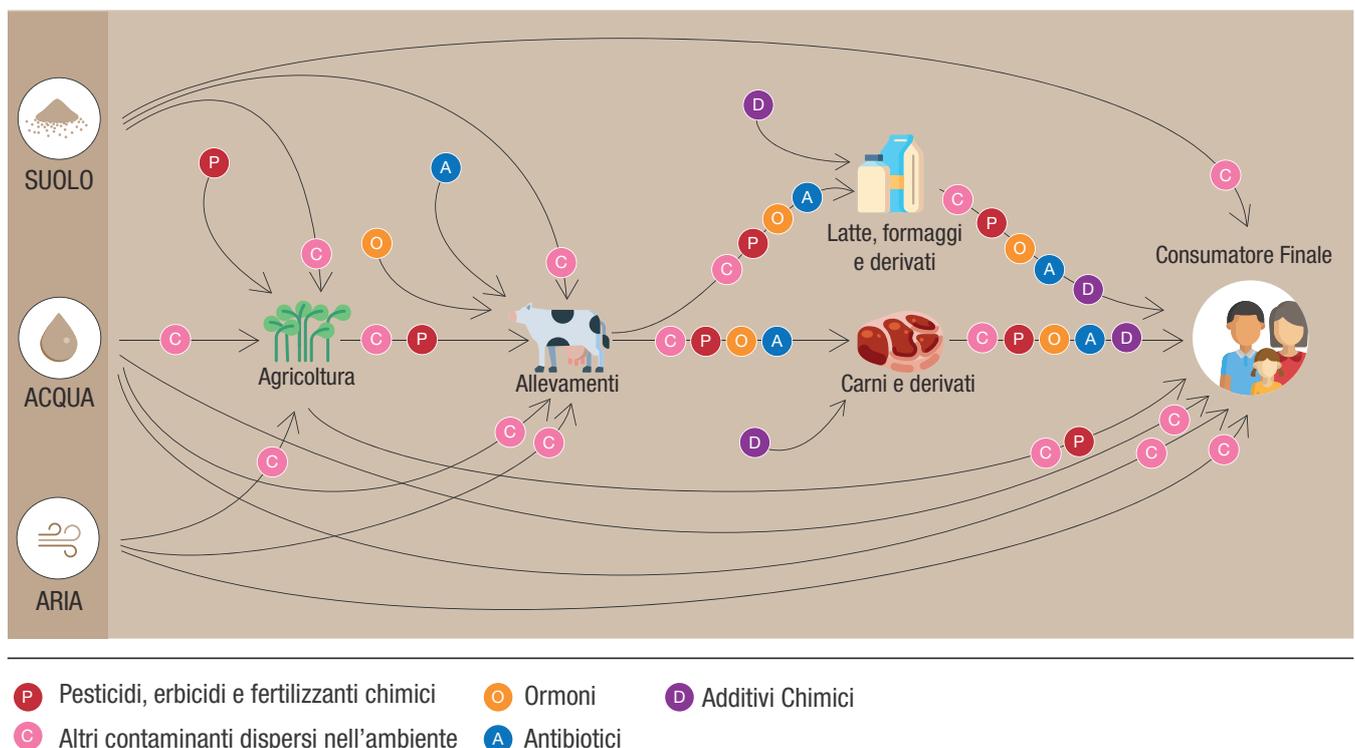


Fig. 7 - Introduzione di contaminanti chimici nella filiera agroalimentare: visualizzazione grafica del bioaccumulo chimico in piante e animali, derivati alimentari e uomo.

chimici a cui si è esposti aumenta notevolmente, in quanto all'interno dei prodotti di origine animale saranno presenti non solo antibiotici, ormoni e additivi, ma anche i fitofarmaci utilizzati all'interno della produzione di mangimi e prodotti agricoli destinati agli allevamenti. Gli esseri umani si trovano in fondo alla catena alimentare, pertanto sono esposti a maggiori rischi semplicemente nutrendosi di altri animali e vegetali esposti a loro volta a sostanze chimiche che si accumulano nei loro tessuti adiposi.

Dunque, in genere l'insieme di queste sostanze di derivazione chimica approda all'interno del pasto quotidiano del consumatore, il quale è spesso inconsapevole dell'esposizione chimica di cui è vittima attraverso la sua alimentazione.

Purtroppo gli studi effettuati circa l'interazione tra gli input chimici menzionati non sono ancora sufficienti, tuttavia si suppone che una volta ingeriti, essi possano entrare in sinergia e incrementare il loro effetto dannoso (Robin, 2012). Questo fenomeno è giustificato da uno scenario capitalista in cui il prodotto alimentare deve essere accattivante tanto quanto un prodotto

industriale. L'obiettivo è il raggiungimento di un profitto crescente che tenderà a sostituire prepotentemente il concetto di nutrimento e tutela dell'essere umano. In questo modo la naturale connessione tra reti alimentari e sistemi sanitari si affievolisce, mentre la contrapposizione tra cibo che nutre e cibo che ammalia si rafforza. Infatti, il rischio chimico associato alla produzione alimentare nella maggior parte dei casi coincide con lo sviluppo di malattie croniche di diversa natura.

Per comprendere pienamente la complessità di questo fenomeno, è necessario cogliere ulteriormente due concetti interconnessi. Si tratta del concetto di *Acceptable Daily Intake* (ADI), ovvero la quantità di inquinanti legittimata a essere ingerita quotidianamente senza alcun apparente rischio per la salute e del concetto di *Chemical Body Burden*<sup>3</sup>, che rappresenta l'accumulo e l'interazione di contaminanti chimici nell'organismo (Robin, 2012) (Fig. 8). Nonostante la sua rilevanza, quest'ultimo non viene preso in considerazione nella diagnosi delle malattie. Gli effetti e l'interazione reciproca di queste sostanze chimiche, non scelte dal

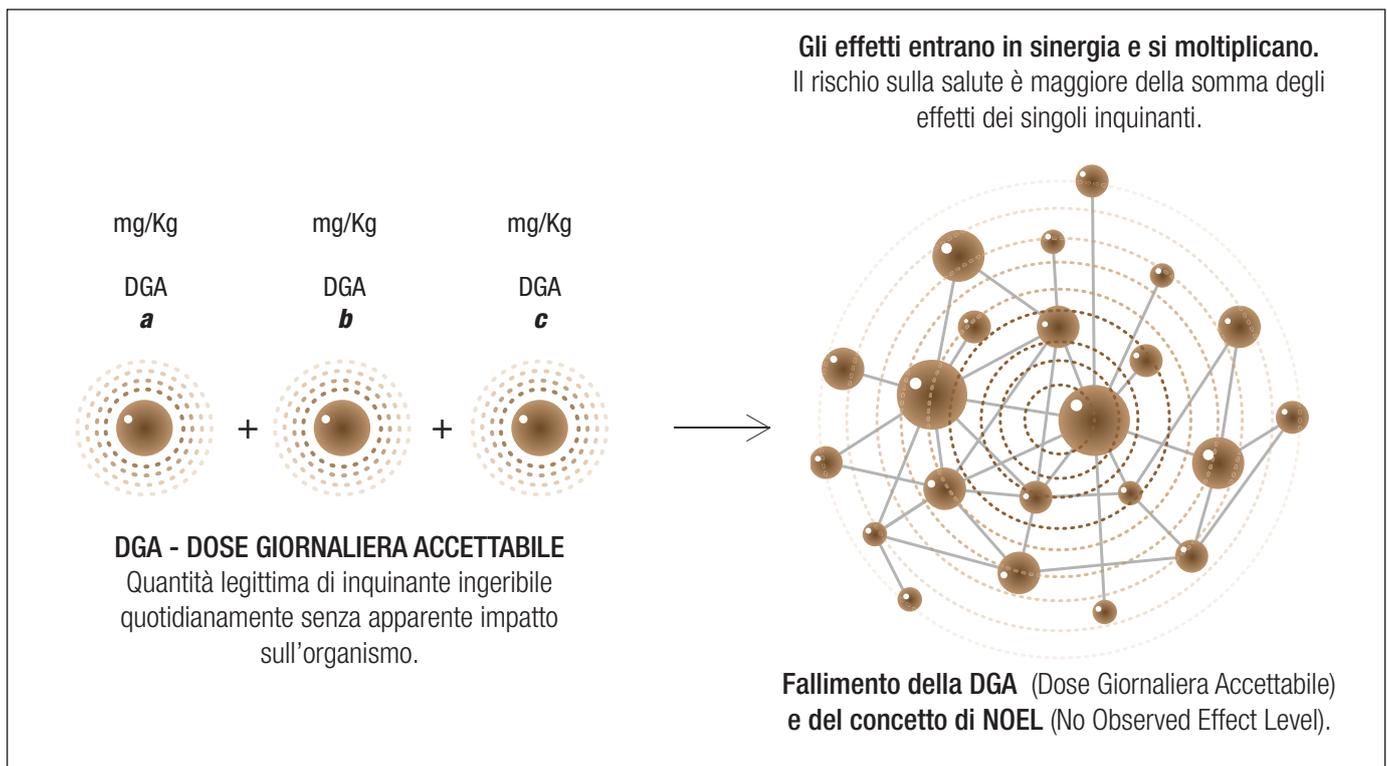


Fig. 8 - Interazione tra differenti DGA di diverse sostanze tossiche.

consumatore, sono responsabili di quella che l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) definisce un'epidemia in grado di perturbare la salute delle generazioni presenti e future. L'elenco delle malattie legate alla produzione alimentare industriale è destinato ad allungarsi, in quanto ai casi di obesità, diabete, cancro, si sommano le malattie neurodegenerative, le disfunzioni riproduttive, casi di teratogenesi nel feto e molto altro ancora (Fig. 9). Si stima che la maggior parte delle future patologie saranno di origine fetale e gli effetti transgenerazionali aumenteranno gradualmente. La maggior parte delle sostanze citate in precedenza (pesticidi, materie plastiche e plastificanti, combustibili, additivi, ecc) agiscono infatti come perturbatori endocrini (Trasande, 2019). Il concetto di perturbatore endocrino è stato coniato dalla biologa Theo Colborn: si tratta di una sostanza chimica che interferisce con le funzioni del sistema endocrino, che coordinano le attività di circa 50 ormoni prodotti dalle ghiandole dell'organismo. Tali ormoni rivestono un ruolo fondamentale: regolano i processi vitali come lo

sviluppo embrionale, il funzionamento del cervello e del sistema nervoso, la capacità di riprodursi, ecc. I perturbatori inibiscono o attivano le loro funzioni, imitano gli ormoni naturali e innescano reazioni biologiche nel momento sbagliato, bloccano le reazioni degli ormoni naturali e prendono il loro posto. Se agiscono in fasi estremamente sensibili dello sviluppo prenatale, conducono a danni irreversibili. L'effetto degli ormoni di sintesi sugli organi in via di sviluppo è molto diverso da quello causato sull'organo già formato di un adulto, per tale ragione si innescano dei meccanismi irreversibili (Colborn, 1996). Tra i danni causati si possono rintracciare diverse disfunzioni del sistema riproduttivo, tumori, disturbi del comportamento e molto altro ancora.

<sup>3</sup> Il concetto di Chemical Body Burden è stato coniato agli inizi del nuovo millennio dal *Center for Disease Control and Prevention* di Atlanta. Durante un'attività di Biomonitoring della popolazione statunitense, esso rilevò 27 residui chimici nelle urine e nel sangue di 2400 volontari. Nei rapporti successivi, il numero di prodotti rilevati era pari a 116 nel 2003, 148 nel 2005, 212 nel 2009. All'interno di queste molecole rilevate, la più frequente era quella del Bisfenolo A e moltissimi pesticidi e insetticidi.

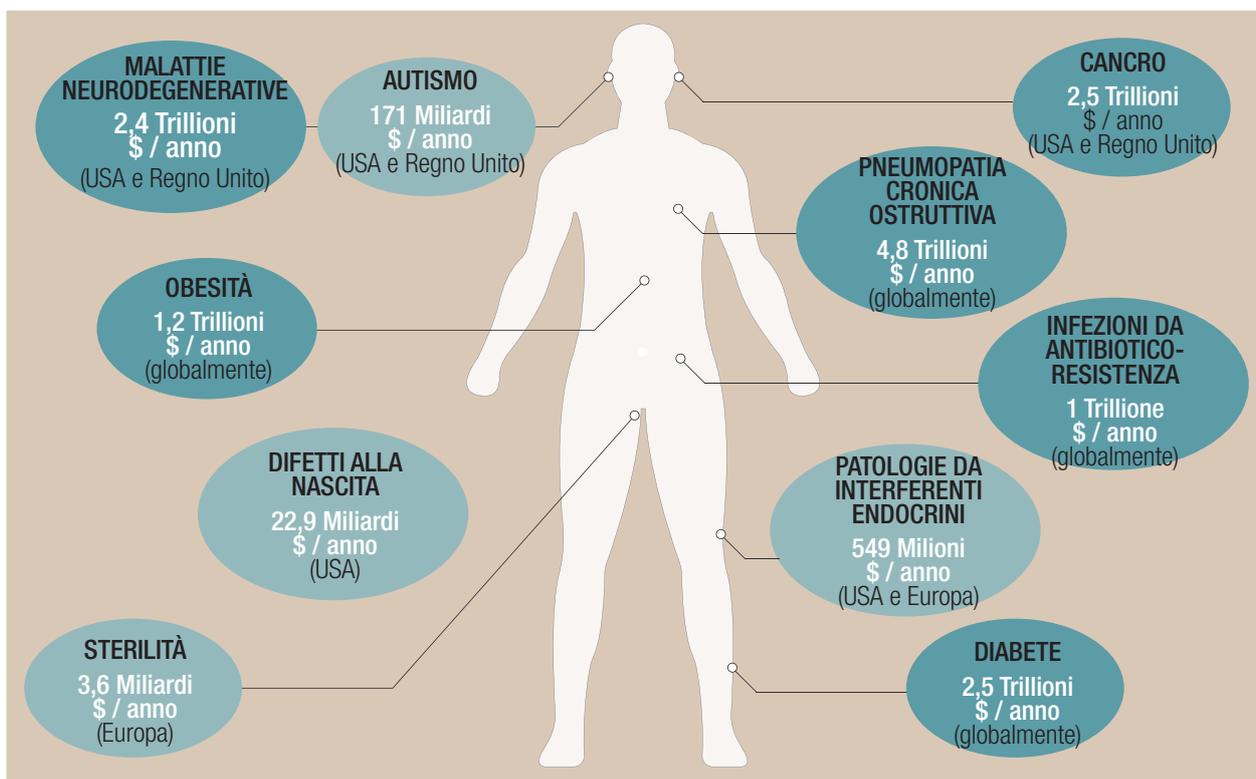


Fig. 9 - Malattie Croniche Non Trasmissibili connesse alle sostanze chimiche presenti all'interno del cibo (Shiva, Shiva and Patwardhan, 2018).

Questo scenario rappresenta un estremo rischio per i bambini. È infatti necessario considerare che i più piccoli attualmente sono esposti a numerose sostanze chimiche sin dalla nascita e, in molti casi, ancora prima di venire al mondo. Questo potrebbe condurre a scenari futuri imprevedibili dal punto di vista sanitario. L'esposizione ai perturbatori endocrini nello sviluppo embrionale del feto maschio ad esempio, conduce a un calo della fertilità, ad anomalie riproduttive e all'aumento del cancro ai testicoli (Crews and McLachlan, 2006). Come proteggere l'uomo quindi? Proteggendo primariamente le madri dall'esposizione a ftalati, (presenti in packaging polimerici, pellicole per alimenti, oggetti in Pvc, cosmetici, ecc.), Bisfenolo A (presente in contenitori alimentari polimerici, padelle antiaderenti, lattine di alimenti), pesticidi e fitofarmaci presenti comunemente nel cibo.

Anche l'obesità, può essere connessa all'esposizione a tali sostanze. Infatti, essa può essere considerata una malattia del sistema endocrino, sebbene sia una patologia complessa a cui possono contribuire diversi fattori, come una cattiva alimentazione, una predisposizione genetica o un mancato esercizio fisico.

Tuttavia se si considera che anche i perturbatori endocrini possiedono una funzione obesogenica, allora si deve tener conto che anch'essi possono programmare un'obesità futura attraverso l'esposizione in fase di sviluppo del feto. Evitando l'esposizione a questi prodotti, in fase prenatale, si potrebbero così prevenire anche molti casi di obesità.

La breve descrizione di questa relazione di causa-effetto difficilmente tracciabile tra produzione alimentare, contaminanti chimici e salute pubblica chiede con urgenza la traslazione del concetto di sviluppo sostenibile e lo stesso senso di responsabilità ambientale nel campo della salute pubblica. È infatti fondamentale partire dalla prevenzione sanitaria sulle generazioni attuali, con particolare attenzione alle madri e ai giovani, per difendere la salute

delle generazioni future e prevenire l'insorgenza di numerose malattie negli adulti del domani. I primi passi svolti da parte delle autorità danno speranza: nel 2004 Il Comitato Europeo di Tossicologia, Eco-Tossicologia e Ambiente ha iniziato a considerare l'effetto complessivo delle miscele chimiche sull'uomo e sull'ambiente, mentre nel 2009 i 27 ministri europei dell'ambiente hanno pubblicato una dichiarazione congiunta in cui si chiede che l'effetto delle miscele, in particolare dei perturbatori endocrini, venga contemplata nel sistema di valutazione dei prodotti chimici (Robin, 2012).

### 1.3 MODELLI DI CONSUMO ALIMENTARE AD ALTO IMPATTO

Lo scenario produttivo appena descritto può senza dubbio allarmare, tuttavia se da un lato assistiamo a modelli produttivi ad alto impatto per l'uomo e per l'ambiente, dall'altro scorgiamo modelli di consumo insostenibili che prevedono la costante ingestione di cibo industriale, la predilezione di alimenti insalubri come carni processate e bevande zuccherate e la riduzione del tempo dedicato alla preparazione dei pasti o all'autoproduzione (Scaffidi, 2018). Questo significa che nel contesto appena descritto anche il consumatore ha una forte responsabilità.

Il Global Burden of Disease Study (Global Burden of Disease Study, 2019), ovvero lo studio epidemiologico osservazionale più completo al mondo condotto nel 2019, valuta il consumo di alimenti e nutrienti principali in 195 paesi e qualifica l'impatto del loro apporto subottimale sulla mortalità e sulla morbilità (ovvero l'incidenza di una malattia) delle Malattie Croniche Non Trasmissibili. Attraverso questo studio è stato possibile scoprire che solo nel 2017 un elevato apporto di sodio, un basso apporto di cereali integrali e di frutta fresca sono stati i principali fattori di rischio alimentare per decessi e numero di anni di vita persi (a causa di problemi di salute, invalidità, morte prematura) a livello globale e nella maggior parte dei paesi. Il consumo globale di quasi tutti gli alimenti e nutrienti sani è risultato subottimale: gli intervalli più ampi tra l'assunzione effettiva e quella ottimale sono stati osservati per noci, semi oleaginosi, latte e cereali integrali. Al contrario, l'assunzione giornaliera di tutti gli alimenti e le sostanze nutritive non salutari ha invece superato il livello ottimale<sup>4</sup>, facendo riferimento in particolar modo al consumo di bevande zuccherate, carni lavorate, carni rosse e sodio (Fig. 10). Questo studio traccia la relazione tra le abitudini alimentari (dunque l'adesione a modelli di consumo scorretti e ad alto impatto) e le malattie croniche non trasmissibili, confermando

che un miglioramento della dieta, dunque l'adesione a modelli di consumo più salubri, potrebbe potenzialmente prevenire un decesso su cinque a livello globale. Sorprendente è notare come dai risultati di questo studio sia emerso che una dieta subottimale è responsabile di più morti di qualsiasi altro rischio a livello globale, compreso il fumo (GBD Risk Factors Collaborators, 2015). Sebbene gli ampi dibattiti sulle politiche alimentari si siano concentrati sul consumo di zucchero, sodio e grassi, tale studio dimostra che ulteriori fattori di rischio siano anche il ridotto consumo di cereali integrali, verdura, frutta fresca e semi oleaginosi, suggerendo un necessario cambiamento di rotta delle politiche alimentari in atto. Dunque queste ultime non dovrebbero focalizzarsi solo sulla riduzione del consumo di cibo insalubre, ma dovrebbero altresì coinvolgere un ampio programma di interventi di produzione, distribuzione e consumo di alimenti sani, non consumati a livello ottimale.

Queste politiche potrebbero coinvolgere campagne sui mass media, sistemi di etichettatura di prodotti alimentari, elaborazione di specifici menu, sussidi e/o tasse per specifici alimenti, politiche di approvvigionamento scolastico e programmi di benessere sui luoghi di lavoro. Tuttavia, attualmente la maggior parte delle politiche alimentari sono state dirette unicamente ai consumatori, che rappresentano solo l'ultimo tassello di un vasto sistema. Esse dovrebbero infatti considerare l'ampia rete di elementi interconnessi, tra cui ritorna imperante la produzione agroalimentare, l'elaborazione e la distribuzione del cibo e tutti quei fattori che condizionano fortemente il consumo alimentare, al di là del grado di consapevolezza, responsabilità

---

<sup>4</sup> Il Global Burden of Disease Study definisce il livello ottimale di assunzione di un alimento o un nutriente come il livello di esposizione al rischio che riduce al minimo il rischio di tutte le cause di morte.

e impegno del consumatore finale. Infine, così come descritto nel paragrafo precedente, la promozione di una dieta a base vegetale, dunque la trasformazione della dieta da cibi malsani di origine animale (ad es. carne rossa e carne lavorata) a cibi sani a base vegetale (ad es. frutta, verdura e cereali integrali) non solo ridurrebbe l'incidenza delle malattie croniche non trasmissibili, ma ridurrebbe l'impatto ambientale di modelli produttivi e di consumo alimentare in termini di perdita di biodiversità, degrado di terra e suolo e esaurimento delle acque dolci (Tilman & Clark, 2014, Sabaté & Soret, 2014).

Anche questa constatazione sottolinea l'urgente necessità di sforzi globali coordinati per migliorare la qualità della dieta umana, richiedendo la collaborazione attiva di tutti gli attori che concorrono alla gestione del sistema alimentare.

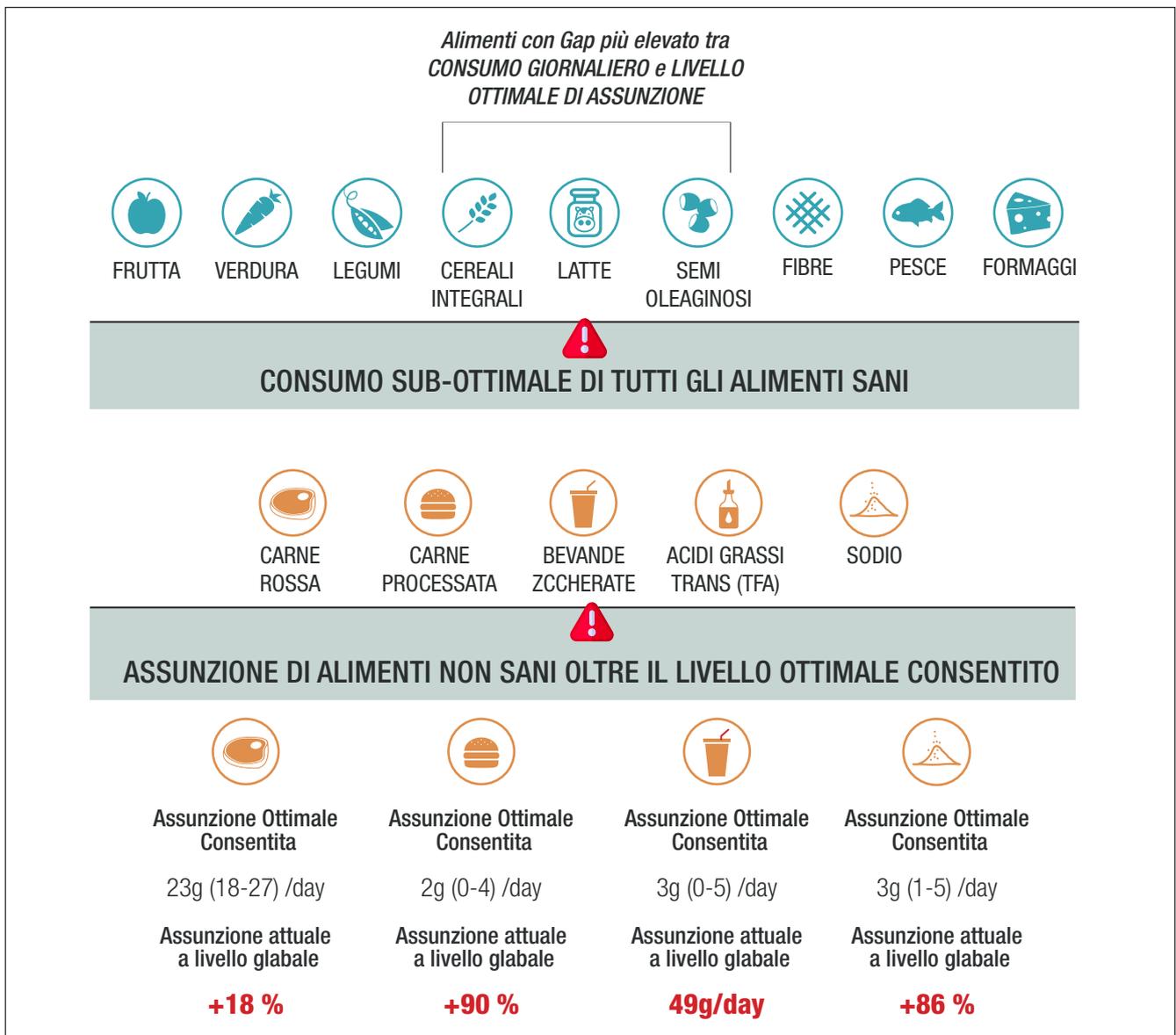


Fig. 10 - Sintesi dell'assunzione sub-ottimale degli alimenti sani e del superamento del consumo ottimale di alimenti insalubri. Fonte: GBD – Global Burden of Disease (2019), "Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990-2017: a systemic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017", in The Lancet, vol. 393, issue 10184, pp. 1958-1972.

## 1.4 IL RISCHIO ALIMENTARE

All'interno del panorama europeo, il tema della sicurezza alimentare è diventato un'importante questione di interesse pubblico soprattutto dopo l'avvento della encefalopatia spongiforme bovina (BSE) e dopo la diffusione degli Organismi Geneticamente Modificati (Yeung and Morris, 2001). Tuttavia attualmente può essere definita un problema che sta scuotendo l'attenzione globale a causa dei costanti rischi chimici a cui l'uomo è esposto quotidianamente attraverso l'ingestione di cibo. Per definizione il rischio è la probabilità che si verifichi un determinato evento, in grado di provocare un danno o creare un problema. Il concetto di rischio implica l'esistenza di una fonte di pericolo e delle condizioni necessarie perché essa possa trasformarsi in un danno (Royal Society, 1992; HMSO, 1995). Nello specifico, all'interno del settore agroalimentare non è rilevante solo l'analisi del rischio alimentare pre-vendita, ma anche e soprattutto la percezione dello stesso rischio da parte del consumatore finale al momento dell'acquisto.

Parlare di rischio alimentare significa necessariamente affrontare le fonti da cui esso proviene. Esse possono essere classificate essenzialmente in tre categorie (Yeung and Morris, 2001) da cui derivano le tre conseguenti tipologie di rischio alimentare (Fig. 11):

- *fonti microbiologiche*, connesse all'azione negativa di microrganismi come batteri, funghi e lieviti che possono causare il deterioramento del cibo e il conseguente possibile avvelenamento del consumatore;
- *fonti tecnologiche*, riferite alle potenziali conseguenze negative dei processi tecnologici in ambito alimentare, come ad esempio l'irradiazione e la modifica genetica del cibo;
- *fonti chimiche*, associate all'uso di sostanze chimiche nell'industria agro-alimentare, finalizzate alla massimizzazione del rendimento di mercato o alla preservazione di specifiche caratteristiche di prodotto.

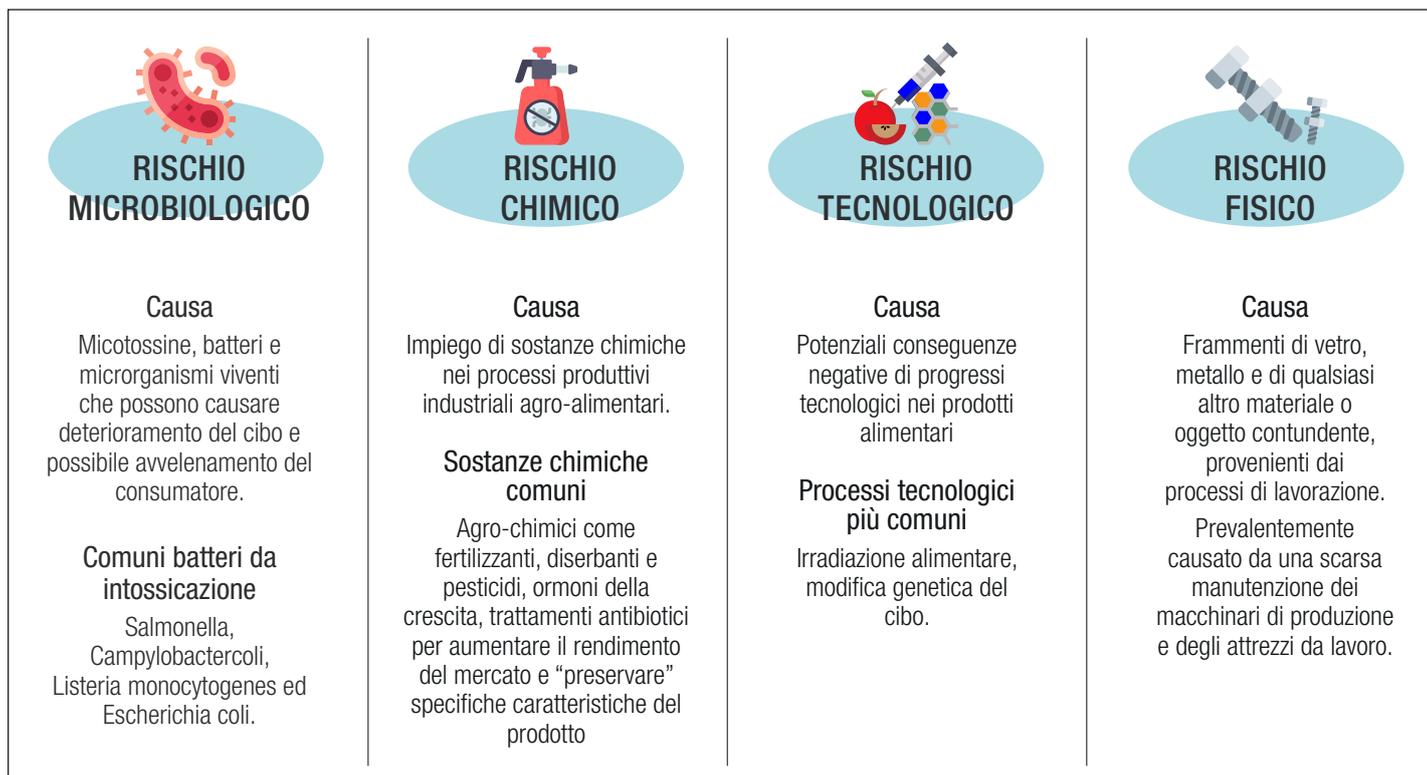


Fig. 11 - Tipologie e cause del rischio alimentare.

L'attenzione diretta alla gestione del rischio microbiologico è stata da sempre elevata e ha in molti casi celato la pericolosità invece insita all'interno del rischio chimico. Si ipotizza che tali differenti livelli di attenzione siano motivati da altrettanto differenti termini temporali associati alla relazione causa-effetto delle due tipologie di rischio.

Nello specifico, se l'effetto prodotto da una fonte microbiologica si manifesta in termini temporali ridotti, l'effetto del rischio chimico si riproduce invece in termini temporali che possono estendersi a decine di anni e che pertanto ne permettono uno studio maggiormente difficoltoso e una percezione differente.

I ridotti livelli di attenzione associati al rischio chimico e l'estesa fascia temporale in cui i suoi effetti dannosi si manifestano hanno alterato la percezione del consumatore, riducendo la sua possibilità di autotutela attraverso scelte alimentari differenti.

## PERCEZIONE DEL RISCHIO ALIMENTARE

Generalmente la percezione del rischio dipende da differenti fattori, tra cui è possibile citare le caratteristiche tecniche del rischio, le probabilità con cui possano presentarsi i suoi effetti dannosi, le caratteristiche sociali e psicologiche su cui si fonda la preoccupazione del consumatore, delle quali fanno parte la conoscenza e il controllo del rischio e l'immediatezza dei suoi effetti dannosi (Rozin, Pelchat, & Fallow, 1986) (Fig.12). Tale percezione modifica il comportamento e le probabilità d'acquisto di ogni consumatore. Quando un individuo è posto davanti a uno specifico rischio, è mosso da due tipologie di valutazione: una valutazione soggettiva (definita da componenti psicologiche proprie) e una valutazione oggettiva (definita dalle sue caratteristiche tecniche). La divergenza tra le due tipologie in genere è dovuta a una mancata o errata comunicazione del rischio e può generare una perdita di fiducia nel consumatore.

Inoltre, tra gli elementi che alimentano negativa-

mente la percezione del rischio vi sono poi il sentimento di paura, la mancata conoscenza, la quantità di persone esposte. Tale premessa inerente al più comune concetto di rischio ben si adatta anche al rischio alimentare.

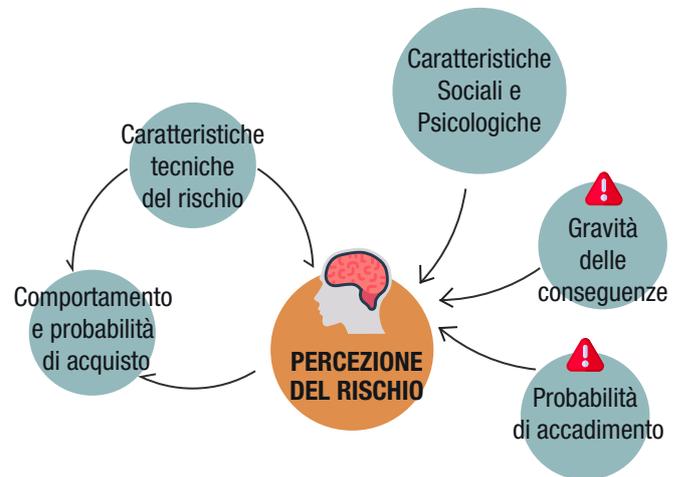


Fig. 12 - Fattori che influenzano la percezione del rischio

Sulla base di quanto appena descritto, è stata valutata la percezione delle tre tipologie di rischio alimentare (microbiologico, tecnologico e chimico) e delle possibili cause (Fig. 13).

Il sentimento di paura è generalmente provocato da rischi involontari, dagli imminenti effetti, in progressiva crescita, con conseguenze fatali e generazionali. Per tale ragione il rischio chimico e quello microbiologico tendono a spaventare maggiormente rispetto a un rischio di tipo tecnologico, non ancora direttamente compreso dal consumatore.

La mancata conoscenza invece è certamente correlata a rischi sconosciuti alla scienza o con i quali vi è scarsa familiarità (il Covid-19 ne è un perfetto esempio). Le informazioni a riguardo sono frammentate e non accessibili a tutti e gli effetti negativi possono manifestarsi sul lungo periodo. In questo caso, su un piano alimentare il rischio chimico e quello tecnologico sono di certo cronologicamente più giovani rispetto al rischio microbiologico (Slovic, 1987, Slovic, 1999, Sparks & Shepherd, 1994).

Infine, maggiore è il numero di persone esposte a un dato rischio, maggiore è la sua percezione. In questo caso, è possibile affermare che ogni territorio presenta rischi alimentari più o meno diffusi. Ad esempio alcuni paesi sono maggiormente colpiti da rischi chimici dovuti all'elevato consumo di cibo industriale o alla diffusione di processi produttivi alimentari ad alto impatto, altri paesi sono invece maggiormente esposti a rischi di natura microbiologica a causa di situazioni igienico-sanitarie molto precarie.

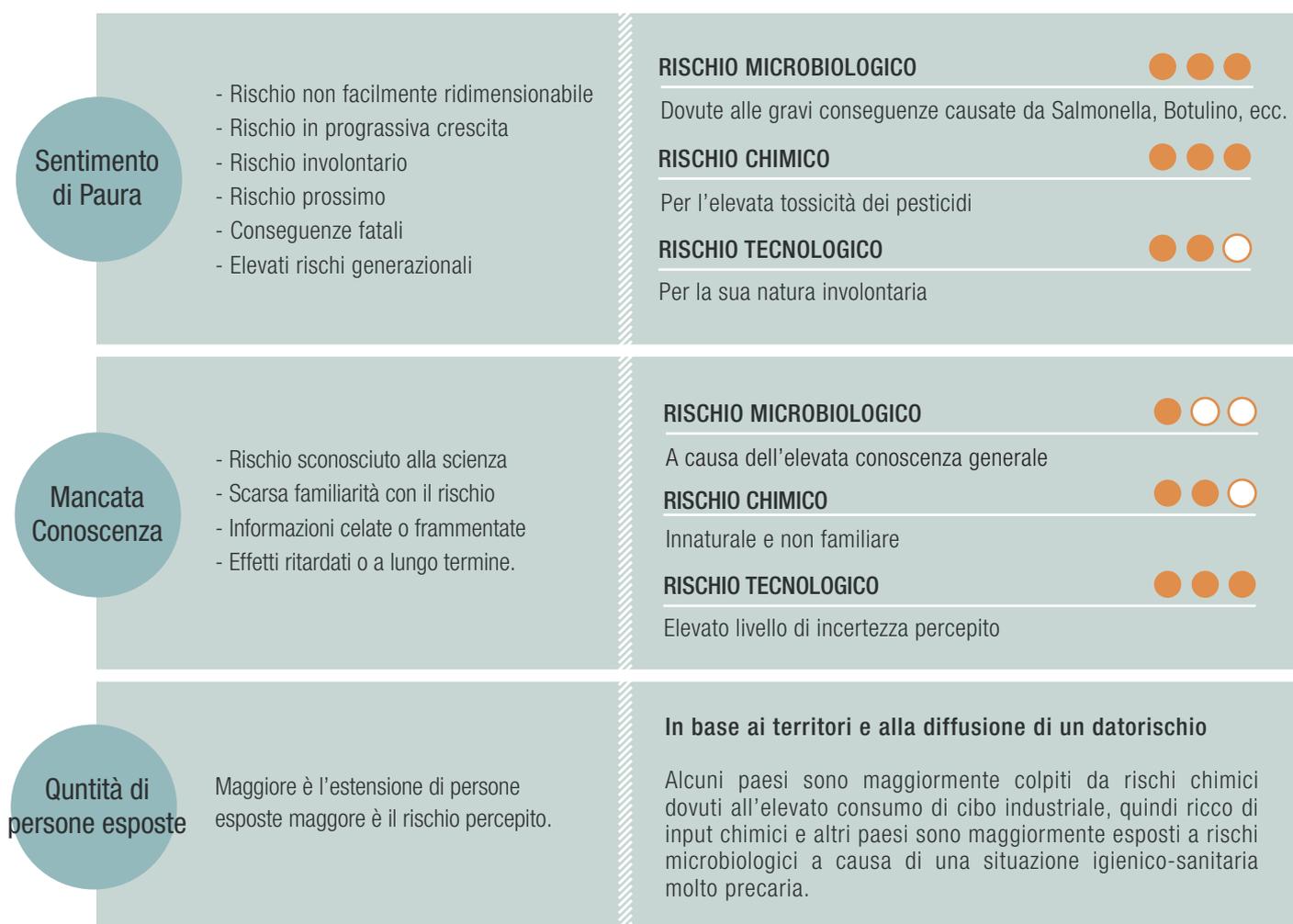


Fig. 13 - Valutazione della percezione del rischio microbiologico, chimico e tecnologico.

## VALUTAZIONE DELLE VARIE TIPOLOGIE DI PERDITA DURANTE L'ACQUISTO DI UN PRODOTTO ALIMENTARE CON POTENZIALE RISCHIO CHIMICO

Nella maggior parte dei casi la tolleranza del rischio è strettamente correlata al beneficio percepito: più grande è il beneficio, maggiore è la volontà di rischiare (Wandel, 1994). Questa premessa non esclude i rischi connessi all'acquisto di un prodotto o un genere alimentare. Proprio nello scenario alimentare vi sono numerose implicazioni che sono considerate durante l'acquisto di un alimento. Tra queste sono state valutate differenti tipologie di perdite (Roselius, 1971, Yeung & Morris, 2001):



### PERDITA FISICA

Impatto negativo sulla **salute del consumatore**, sia nel caso di brevi **episodi di malattia**, sia nel caso di **malattie croniche** di varia entità.



### PERDITA DI PRESTAZIONI

Il gusto o il valore nutrizionale del prodotto alimentare sono influenzati negativamente dal rischio alimentare.



### PERDITA ECONOMICA

Costo per la sostituzione del cibo avariato. Costi sanitari per la cura di malattie associate al consumo frequente di cibo insalubre. Perdita di reddito dovuta a malattia.



### PERDITA DI TEMPO

Tempo impiegato per un nuovo acquisto finalizzato alla sostituzione del prodotto, ma anche tempo sprecato a causa di malattie associate al consumo di cibo insalubre.



### PERDITA SOCIALE

Una scarsa scelta del cibo conduce a imbarazzo sociale se il prodotto è contaminato.



### PERDITA PSICOLOGICA

Preoccupazione vissuta dai consumatori per essere esposti a insicurezza alimentare.



### PERDITA AMBIENTALE

Impatto ambientale del prodotto alimentare in termini di packaging, materiale impiegato, processo produttivo, luogo d'origine.

A queste perdite valutate storicamente dagli autori precedentemente citati, è stata sommata un'ulteriore perdita, ovvero una perdita di tipo ambientale, al giorno d'oggi ampiamente considerata nel momento che precede un acquisto di vario genere.

All'interno di questo percorso di ricerca è stato effettuato il tentativo di comprendere quanto ogni tipologia di perdita sia valutata in relazione

al rischio chimico presentato da un prodotto alimentare industriale o proveniente da processi produttivi ad alto impatto come monocolture e allevamenti intensivi (Eom, 1994, & Mitchell, 1998).

La perdita fisica connessa al rischio chimico alimentare si identifica in effetti sulla salute non immediati, ovvero nello sviluppo di Malattie Croniche Non Trasmissibili nel lungo-medio periodo e addirittura nella generazione successiva. Si tratta dunque di una perdita fisica ben più vasta e duratura di possibili disturbi connessi al rischio alimentare microbiologico (a eccezione di quello rappresentato da micotossine) non facilmente percepibile. Inoltre, è possibile definire una perdita fisica anche il minor apporto nutritivo dato da cibi industriali, altamente processati o prodotti con metodi intensivi. Rappresentando una perdita non immediata, gli utenti che la valutano maggiormente sono prevalentemente quelli che conoscono sufficientemente l'identità di tale rischio e le sue implicazioni sul lungo periodo, e ancora quelli che sono consapevoli che un consumo prolungato di un dato prodotto espone maggiormente a un dato rischio. Tale perdita è tuttavia definita 'più che accettabile' da chi teme maggiormente il rischio microbiologico, potenzialmente ridotto dall'uso di sostanze chimiche.

La perdita di prestazioni è forse un'implicazione maggiormente valutata in altre tipologie di prodotti, come ad esempio quelli tecnologici, tuttavia considerando la funzione nutritiva e di sostentamento del cibo, oltre che quella di appagamento, è possibile definire una perdita di prestazione, un ridotto apporto nutrizionale o un gusto meno autentico, alterato e artificiale. Gli utenti che valutano in maggior misura tale perdita sono senza dubbio quelli affezionati al prodotto alimentare naturale, pertanto in grado di riconoscerne la differenza al palato, ma anche esperti e consumatori consapevoli che desiderano prediligere un'un'alimentazione sana.

Questa tipologia di perdita tende a essere ignorata da un consumatore che predilige una dieta basata su prodotti alimentari industriali, il quale è abituato al gusto alterato ed esaltato di tali prodotti.

La perdita economica connessa al rischio chimico è davvero difficilmente percepibile, in quanto, al contrario, i prodotti alimentari prodotti con metodi intensivi sono economicamente molto competitivi tra i banchi di un supermercato. La perdita economica in gioco è infatti rappresentata dai costi sanitari per la cura delle malattie croniche connesse al consumo di tali cibi, o banalmente all'integrazione di nutrienti presenti in misura ridotta. Dunque anche in questo caso gli individui che valuteranno tale perdita saranno quelli dotati di una visione più ampia, esperti e consumatori consapevoli in grado di cogliere i rischi e i costi sanitari futuri.

La perdita di tempo connessa al rischio chimico alimentare è una perdita traducibile in giorni o ore di malattia connessi ai disturbi o alle malattie croniche invalidanti, correlati al consumo frequente di cibo industriale o prodotto con metodi intensivi. Si tratta di una perdita spesso non valutata e accettata perchè come la perdita economica, non è facilmente percepibile, ma soprattutto è compensata da benefici immediati, ovvero dal risparmio di tempo rappresentato da prodotti pronti per il consumo o la preparazione veloce, e dal risparmio di tempo rappresentato da prodotti vegetali trattati, omogenei e senza imperfezioni o piccoli insetti, più semplici da pulire, preparare e consumare.

La perdita sociale connessa al rischio chimico varia a seconda del gruppo di appartenenza dell'individuo. In genere essa si traduce in imbarazzo nell'acquistare cibo non naturale, più economico e scadente rispetto a un gruppo sociale più incline a una maggiore salubrità degli alimenti. Tuttavia nella maggior parte dei casi il cibo non è uno status symbol, in particolare se

parliamo di prodotti freschi di cui non è possibile riconoscere il marchio, per cui un confronto di questo tipo può accadere raramente rispetto ad altri beni di consumo. I consumatori che valutano tale perdita in genere sono quelli che non possono affrontare l'elevato costo di un cibo naturale e biologico, oggi purtroppo venduto a un prezzo maggiorato. Oppure chi appartiene a un gruppo sociale che valuta necessaria la scelta di prodotti privi di rischi chimici.

La perdita psicologica connessa al rischio chimico invece può essere tradotta in paura e preoccupazione circa gli effetti a lungo termine del cibo insalubre, dunque dello sviluppo di disturbi o malattie croniche nel lungo-medio periodo per se stessi e per i propri familiari. Tuttavia può manifestarsi anche come semplice paura del contenuto artificiale di un prodotto alimentare poco familiare al consumatore. In genere questa perdita non è valutata per acquisti alimentari sporadici e anche in questo caso è maggiormente contemplata da chi conosce gli effetti del rischio chimico alimentare sul lungo periodo.

Infine, la perdita ambientale connessa al rischio chimico alimentare è strettamente connessa alla sostenibilità del proprio cibo e si traduce nell'impatto delle proprie scelte d'acquisto alimentare sul pianeta e sul proprio territorio. Facendo in questo caso riferimento a un rischio di matrice chimica, tale perdita si identifica nell'inquinamento chimico di suolo, acqua e aria attraverso metodi di agricoltura e allevamento ad alto impatto o di trasformazione, ma anche nell'inquinamento chimico del compost prodotto da scarti alimentari domestici in partenza contaminati chimicamente. La valutazione di questo nuovo tipo di perdita è effettuata generalmente da chi è maggiormente sensibile al tema della sostenibilità ambientale non solo nel campo alimentare e desidera ridurre l'impatto delle proprie scelte d'acquisto o delle proprio stile di vita in termini di inquinamento chimico e fisico del territorio. In genere in questo tipo di

perdita si valutano anche altri fattori non connessi al rischio chimico alimentare, come la produzione di rifiuti derivanti da overpackaging, o da imballaggi non riciclabili, le emissioni di CO<sub>2</sub> derivanti dal trasporto di cibi esotici o non stagionali, ecc.

Concludendo, è possibile affermare che vi sono alcuni tipi di perdite maggiormente valutate rispetto ad altre, come la perdita fisica, ambientale e di prestazioni e al contrario, perdite raramente contemplate perchè compensate da benefici apparentemente equi, come la perdita economica e la perdita di tempo. È bene premettere che, come già descritto in precedenza, il rischio chimico alimentare è in genere difficilmente percepibile non solo perchè un rischio non tangibile, ma soprattutto per la mancata immediatezza degli effetti negativi. Questo condiziona fortemente la percezione di un prodotto alimentare nel momento dell'acquisto e conduce il consumatore a considerare accettabili la maggior parte delle perdite, le quali tenderanno inoltre a concretizzarsi solo davanti a una considerevole frequenza d'acquisto. Una scelta alimentare scorretta e ad alto impatto, se effettuata sporadicamente, non rappresenta infatti una vera e propria perdita in termini fisici, economici o psicologici.



**PERDITA FISICA**

Impatto negativo sulla **salute del consumatore**, sia nel caso di brevi episodi di malattia, sia nel caso di **malattie croniche** di varia entità.

**VALUTAZIONE**



- Sviluppo di malattie croniche nel lungo-medio periodo.
- Effetti sulla salute non immediati. Dunque nessuna apparente perdita fisica.
- Minor apporto nutritivo.
- Perdita fisica ben più vasta e duratura del singolo episodio di intossicazione.

Chi conosce maggiormente l'identità di del rischio chimico ed è pertanto più consapevole dei rischi in gioco.

Chi acquista frequentemente un prodotto ed è pertanto maggiormente esposto al rischio.

Perdita definita accettabile da chi teme maggiormente il rischio microbiologico.



**PERDITA DI PRESTAZIONI**

Il **gusto** o il **valore nutrizionale** del prodotto alimentare sono influenzati negativamente dal rischio alimentare

**VALUTAZIONE**



- Perdita sensoriale: gusto meno autentico, alterato, artificiale.
- Perdita di nutrienti: minore valore nutrizionale.

Chi conosce la differenza (in termini di gusto) rispetto a prodotti naturali, semplici, non altamente processati.

Esperti e consumatori consapevoli e attenti ad un'alimentazione sana e nutriente.

Perdita ignorata da chi fa un abituale consumo di prodotti alimentari trasformati, da chi è abituato al gusto alterato ed esaltato di prodotti trasformati.



**PERDITA ECONOMICA**

Costo per la **sostituzione** del cibo avariato. **Costi sanitari** per la cura di malattie associate al consumo frequente di cibo insalubre. Perdita di reddito dovuta a malattia.

**VALUTAZIONE**



- Costi sanitari per la cura di malattie croniche altamente diffuse

Esperti e consumatori consapevoli in grado di cogliere i rischi e i costi sanitari futuri.

Perdita spesso compensata da:

- un prezzo generalmente inferiore assegnato a cibi trattati chimicamente e altamente processati.
- lunga conservazione e minore alterazione microbiologica per i cibi trattati con sostanze chimiche stabilizzanti, conservanti, ecc.



**PERDITA DI TEMPO**

Tempo impiegato per un **nuovo acquisto** finalizzato alla sostituzione del prodotto. Ma anche **tempo sprecato a causa di malattie** associate al consumo di cibo insalubre.

**VALUTAZIONE**



- Perdita di tempo a causa di malattie croniche altamente diffuse, spesso invalidanti.

Perdita spesso non valutata e spesso accettata perchè compensata da benefici immediati:

- risparmio di tempo rappresentato da prodotti pronti per consumo o preparazione.
- risparmio di tempo rappresentato da prodotti vegetali trattati, omogenei e senza imperfezioni o piccoli insetti, dunque più semplici da pulire e preparare.



**PERDITA SOCIALE**

Una scarsa scelta del cibo conduce a **imbarazzo sociale** se il prodotto è contaminato.

**VALUTAZIONE**



- L'identità della perdita dipende dal gruppo di appartenenza dell'individuo.
- Generalmente imbarazzo nell'acquistare cibo non naturale, più economico e scadente.

Chi non può affrontare l'elevato costo del cibo naturale e biologico.

Chi appartiene a un gruppo sociale che non valuta indispensabile la scelta di prodotti privi di rischi chimici.



**PERDITA PSICOLOGICA**

**Preoccupazione** vissuta dai consumatori per essere esposti a insicurezza alimentare

**VALUTAZIONE**



- Paura degli effetti a lungo termine, dunque dello sviluppo di malattie croniche nel lungo-medio periodo per se stessi e per i propri familiari.
- Paura del contenuto artificiale, poco familiare al consumatore finale.

Chi conosce l'identità del rischio chimico ed è pertanto più sensibile al tema

Perdita non valutata o valutata solo davanti a un acquisto frequente.



**PERDITA AMBIENTALE**

Impatto ambientale del prodotto alimentare in termini di **packaging**, **materiale** impiegato, **processo** produttivo, luogo d'origine.

**VALUTAZIONE**



- Perdita di equilibrio ambientale. Impatto delle proprie scelte d'acquisto sul pianeta.
- Inquinamento del territorio attraverso metodi di agricoltura e allevamento ad alto impatto.
- Dispersione nell'ambiente di sostanze chimiche utilizzate in processi di produzione e trasformazione del cibo.
- Contaminazione chimica del compost prodotto da scarti alimentari domestici in partenza contaminati.

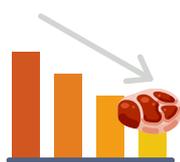
Perdita valutata da chi è maggiormente sensibile al tema della sostenibilità ambientale, da chi dunque desidera ridurre l'impatto delle proprie scelte d'acquisto in termini di inquinamento chimico e fisico del territorio.

## STRATEGIE DI RIDUZIONE DELLA PERCEZIONE DEL RISCHIO DA PARTE DEL CONSUMATORE

Generalmente quando la percezione di un rischio raggiunge un livello considerevole per qualsiasi tipo di prodotto, sia esso un prodotto industriale o un prodotto alimentare, il consumatore finale mette in atto delle strategie di autotutela per ridurre il rischio percepito nel momento dell'acquisto (Cox, 1967, Roselius, 1971).

Le aziende, e il mercato più in genere, possono influenzare tali strategie, facendo leva su una

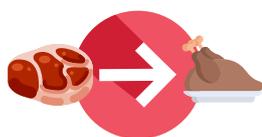
riduzione del prezzo del prodotto incriminato o offerte speciali in periodi di allarme alimentare, elargendo campioni gratuiti, oppure incrementando le etichettature e le informazioni atte a rassicurare il consumatore della qualità del prodotto e della sua fonte, o ancora progettando una sponsorizzazione attraverso l'impiego di celebrità come testimonial, atte a condizionare le scelte d'acquisto delle grandi masse.



### RIDUZIONE DELL'ACQUISTO

La strategia più diffusa è senza dubbio quella di ridurre la frequenza dell'acquisto del prodotto incriminato, riducendo conseguenzialmente anche l'esposizione al rischio percepito.

Un esempio potrebbe essere dunque quello della riduzione del consumo di carne rossa, una volta informati o consapevoli del suo impatto sulla salute e sull'ambiente, senza eliminarla completamente dalla propria dieta.



### ACQUISTO DI UN PRODOTTO SIMILE

La seconda strategia è il passaggio da un tipo di prodotto a un altro tipo molto simile della stessa categoria (caratterizzato da meno rischio percepito) o a uno per il quale vi è una maggiore tolleranza. Un esempio potrebbe quindi in questo caso essere il passaggio dall'acquisto di carne bovina al quello di pollame o carni bianche.



### INTERRUZIONE PERMANENTE DELL'ACQUISTO

Strategia certamente più radicale è infine quella dell'interruzione permanente o temporanea dell'acquisto di prodotti offensivi. Proseguendo con l'esempio dell'acquisto di carne, in questo caso significherebbe l'adozione di una dieta vegetariana. Questa strategia è messa in atto quando la percezione di un determinato rischio e dei suoi effetti negativi è decisamente elevata.



### REITERAZIONE DELLA'ACQUISTO

Al contrario, se la percezione di tale rischio è ridotta o nulla, il consumatore opterebbe per una reiterazione dell'acquisto e un'accettazione del rischio irrisolto.

## 1.5 L'AMPIO SIGNIFICATO DEL CIBO SANO

Dopo aver analizzato l'impatto che il cibo, nei suoi processi di produzione e consumo ad alto impatto, oggi giorno può avere sulla salute, vale la pena domandarsi quale sia allora il reale significato di cibo sano.

Per definizione il cibo è quella risorsa che permette agli esseri viventi di sopravvivere, alla pari dell'acqua e dell'aria. Il pianeta offre dunque del cibo naturalmente sano. Partendo da questo presupposto, l'aggettivo "sano" dovrebbe essere insito nel sostantivo "cibo".

Le possibilità di consumare cibo dannoso per l'organismo si sono infatti sviluppate con l'avvento dei processi di produzione e trasformazione industriali che hanno identificato nel cibo una merce da cui trarre profitto (Shiva, 2015) da trattare alla stregua di altri beni di consumo, secondo logiche affini al concetto di quantità.

Inoltre, nella mentalità comune non è raro che al cibo sano sia associato erroneamente un cibo dietetico, con un ridotto apporto di calorie.

Così, all'interno di questo percorso di ricerca è stato effettuato il tentativo di sviscerare il concetto di cibo sano, al fine di ricostruirne il completo e ampio significato, in tutti i suoi aspetti. Secondo Carlo Petrini, gastronomo, sociologo, attivista e fondatore dell'associazione Slow Food<sup>5</sup>, il cibo sano è un cibo "*buono, pulito è giusto*" (Petrini, 2016) che rispetti dunque l'ambiente, le persone che lo producono e quelle che lo consumano. Essendo il cibo risorsa naturale che la Terra produce, si è partiti dal presupposto che se un cibo è sano per l'ambiente, allora è per sua natura sano anche per l'uomo. Per semplicità sono state identificate sette peculiarità del cibo sano, evidenziando nello specifico perchè esso è tale per il pianeta e per l'uomo. Tali peculiarità compongono il significato più ampio del cibo.

---

<sup>5</sup>Per maggiori informazioni:  
[www.slowfood.it](http://www.slowfood.it)

È bene partire da una definizione basilare: per ovvie ragioni un cibo è sano se non alterato, dunque se è correttamente prodotto, trasformato e conservato, mantenendosi privo di micotossine, funghi, lieviti e batteri dannosi per la salute umana. Tuttavia, per coerenza a quanto descritto nelle pagine precedenti, è possibile affermare che un cibo è sano anche se privo di residui chimici, se è quindi prodotto e trasformato naturalmente, senza l'uso di pesticidi, fertilizzanti, ormoni, antibiotici, additivi, ecc., che impoveriscono il suolo, eliminano insetti ed erbe senza alcuna distinzione, si bioaccumulano in piante e animali e interagiscono all'interno dell'organismo umano con gravi effetti sulla salute.

Un cibo è sano, se in grado di svolgere la sua funzione di nutrimento, dunque se non presenta calorie vuote, ma al contrario è ricco di nutrienti. In genere un cibo nutriente è un cibo non geneticamente modificato, non trattato chimicamente, non eccessivamente trasformato, in grado perciò di restituire nutrienti alla terra attraverso i suoi scarti e il giusto apporto nutritivo all'organismo umano. Se un cibo è nutriente, allora sarà anche un cibo in grado di curare, un cibo per molti aspetti ricco di proprietà benefiche per l'organismo umano (ad es. antiossidanti, antibatteriche, antinfiammatorie, antitumorali, ecc.), un cibo in grado di non danneggiare.

Se si desidera consumare cibo sano, dunque nutriente e privo di contaminanti chimici, allora un'altra prerogativa è quella di essere disposti a pagare il giusto prezzo. Se un cibo è venduto al giusto prezzo, infatti, avrà buone probabilità di essere prodotto nel rispetto dei tempi della terra, delle piante e degli animali, senza alcun acceleratore chimico, ma anche nel rispetto dei lavoratori, attraverso condizioni di lavoro dignitose, paghe eque e senza l'uso di sostanze che danneggino chi le maneggia.

Per le medesime ragioni un cibo sano è anche



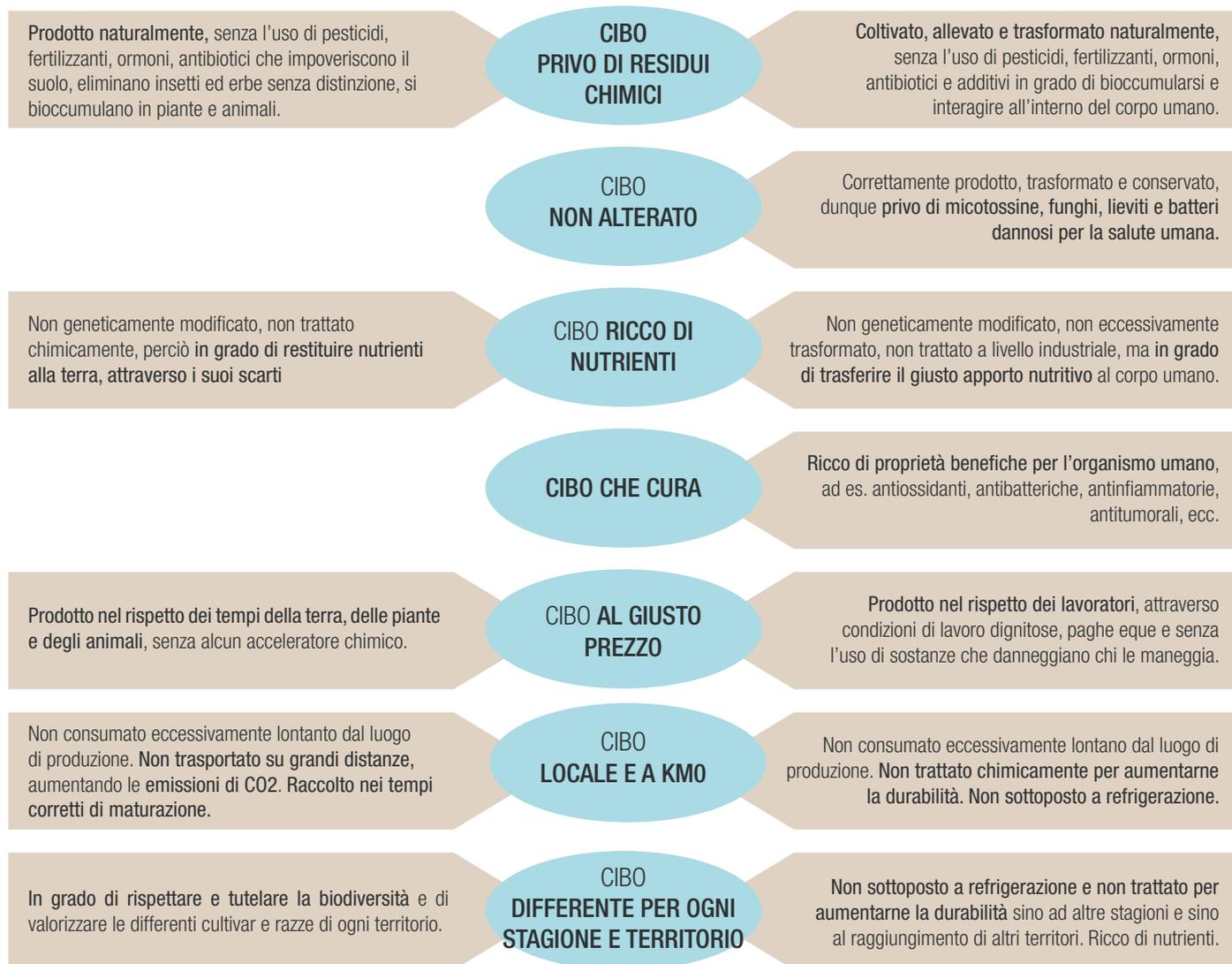
## L'AMPIO SIGNIFICATO DEL CIBO SANO

*(Cibo buono, pulito e giusto)*

*Petrini, 2016*



*Se è sano per l'ambiente, allora lo è anche per l'uomo* →



un cibo a Km0, dunque locale, non consumato eccessivamente lontano dal luogo di produzione, non trasportato su grandi distanze, aumentando le emissioni di CO2, raccolto nei tempi corretti di maturazione, non trattato chimicamente per aumentarne la durabilità e non sottoposto a refrigerazione.

Infine, per molti aspetti un cibo sano sarà anche un cibo differente per ogni stagione e territorio, in grado di rispettare e tutelare la biodiversità e di valorizzare le differenti cultivar e razze di ogni territorio, non trattato e non refrigerato per estenderne la durabilità sino ad altre stagioni o fino al raggiungimento di altri territori.

È bene però fare attenzione in quanto non è possibile definire a prescindere cibo sano, un cibo locale e stagionale, in quanto anche se prodotto localmente e nella corretta stagione, esso può esser stato coltivato con metodi intensivi, presentando perciò allo stesso modo una buona quantità di residui chimici.

Dunque il significato di cibo salutare è assai ampio e include numerose sfaccettature che devono essere considerate durante l'acquisto di un prodotto alimentare e che contemplano fattori ambientali, sociali ed economici.

## 1.6 LA PERCEZIONE DEL CIBO SANO IN UN DIPARTIMENTO UNIVERSITARIO DI SCIENZE DELLA NUTRIZIONE: L'ESPERIENZA MESSICANA

Nonostante il cibo rivesta un ruolo fondamentale nel benessere della comunità, attualmente la maggior parte dei sistemi sanitari dedica poca attenzione all'impatto che esso ha sulla salute umana e alla forte connessione presente tra lo scenario alimentare e quello delle malattie croniche. A eccezione di piccole realtà indipendenti, il settore sanitario non dialoga con quello alimentare e viceversa. In molti casi, questo fattore conduce la figura del medico a focalizzarsi sui sintomi di un disturbo e non sulla causa, conducendo il paziente, dunque il consumatore, a perseguire uno stile di vita alimentare apparentemente non pericoloso (Berrino, 2015). Dunque la domanda da porsi è: come la figura del designer può agire in questo duplice scenario per avviare un cambiamento di rotta? Quali strategie intraprendere perché l'uomo e l'ambiente siano tutelati da un meccanismo produttivo complesso e ad alto impatto? Per elaborare una primissima risposta a tale quesito, durante il periodo di ricerca all'estero presso la *School of Medicine and Health Sciences del Tecnológico de Monterrey (TEC, Città del Messico, Messico)*, precisamente all'interno della *School of Nutrition and Integral Wellbeing*, è stato organizzato un workshop tematico che vagliasse quanto il concetto di cibo sano sia considerato all'interno di un'università di Scienze della Nutrizione, in un contesto quale quello messicano, ampiamente perturbato da Malattie Croniche Non Trasmissibili connesse al consumo di cibo industriale. Quest'ultima è la ragione per cui è stato scelto proprio il territorio messicano, una delle aree geografiche del mondo con una varietà vegetale sorprendente, il quale, nonostante tale ricchezza abbraccia fortemene i modelli di consumo americani ad alto impatto, con una conseguente iper-diffusione di obesità e diabete (Rivera, Barquera, Campirano, Campos, Safdie and Tovar, 2006). Il workshop, svolto dal 27 Febbraio al 03 Marzo 2020, per una durata complessiva di 9 ore, è stato intitolato

*"Sustainable Re-design of Food Experience in University Canteens"* (Fig.14). La scelta di un dipartimento di nutrizione nasce dalla volontà di comprendere quanto il concetto di cibo sano, in tutte le sue accezioni, sia realmente contemplato all'interno di una disciplina strettamente connessa ai temi del cibo e della salute. L'evento ha coinvolto 24 studenti appartenenti al corso di Laurea Triennale in Nutrizione e Benessere Integrale. Per semplicità, ci si è focalizzati sulla progettazione di una specifica esperienza alimentare quale quella universitaria, pertanto gli studenti sono stati chiamati a valutare quanto il sistema alimentare universitario messicano sia davvero salutare per alunni, docenti e operatori, ma allo stesso tempo quanto sia davvero sostenibile a livello ambientale e sociale. Fine ultimo è stato la progettazione di un'esperienza alimentare sostenibile alternativa, in grado di rispondere alle criticità di quelle in atto. Il workshop, riconosciuto dal Dott. José Guillermo Domínguez Cherit - Decano della School of Medicine and Health Sciences, ha previsto la gentile collaborazione della prof.ssa Maria Veronica Flóres Bello, coordinatrice dello stesso corso e quello della Dott.ssa Perla Arguilles, ispettrice di qualità e dell'igiene della mensa universitaria del TEC e di tutte le attività di ristorazione presenti al suo interno. Grazie a un'intervista eseguita alla Dott.ssa Arguilles prima dello svolgimento dell'attività, è stato possibile avere uno scenario più trasparente della ristorazione universitaria. Di seguito, sarà descritto lo scenario locale all'interno del quale il workshop si contestualizza. L'analisi di tale contesto è stata svolta dagli studenti coinvolti per supportare le attività previste dal workshop. Seguirà lo sviluppo grafico dell'attuale esperienza alimentare e la sua successiva riprogettazione. Il workshop è stato svolto interamente in lingua inglese, tuttavia per coerenza tutti i sistemi realizzati sono stati tradotti in lingua italiana.



**POLITECNICO  
DI TORINO**  
Dipartimento di  
Architettura e Design



**Tecnológico  
de Monterrey**

# Sustainable Redesign of the Food Experience

in university canteens

**Food For Health Workshop**  
Mexico City, México

**27 February 2020**  
4.00 - 5.30 p.m.

**03 March 2020**  
10.00 - 13.00 a.m.  
4.00 - 7.00 p.m.

**Tecnológico de Monterrey**

Nutrición y Bienestar Integral

Prof. - **María Verónica Flores Bello**  
veronica.fl@itesm.mx

Ph.D. Student - **Alessandra Savina**  
alessandra.savina@polito.it

*How healthy are  
current food service  
systems for students,  
professors and workers?*

*And how sustainable are they for  
the environment and society?*

*What are the existing possibilities of  
change for a better daily  
food experience?*

*Let's try to think together...*

Fig. 14 - Locandina del workshop "Sustainable Redesign of Food Experience in university canteens". Tecnológico de Monterrey, Mexico City, Mexico.

**Titolo**

Sustainable Re-design of Food Experience in University Canteens

**Partners**

Tecnológico de Monterrey - TEC  
Department of Nutrition and Complete Well-being

**Luogo**

Mexico City, Mexico

**Durata**

9 Hours

**26****Attendees****24**

Studenti del corso in  
Nutrition and Complete Well-being

**1**

Professori di  
Food Sciences

**1**

Ispettore Sanità e Igiene  
Mensa TEC

**IL CIBO DELLA MENSA UNIVERSITARIA DEL  
TECNOLÓGICO DE MONTERREY**

All'interno del Tecnológico de Monterrey, un grande consorzio alimentare a cui fanno capo tutti i professionisti necessari per un servizio di ristorazione (chefs, cuochi, nutrizionisti, ecc.) compie tutte le scelte alimentari, dunque controlla e gestisce il cibo programmando i menù semestrali. Generalmente un menù tradizionale completo della mensa universitaria è composto da una "comida completa messicana", ovvero da un pasto completo, costituito da zuppa, consome di carne, un piatto principale, un contorno (fagioli neri o insalata), acqua di frutta o tè e dessert (Fig. 15). Vi sono sempre tre scelte: menù di carne rossa, di carne bianca e ovviamente menù vegetariano, anche se in Messico il consumo di carne è elevatissimo. La Dott.ssa Perla Arguilles ci racconta che tutti i prodotti alimentari utilizzati provengono da un ampio mercato chiamato "Central de Abastos"<sup>6</sup> (Fig. 16), all'interno del quale il cibo è davvero economico e proviene da produttori agro-alimentari messicani.

All'interno di tale mercato vi è anche una selezione di cibo organico, che tuttavia ha un prezzo più elevato. Da quanto emerso in una prima fase di analisi, la mensa universitaria non acquista alcun genere alimentare di origine organica e non ha mai dimostrato interesse nel conoscere i contaminanti chimici potenzialmente presenti nel cibo acquistato. La scelta di acquistare ortaggi e carni non processate è motivata unicamente da un vantaggio economico: è infatti meno costoso effettuare la preparazione di pasti e bevande privatamente che acquistare cibi precotti o surgelati. Per esempio, per la produzione del succo d'arancia, si preferisce acquistare le arance e non il concentrato di frutta. Lo stesso accade per le acque di frutta di stagione, in Messico consumate generalmente al posto della semplice acqua. Tuttavia vi sono delle eccezioni, tra cui l'acqua di orzata o di

<sup>6</sup> Per maggiori informazioni:  
<https://mxcity.mx/2018/07/datos-reveladores-de-la-central-de-abastos/>

ibisco, per le quali è più semplice acquistare delle soluzioni preconfezionate di tipo industriale. Lo stesso processo si esegue per il resto dei generi alimentari, come ad esempio i fagioli neri, anche essi ampiamente consumati in Messico. Si prediligono quindi i legumi secchi, piuttosto che quelli in scatola.

### IL PACKAGING ALIMENTARE IMPIEGATO

Dal 2019 il Tecnológico de Monterrey di Città del Messico predilige unicamente packaging di materiale compostabile e biodegradabile, proveniente da amido di mais o avocado. In alcuni casi, vi è tuttavia la possibilità di consumare il cibo acquistato all'interno dei propri contenitori. In questo modo è possibile ottenere un risparmio di 3 Pesos, riducendo allo stesso tempo gli sprechi.

Generalmente gli scarti organici vengono smaltiti separatamente, mentre il cibo avanzato, se intatto e non maneggiato, viene consumato dagli operatori della mensa, a fine giornata.



Fig. 16 - Mercato Central de Abastos, Ciudad de México, Messico.



Fig. 15 - Menù completo vegetariano. Mensa universitaria. Tecnológico de Monterrey - Ciudad de México, CDMX, Messico

Al contrario, gli scarti rappresentati da tutto il packaging biodegradabile, come contenitori, posate e tovaglioli, non vengono smaltiti assieme ai rifiuti organici. Sono infatti trattati come rifiuti tradizionali e pertanto non smaltiti secondo le loro potenzialità intrinseche.

### LA SODDISFAZIONE DEI CONSUMATORI

Da un breve sondaggio effettuato all'interno dell'università, nel complesso professori, studenti e operatori non si ritengono sufficientemente soddisfatti del cibo offerto quotidianamente. Numerosi studenti preferiscono infatti mangiare all'esterno, perchè definiscono il cibo della mensa poco gustoso e per certi aspetti "esageratamente salutare". Essi sono orientati verso un consumo di carne processata, come grandi hamburger o panini. Tale scelta è stata motivata dal fatto che a parità di prezzo, questi cibi garantiscono sapori più intensi, in linea con la produzione alimentare industriale che Città del

Messico spesso offre. La predilezione del fast food è infatti un fattore culturale oramai molto radicato a livello locale. Anche i professori sono dell'opinione che il cibo della mensa universitaria non sia abbastanza gustoso, che le porzioni siano troppo piccole e addirittura che sia troppo costoso, benché un pasto completo, composto da zuppa, primo piatto, contorno, acqua di frutta e dessert, costi solo 69 Pesos, ovvero 3,00 Euro. In realtà, all'interno del Tecnológico de Monterrey il cibo è considerato parte integrante del benessere di studenti, professori e operatori. Per tale ragione, mensilmente è effettuato un controllo igienico/qualitativo atto a garantire la sicurezza di processi e spazi, oltre che dei pasti. Generalmente è un controllo interno, effettuato senza alcun preavviso per evitare truffe. Davanti alla rilevazione di errori, processi dannosi e criticità, si predispone una modifica mirata.

Tale sistema ha permesso che le attività di ristorazione del TEC acquisissero il cosiddetto **DISTINTIVO H<sup>7</sup>**, ovvero un riconoscimento da parte della Secretaría de Turismo e della Secretaría de Salud. Il Programma H è infatti stato stilato per combattere le infermità provenienti dal cibo e da tutte le attività alimentari.

A differenza dei pazienti ospedalieri, i quali tendono a consumare il cibo proveniente dalla mensa ospedaliera per un periodo limitato, studenti, professori e operatori, consumano la maggior parte dei pasti della propria settimana all'interno della mensa universitaria. Si tratta mediamente di cinque pranzi e cinque colazioni, (oltre a eventuali spuntini) per ogni settimana: un numero estremamente elevato se moltiplicato nel tempo. Per tale ragione, il cibo offerto da una mensa universitaria, a parità di altre tipologie di mense, dovrebbe necessariamente possedere un'elevata qualità, poichè potrebbe presentare effetti a lungo termine sui consumatori abituali. Tuttavia, come affermato in precedenza all'interno di questa tesi, qualità non significa unicamente gestione e riduzione dei rischi microbiologici, dal

momento che esiste un'altra tipologia di rischio estremamente pericolosa, ovvero quella chimica, dalla quale dipende una lunga lista di Malattie Croniche Non Trasmissibili. All'interno di questo lungo elenco, non sono assenti obesità e diabete, disturbi particolarmente diffusi nel territorio messicano. Attualmente questo fattore non viene preso in considerazione dalle politiche universitarie connesse alla scelta del cibo offerto all'interno delle mense. Lo stesso Tecnológico de Monterrey afferma di non aver mai contemplato tale scenario, poichè non abbastanza informato. In compenso si impegna a controllare la qualità microbiologica del proprio cibo con attività di controllo frequenti e mirate. Si tratta di una scelta importante, in quanto nel territorio messicano l'economia informale legata al cibo di strada è assai radicata e non prevede alcuna regolamentazione.

La responsabilità risiede infatti nelle scelte del consumatore, che più o meno consapevolmente, valuta se correre un rischio piuttosto che un altro.

Dopo un'analisi generica dello scenario alimentare universitario, sono state introdotte agli studenti coinvolti alcune nozioni sulla disciplina del Design Sistemico, motivando quanto il suo approccio possa esser utile in altri settori, come quello della Nutrizione.

Il settore del Design Sistemico è una realtà multidisciplinare all'interno del quale il designer collabora con altri professionisti al fine di progettare - in maniera sostenibile - prodotti e processi, ma anche servizi, esperienze, sistemi, ecc. La progettazione sostenibile non è sempre chiara per i professionisti che non operano all'interno dell'ambito della progettazione.

Spesso si tende ad associare tale design al rispetto e alla tutela dell'ambiente, i quali rappresentano solo un aspetto del concetto di sostenibilità, che abbraccia anche la sfera sociale ed economica. Ambiente, società, economia: sono dunque tre le parole chiave che spiegano perchè progettare secondo un approccio sistemico significhi progettare secondo

---

<sup>7</sup> Per maggiori informazioni, consultare:  
[www.imnc.org.mx/distintivo-h/](http://www.imnc.org.mx/distintivo-h/)

i principi della sostenibilità.

Applicare l'approccio sistemico allo scenario agro-alimentare significa non focalizzarsi sul mero prodotto alimentare o unicamente sull'atto del consumo, bensì prendere in considerazione l'intero sistema agro-alimentare, il quale presenta delle relazioni particolarmente robuste con lo stato di salute dell'ambiente e dell'essere umano. Tuttavia, nel campo delle scienze della nutrizione, spesso gli specialisti si concentrano sulla tipologia e la quantità dei nutrienti, trascurando la qualità dei processi produttivi, la provenienza del cibo e la possibile presenza di contaminanti chimici. Per tale ragione, è stato indispensabile spiegare agli studenti coinvolti che, nel momento in cui si fa riferimento a un sistema, si devono necessariamente prendere in considerazione tutte le componenti che vivono al suo interno, come ad esempio il territorio locale, la comunità, la cultura e le tradizioni, la salute, l'economia, l'educazione, gli artefatti e i processi e molto altro ancora, valutando allo stesso tempo le qualità delle relazioni presenti tra di esse e le conseguenti proprietà emergenti (Capra, 2014).

Perseguire tale approccio all'interno del Design, e di altre discipline significa progettare per il benessere della società, oltre che per quello ambientale. Questa basilare introduzione è stata necessaria per affrontare il concetto di esperienza alimentare esattamente come un sistema complesso alla pari di altri.

All'interno del workshop sviluppato, il focus è stato quello di un'esperienza alimentare in particolare, ovvero quella che ogni giorno studenti, professori e lavoratori vivono all'interno delle propria mensa universitaria.

In particolare nei contesti urbani più ampi, (non solo nell'area geografica del Messico), nei giorni feriali, lavoratori e studenti tendono a consumare il proprio pasto fuori dalle mura domestiche, in quanto i ritmi di lavoro stringenti non consentono di ritornare alla propria abitazione durante la pausa pranzo. Mense scolastiche, universitarie o mense appartenenti a molteplici luoghi di lavoro, divengono così lo

spazio in cui si consumano quasi la metà dei pasti settimanali, fatta eccezione per chi preferisce consumare il proprio cibo, preparato precedentemente a casa. È bene pertanto considerare che quest'esperienza alimentare, ripetuta durante i diversi giorni della settimana (dunque per un tempo prolungato negli anni), può avere delle ripercussioni non indifferenti sull'organismo umano.

In un primo momento gli studenti hanno ammesso di non aver mai considerato tale scenario nonostante i loro studi in Nutrizione e Benessere Integrato e di non aver mai agito e pensato in maniera sistemica all'interno del loro corso. Pertanto, il laboratorio li ha dapprima condotti a prendere coscienza dell'attuale sistema alimentare della loro mensa universitaria per poi progettare, a seguito di alcune ricerche condotte tra una sessione e l'altra, un sistema alimentare più sostenibile e sano.

Questo processo metodologico, condiviso in partenza con gli studenti e già applicato all'interno del Corso di Design Sistemico del Politecnico di Torino, risulta estremamente efficace per appropriarsi una visione globale del tema trattato. Si tratta di un obiettivo non raggiungibile con facilità, poichè nelle discipline tradizionali si tende spesso a condurre un'analisi per parti. L'approccio sistemico conduce invece un'indagine che va dal micro al macro (Bistagnino, 2016), un'indagine olistica che diviene sostegno fondamentale dell'atto progettuale.

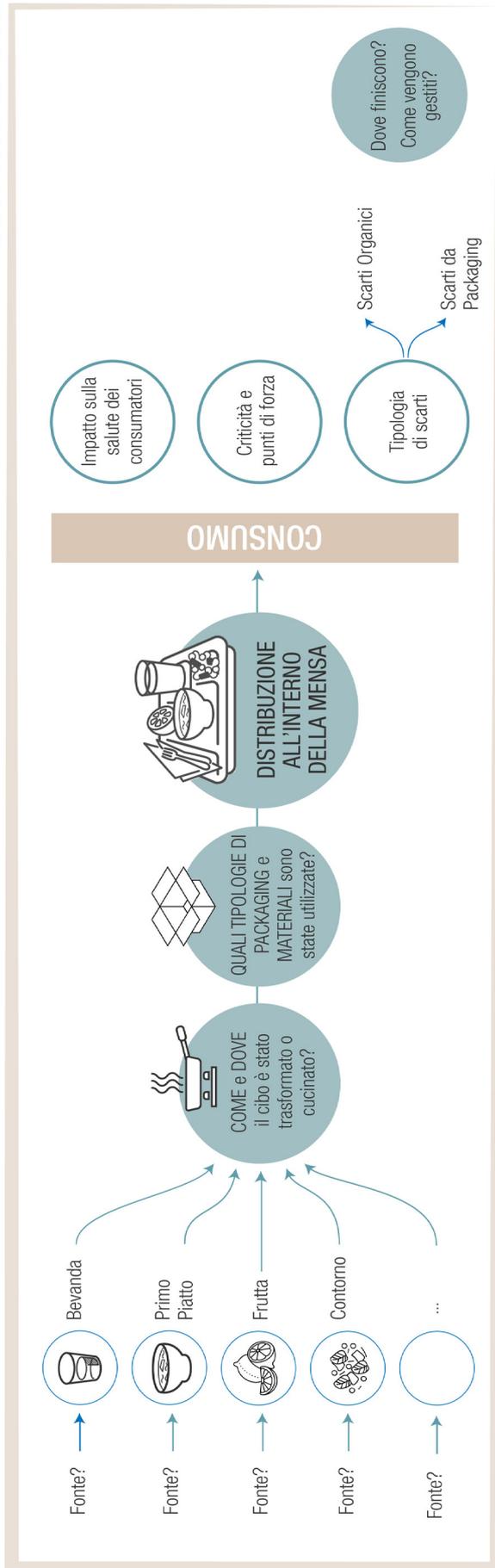


Fig. 18 - Schema riassuntivo del sistema alimentare di una mensa universitaria.

Al fine di eseguire un brevissimo brainstorming, la prima domanda posta ai ragazzi è stata: *“Secondo la vostra opinione, quali sono gli elementi appartenenti al sistema di una mensa universitaria, quindi all’esperienza alimentare che si vive al suo interno?”*.

Gli studenti, estremamente perplessi, sono stati invitati a esporre il loro pensiero in forma anonima su una molteplicità di post-it (Fig.17). Sorprendente è stato notare come per il team coinvolto, gli elementi del sistema alimentare di una mensa siano, oltre alla varietà di cibi offerti, le persone coinvolte (dunque cuochi, operatori, team per la pulizia, ma anche studenti e professori) e una dimensione tangibile, costituita da arredamento e posate, piatti e vassoi, attraverso cui il cibo viene offerto e consumato. Qualcuno ha citato le buone pratiche per garantire igiene e pulizia e ridurre potenziali rischi microbiologici, ma nessuno ha fatto riferimento alle componenti che precedono e seguono il consumo del cibo all’interno della mensa, come le origini dei prodotti alimentari, la loro trasformazione, gli scarti organici e

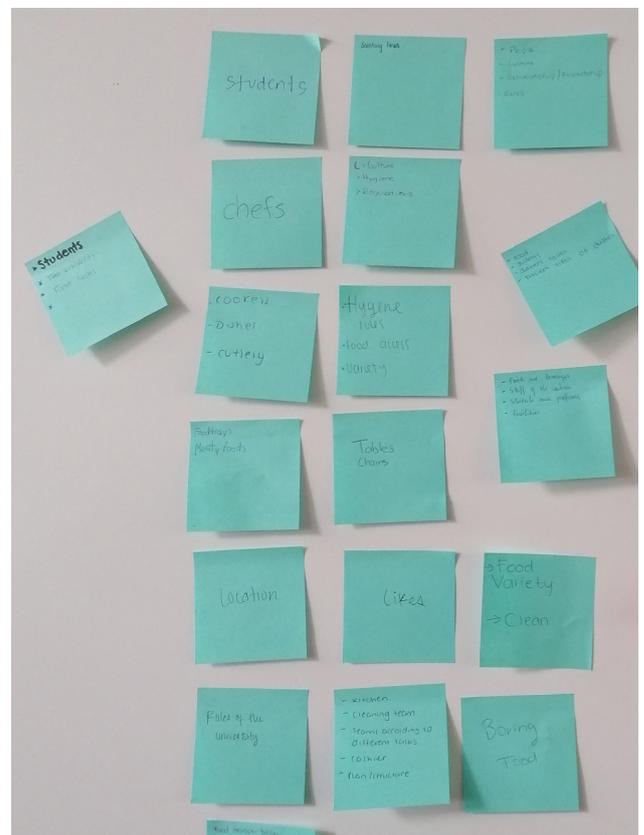


Fig. 17 - Brainstorming sulle componenti del sistema alimentare di una mensa universitaria.

inorganici, la loro gestione, l'impatto sulla salute dei consumatori, la soddisfazione degli stessi, ecc. Questi concetti sono stati comunicati loro attraverso uno schema grafico molto semplice, al fine di aiutarli ad acquisire una visione basilare, ma completa, di ciò che vive all'interno di un sistema agroalimentare, che a sua volta è radicato all'interno di un territorio specifico. Questa relazione di dipendenza spiega che se il territorio cambia, cambieranno necessariamente anche i sistemi che vivono al suo interno. Viceversa, sistemi non consoni al territorio, apporteranno su di esso ripercussioni tangibili.

### LA METODOLOGIA PERSEGUITA

La classe è stata suddivisa in tre gruppi di otto studenti ciascuno, affinché potessero svolgere tre ricerche parallele su tematiche distinte, da presentare nella sessione successiva (Fig.18 e 22):

#### Gruppo 1 - Selezione di una o più malattie estremamente diffuse a Città del Messico.

Indagine su principali cause, disturbi e manifestazioni. Elaborazione di linee guida per la gestione, il contenimento e la prevenzione della patologia. (Le malattie selezionate sono state obesità e diabete, ampiamente sviluppate nel territorio messicano) (Fig.19).

**Gruppo 2 - Indagine sui fattori territoriali rilevanti** (economici sociali e ambientali). Tra tali fattori è possibile citare: le ampie dimensioni della città, la distanza dalle aree rurali, la percentuale di povertà diffusa, il consumo eccessivo di junk food, la presenza radicata di multinazionali agro-alimentari, lo sviluppo di monoculture e allevamenti intensivi a esse radicati, ecc.

**Gruppo 3 - Creazione di tre profili virtuali di consumatori abituali della mensa universitaria,** finalizzata alla comprensione di esigenze e inclinazioni. Ipotesi di disturbi e patologie, stile di vita, attività, sport, hobby, relazione con la tecnologia, con il fumo, con l'alcool, alimentazione e abitudini alimentari. (Fig. 20)

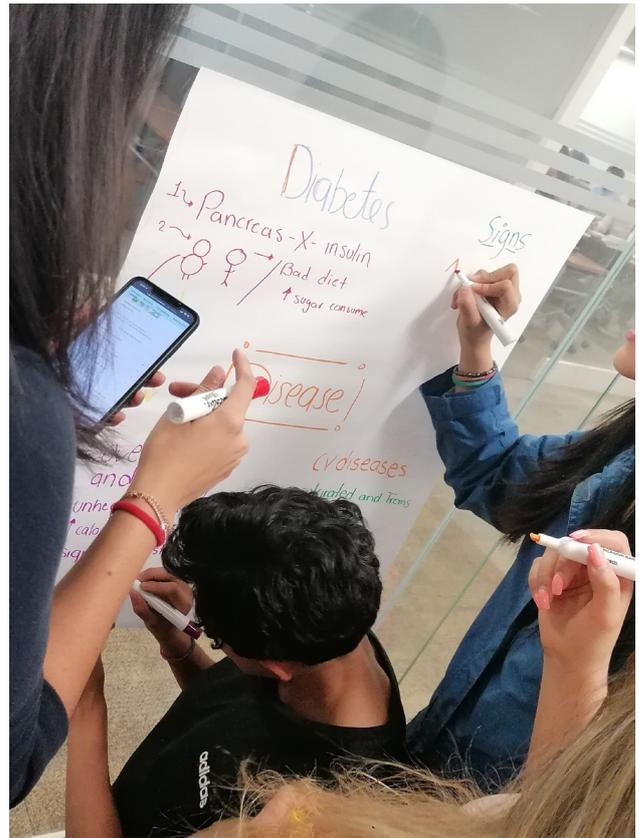


Fig. 19 - Gruppo 1 - Brainstorming del gruppo 1 finalizzato alla realizzazione del poster inerente a obesità e diabete, particolarmente radicati a Città del Messico.

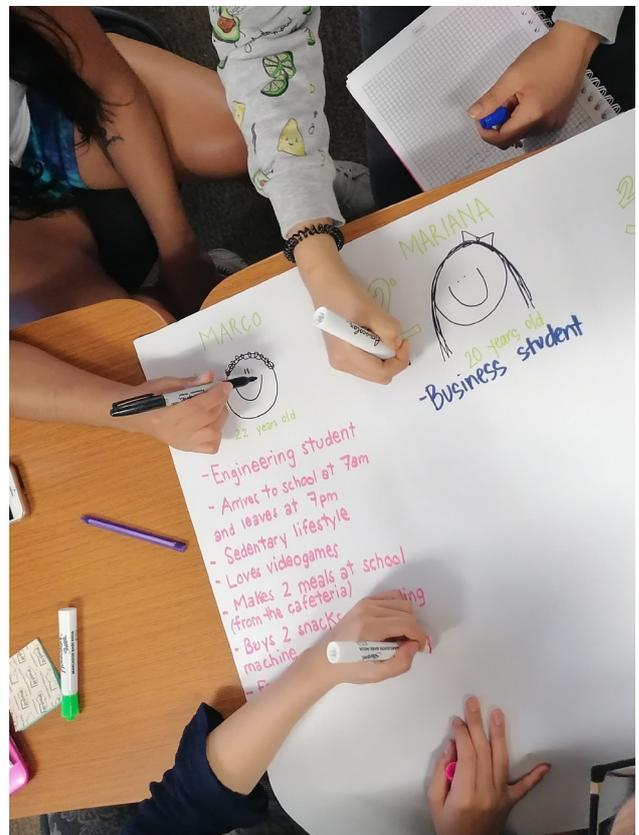


Fig. 20 - Gruppo 3 - Ipotesi dei profili di consumatori abituali della mensa.

I ragazzi sono stati incentivati a realizzare un poster per ogni ricerca, da argomentare in classe durante la sessione seguente. Questo approccio non è tipico delle discipline tradizionali come le scienze sanitarie, ed è per tale ragione che è stato per certi versi spiazzante per gli studenti. L'obiettivo è stato quello di condurre la classe a effettuare una rapida analisi olistica, prima di entrare nel cuore del laboratorio.

Parlare di malattie connesse alla malnutrizione è stato per loro abbastanza naturale, essendo un corso in Scienze della Nutrizione, tuttavia perseguire un'indagine territoriale ha rappresentato per loro una piccola sfida, in quanto non sempre abituati a cogliere le connessioni tra territorio, cibo e stato di salute. Secondo passo fondamentale è stata la selezione di un menù completo abituale della mensa universitaria sul quale lavorare. Un menù completo, composto da zuppa di pollo, piatto principale di carne, insalata, tortillas, gelatina di frutta, acqua di orzata. A questo punto, attraverso una scheda pre-impostata, è stato chiesto alla classe di riflettere su differenti punti, atti alla costruzione del sistema alimentare attuale e all'analisi delle sue criticità. I quesiti fondamentali sono stati:

- 1) In percentuale, quali tipi di nutrienti sono presenti all'interno del menù selezionato (in termini di grassi, proteine, carboidrati, vitamine, ecc.)? È un pasto bilanciato? Quali fattori di rischio sono presenti al suo interno?
- 2) In percentuale, quanto cibo processato è presente all'interno di tale pasto?
- 3) Da dove proviene il cibo fresco? (Ad esempio da coltivazioni organiche, piccoli produttori locali o grandi multinazionali).
- 4) Sulla base della tipologia di cibo e della sua origine, che tipo di potenziali input chimici sono presenti al suo interno?
- 5) Come viene servito il cibo? Che tipo di packaging

viene utilizzato (packaging polimerico, in carta, lavabile, monouso, riciclabile, organico, ecc.). Che tipo di input dannosi possono essere rilasciati da tale packaging (Es. Bisfenolo A, Ftalati, ecc.)?

7) Come vengono smaltiti i rifiuti organici e inorganici, a seguito del consumo?

Tali quesiti sono stati fondamentali per comprendere quanto un pasto quotidiano di questo tipo possa avere delle ripercussioni sullo stato di salute di studenti, professori e lavoratori, oltre che sul territorio. Forti delle ricerche precedenti, è stato possibile avviare un processo di costruzione del modello alimentare attuale (modello lineare) su grandi fogli, affinché tutto il gruppo potesse riflettere assieme (Fig. 21). Per semplicità, tale modello è stato elaborato anche graficamente (Fig. 23). Nella seguente immagine è possibile notare come la maggior parte dei prodotti alimentari del menù selezionato,

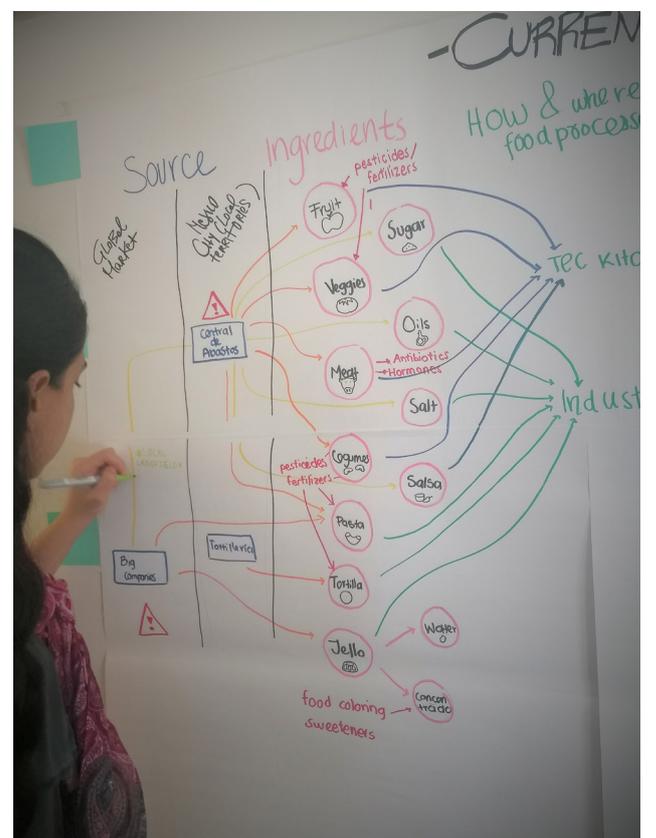


Fig. 21 - Realizzazione del sistema alimentare presente attualmente nella mensa universitaria. Analisi di tutte le componenti dell'esperienza alimentare, dall'origine del cibo alla gestione degli scarti.

## LA METODOLOGIA SEGUITA ALL'INTERNO DEL WORKSHOP

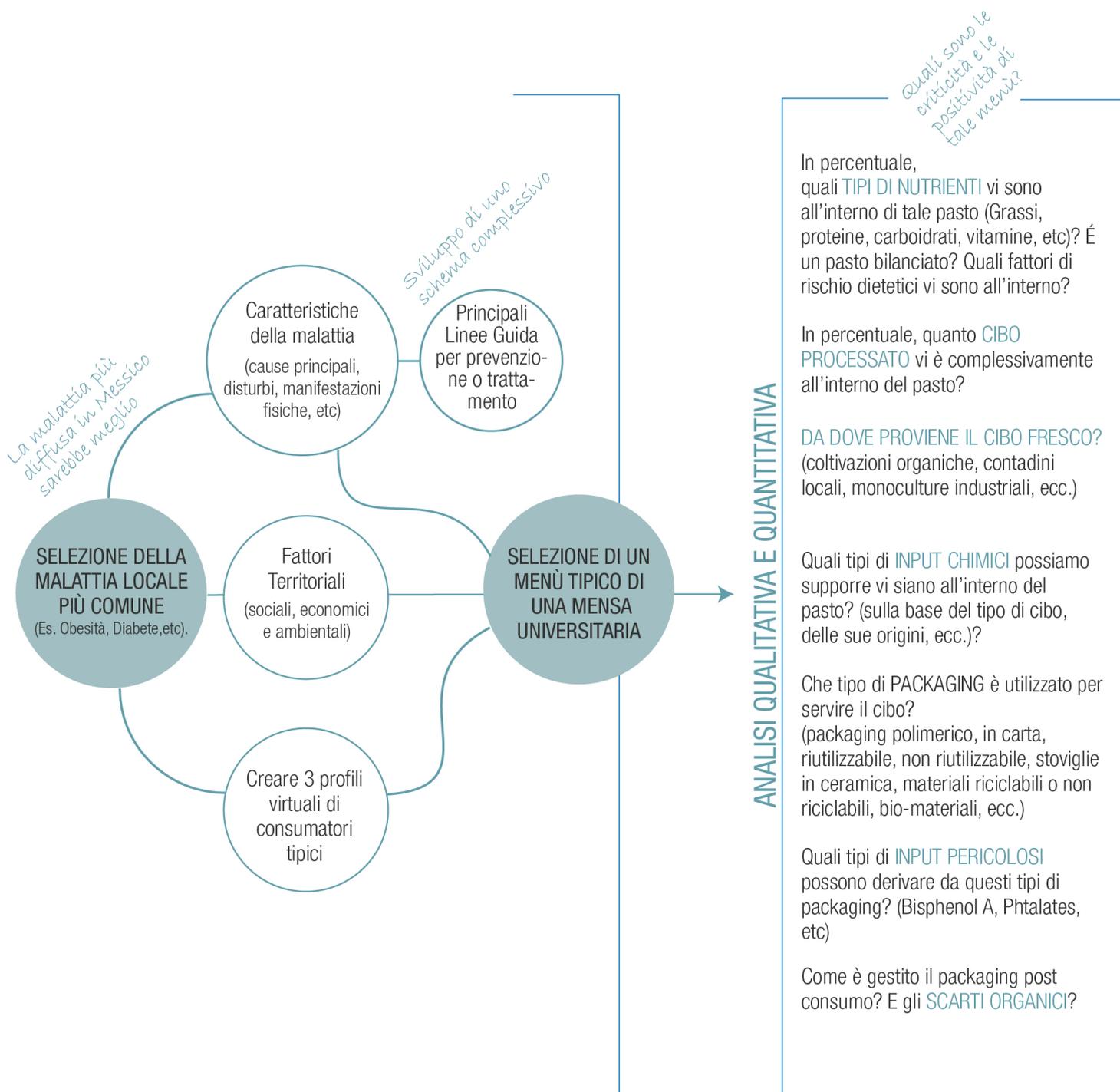
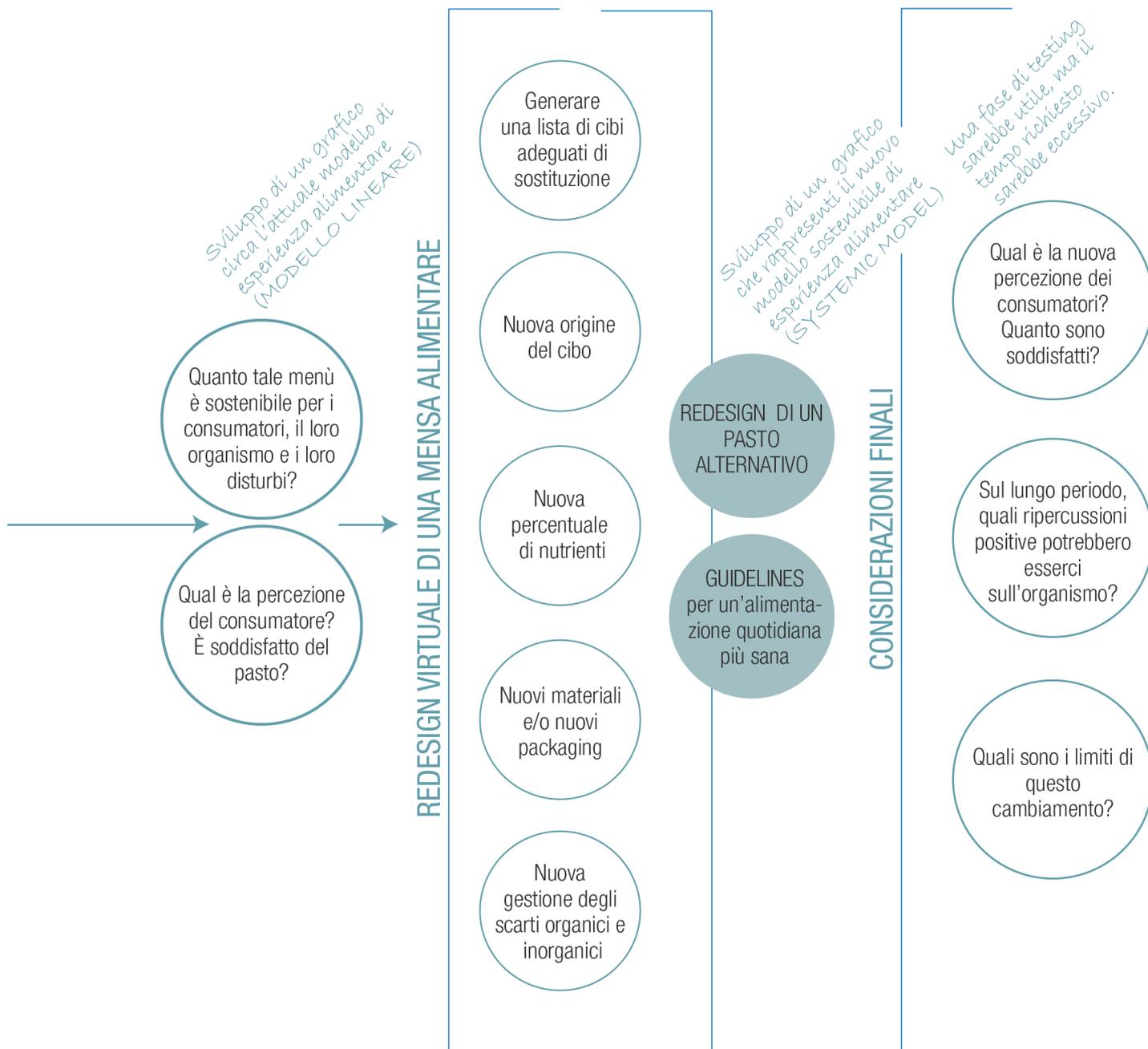


Fig. 22 - Passaggi salienti della metodologia utilizzata nel workshop.



provengano dalla sezione non organica del Mercado Central de Abastos, nel quale è possibile trovare sia prodotti di grandi produttori locali sia prodotti provenienti dal mercato internazionale, quindi da processi di produzione intensiva che presuppongono l'utilizzo di tipologie differenti di contaminanti chimici. Il medesimo ragionamento è stato condotto per la qualità delle tortillas, utilizzate come sostituto del pane nel territorio messicano. Se non acquistate da sistemi di produzione organiche, il rischio è quello di consumare prodotti provenienti da mais OGM, purtroppo estremamente diffuso in tutto il territorio. La provenienza di olii vegetali, brodi e gelatine è ovviamente di tipo industriale, sebbene vi sia la possibilità di alternative più salutari. Si tratta di olii raffinati o di concentrati ricchi di sostanze insalubri, utilizzati per velocizzare la produzione in loco. Le criticità presenti in tutti i prodotti alimentari utilizzati, (a eccezione delle salse, prodotte in maniera natu-

rale all'interno della cucina della mensa), si ripercuotono per ovvie ragioni sulla qualità generale del menù giornaliero, sia esso un menù tradizionale o un menù vegetariano. Un aspetto certamente positivo è il completo utilizzo di packaging organici e riutilizzabili, sebbene nella fase post-utilizzo essi vengano smaltiti nella raccolta indifferenziata. Tale mancata valorizzazione degli scarti è stata individuata anche nel caso dei rifiuti organici provenienti dal cibo avanzato all'interno dei vassoi. Difatti, sebbene essi siano differenziati, rimangono output con un potenziale non sfruttato, ad esempio per la produzione di compost o biogas. È bene premettere che, essendo scarti provenienti da cibo di produzione industriale, il compost ricavabile presenterebbe anch'esso tracce di pesticidi, additivi, ormoni e antibiotici che si trasmettono in tutte le componenti della catena alimentare. Anche sulla scelta di un packaging riutilizzabile, quindi lavabile, vi sono

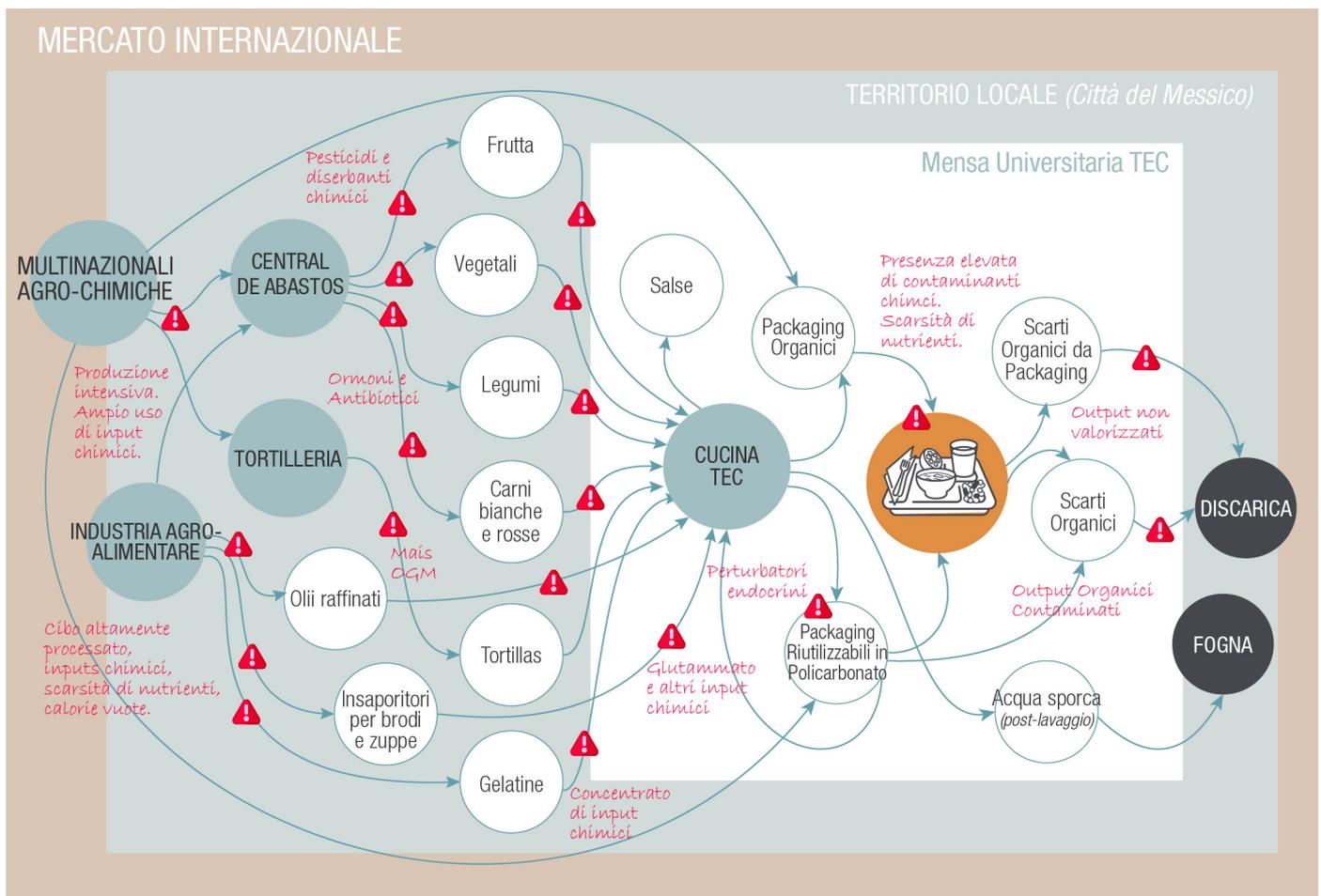


Fig. 23 - Sistema Alimentare Lineare della Mensa Universitaria all'interno del TEC.

delle contraddizioni. Il materiale di cui sono composti piatti e bicchieri è infatti il polycarbonato, materiale polimerico che a contatto con cibi molto caldi potrebbe rilasciare tracce di Bisfenolo A (Biles, McNeal T. Begley, and Hollifield, 1997), che, rappresentando un perturbatore endocrino molto pericoloso nell'organismo umano, a lungo andare interferisce con il sistema ormonale dei consumatori.

A conclusione di tale processo di identificazione delle criticità, è stato possibile stimare quanto il pasti quotidiani consumati da studenti, professori e lavoratori all'interno dell'ambiente universitario selezionato, non siano propriamente salutari. Sebbene il rischio microbiologico appaia correttamente gestito e minimizzato, la scarsa attenzione posta ai numerosi rischi chimici ampiamente presenti nei pasti, incide negativamente sulla diffusione delle malattie maggiormente individuate in loco, quali l'obesità, il diabete e altri disturbi cronici in genere connessi a modelli di consumo e produzione insostenibili.

Per quanto concerne la percezione dei consumatori, è stato effettuato un piccolo sondaggio sulla stessa classe che abitualmente spende la propria pausa pranzo all'interno della mensa universitaria. Le risposte emerse dagli studenti sono state infine incrociate con i dati relativi al consumo comunicati dalla Dott.ssa Perla Arguilles. Nonostante i prodotti alimentari siano acquistati a prezzi competitivi e il costo complessivo del menù sia davvero ridotto, i consumatori lamentano un prezzo eccessivo per un consumo giornaliero, delle porzioni ridotte, rispetto ad altre soluzioni alimentari esterne e un gusto non sufficientemente piacevole.

Nel complesso è possibile affermare che il sistema alimentare analizzato (Fig. 23) dipende completamente da una produzione di tipo industriale, accetta le implicazioni derivanti dall'utilizzo di sostanze chimiche e non contribuisce positivamente al benessere di studenti, professori e lavoratori.



### IMPATTO SULLA SALUTE

- Elevato rischio di esposizione chimica.
- Apporto non bilanciato di nutrienti: eccessivo consumo di sodio, grassi e zuccheri.
- Incidenza su malattie croniche come obesità, diabete, malattie cardiovascolari, ecc.



### IMPATTO SU AMBIENTE E TERRITORIO

- Mancata valorizzazione degli scarti.
- Input chimici di produzione dispersi in acqua, suolo e aria.
- Dipendenza dalle multinazionali agro-alimentari e chimiche.
- Enormi minacce per l'economia e la cultura locale.



COSTO  
DEL MENÙ



IMPATTO SU  
SALUTE, AMBIENTE  
ED ECONOMIA LOCALE

A seguito di tale analisi, la classe è stata stimolata a interrogarsi sulle alternative presenti per la formulazione di un nuovo sistema, più sostenibile per l'uomo e per il territorio.

Innanzitutto il menù è stato modificato in un pasto completo proveniente da una produzione quanto più possibile organica. Esso è stato composto da una zuppa di verdure stagionali, formaggio fresco, pollo, contorno di fagioli neri, tortillas, frutta fresca come dessert, acqua semplice (in sostituzione all'acqua di frutta zuccherata prodotta attraverso l'utilizzo di concentrati). Tale menù presuppone un apporto di nutrienti più bilanciato, con una riduzione di zuccheri, grassi, proteine e sostanze artificiali.

Il punto di partenza per la riconversione del sistema alimentare insalubre in un sistema più sostenibile (Fig. 24), è stata la risoluzione delle molteplici criticità presenti. I primi elementi a essere stati modificati sono state perciò le fonti del cibo.

Le monoculture e i sistemi di allevamento intensivo sono stati sostituiti con la produzione naturale di contadini e allevatori locali, da cui deriveranno tutti i prodotti alimentari, compreso il mais utilizzato per la produzione delle tortillas. Questa sostituzione svincola il sistema dalla dipendenza dalle grandi compagnie agro-industriali, nutrendo per questo le economie locali. Rimane inalterata la scelta di fornirsi dal Mercato Central De Abasto, all'interno del quale è possibile trovare le produzioni organiche e sostenibili prima citate, sebbene a un prezzo maggiore rispetto a quelle consuete. Dunque, tale luogo di vendita, rimane una buona scelta, se la selezione del cibo, una volta al suo interno, verterà su una produzione naturale, proveniente da produttori locali.

È bene chiarire che modificare le fonti del cibo,

passando da produzioni industriali a produzioni organiche, acquistare cibo non processato e prediligere una trasformazione in loco (ovvero nella stessa mensa), significa anche e soprattutto liberare i consumatori dal cocktail chimico di cui precedentemente erano vittime, riducendo al minimo l'esposizione chimica connessa alla loro alimentazione. Un'ulteriore modifica è stata valutata sul fronte del packaging utilizzato: infatti, se il packaging monouso in materiale biodegradabile risulta una scelta ottima sia per la tutela dell'ambiente che per quella della salute umana, per l'utilizzo di stoviglie lavabili in policarbonato non si può dire altrettanto. Il rilascio di Bisfenolo A all'interno del cibo da parte di tale materiale è stato rilevato da più di vent'anni. Per tale ragione l'impiego di piatti e bicchieri di materiali ceramici risulta ancora essere la scelta più salutare, oltre che senza tempo, nonostante siano caratterizzate da un

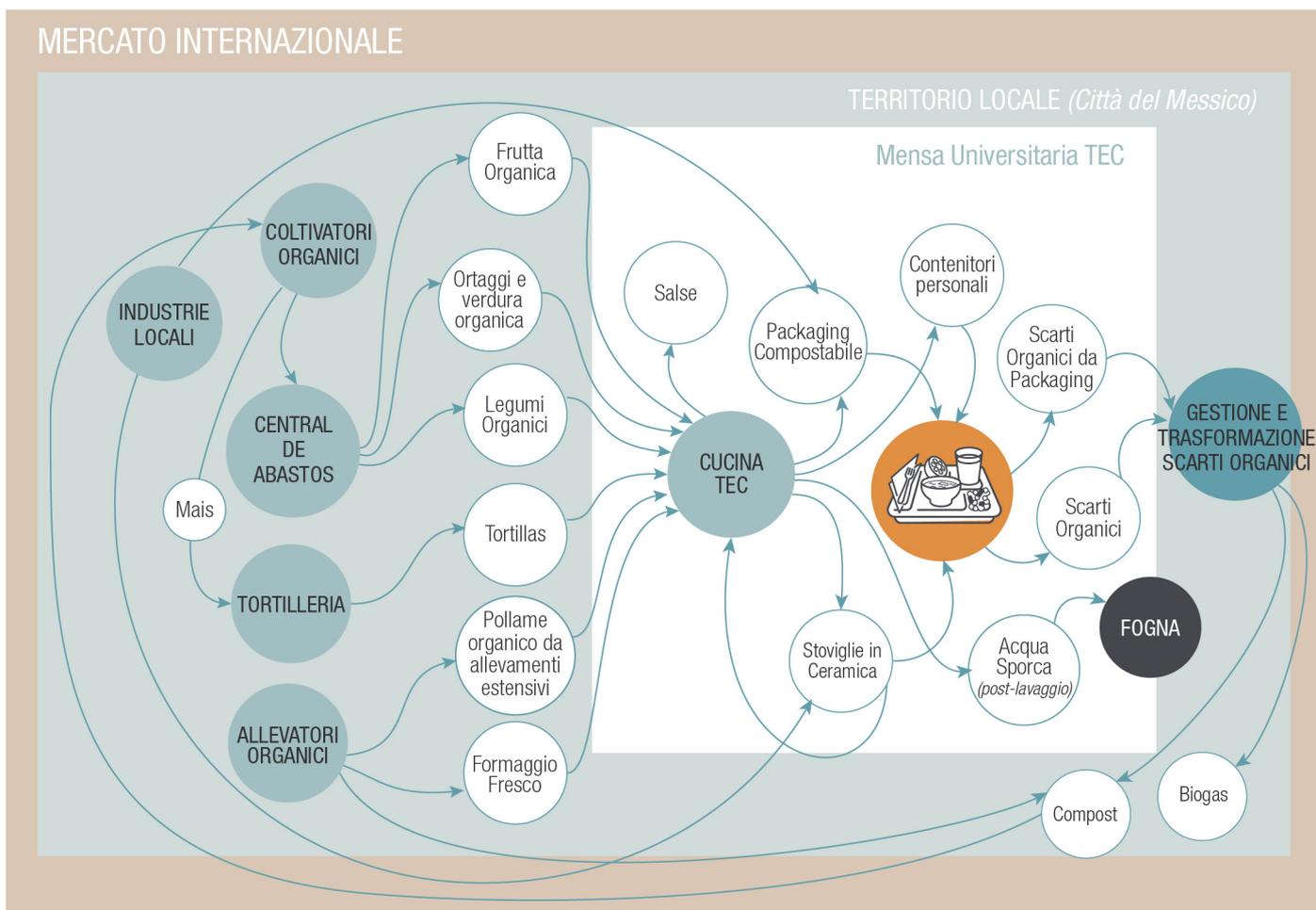


Fig. 24- Nuovo Sistema Alimentare della Mensa Universitaria del TEC, riprogettato secondo principi di sostenibilità ambientale, sociale ed economica.

costo maggiore, ma soprattutto da un maggiore livello di fragilità (rispetto a qualsiasi altra scelta polimerica) che all'interno dei sistemi di self-service potrebbe rappresentare un piccola criticità (es. rischio di rottura frequente).

Alcune importanti considerazioni finali sono poi state effettuate sulla gestione degli scarti attualmente non valorizzati. L'utilizzo già avviato di packaging compostabile, se sommato a scarti alimentari di derivazione organica, rappresenta una buona opportunità per la produzione di compost, o alternativamente di biogas. La differenziazione degli scarti già sostenuta dall'università, agevola tale processo, dunque la modifica proposta prevede una trasformazione degli output organici della mensa, in nuove risorse per l'economia locale.

Un modello alimentare di questo tipo, condurrebbe certamente a un costo finale più elevato del menù. Questo fattore rappresenta senza dubbio un problema, considerando che l'attuale costo ridotto è stato accettato già con moderazione da studenti, professori e lavoratori. Tuttavia è bene condurre i consumatori alimentari di ogni tipo di attività a riflettere su quanto la quantità di risorse economiche non spese per il consumo di cibo sano possa moltiplicarsi in futuro per la gestione delle malattie e dei disturbi connessi a modelli di consumo e produzione ad alto impatto. Inoltre, a questo si sommeranno i numerosi costi ambientali (connessi all'utilizzo di fitofarmaci di derivazione chimica, alla produzione di anidride carbonica per il trasporto di cibo proveniente dall'estero, alle emissioni di impianti di gestione del cibo non stagionale, e molto altro ancora), anch'essi estremamente in connessione con lo stato di salute dell'essere umano.

Essere disposti a spendere somme maggiori per un cibo locale, salutare e stagionale, significa pertanto non solo investire in uno stato ottimale di salute ambientale e umana, ma anche incidere positivamente sull'economia locale. Tale riflessione, tuttavia, dovrebbe estendersi

## BENEFICI SULLA SALUTE

- Riduzione dell'esposizione chimica legata all'alimentazione.
- Apporto di nutrienti equilibrato, senza eccesso di grassi, zuccheri e proteine.
- Riduzione della diffusione locale di malattie croniche come diabete, obesità, ecc.
- Promozione di abitudini alimentari sane, atte ad un processo di prevenzione delle malattie sopra-citate.

## IMPATTO SU AMBIENTE E TERRITORIO

- Valorizzazione degli scarti: generazione di flusso economico e nuove risorse.
- Supporto all'economia locale: minore dipendenza dalle multinazionali agro-industriali.
- Consumo locale e stagionale



COSTO  
DEL MENÙ



IMPATTO SU  
SALUTE, AMBIENTE  
ED ECONOMIA LOCALE

anche al consumo alimentare domestico, divenire quindi modello educativo, partendo dai luoghi di studio e lavoro, per arrivare all'interno della sfera privata dei consumatori.

## I LIMITI DEL CAMBIAMENTO

A conclusione di tale riprogettazione sarebbe stata opportuna una fase di testing, purtroppo non possibile a causa della sospensione didattica intrapresa per il contenimento della diffusione del Covid19. In realtà, a prescindere da tale inconveniente, i limiti di tale cambiamento sa-

rebbero senza dubbio numerosi. In primo luogo, come già argomentato, il costo maggiore delle risorse alimentari di origine organica produrrebbe un aumento consequenziale del prezzo del menù finale. Tale maggiorazione del costo potrebbe ridurre, al contrario, il numero di acquirenti, benché il Tecnológico de Monterrey sia un'università privata, costituita da studenti appartenenti a famiglie contraddistinte da un reddito medio-alto. La riduzione di acquisto potrebbe condurre a sua volta a un maggiore consumo di soluzioni esterne all'università, per certi aspetti più insalubri del menù attuale presente nella mensa. La disponibilità a spendere una somma più elevata di denaro per i consumatori con un potere di acquisto maggiore, dipende ovviamente dalla percezione del bene ottenibile. Nel caso di un menù più salubre si dovrebbe far leva sul senso di consapevolezza, sulla corretta percezione del rischio chimico, sulla divulgazione del ventaglio di costi sanitari ad

esso connessi. Solo tali elementi, potrebbero condurre i consumatori alimentari ad accettare un maggior costo economico e ad apprezzare realmente il nuovo modello alimentare. Si tratta inoltre di un modello che prevede una nuova educazione anche sul piano del gusto, poichè un palato abituato al consumo di cibo processato e ricco di esaltatori artificiali, necessiterà di abituarsi nuovamente ai sapori naturali, che nei primi momenti del cambiamento potrebbero apparire meno gradevoli e intensi.

Ulteriore limite del nuovo modello alimentare è rappresentato inoltre dalla valorizzazione degli scarti. La mensa universitaria, dunque i consumatori stessi, hanno la responsabilità di differenziare correttamente i rifiuti prodotti, tuttavia la riconversione di tali scarti in nuove risorse economiche dipenderà dalle politiche territoriali che esulano dall'esperienza alimentare in sè.

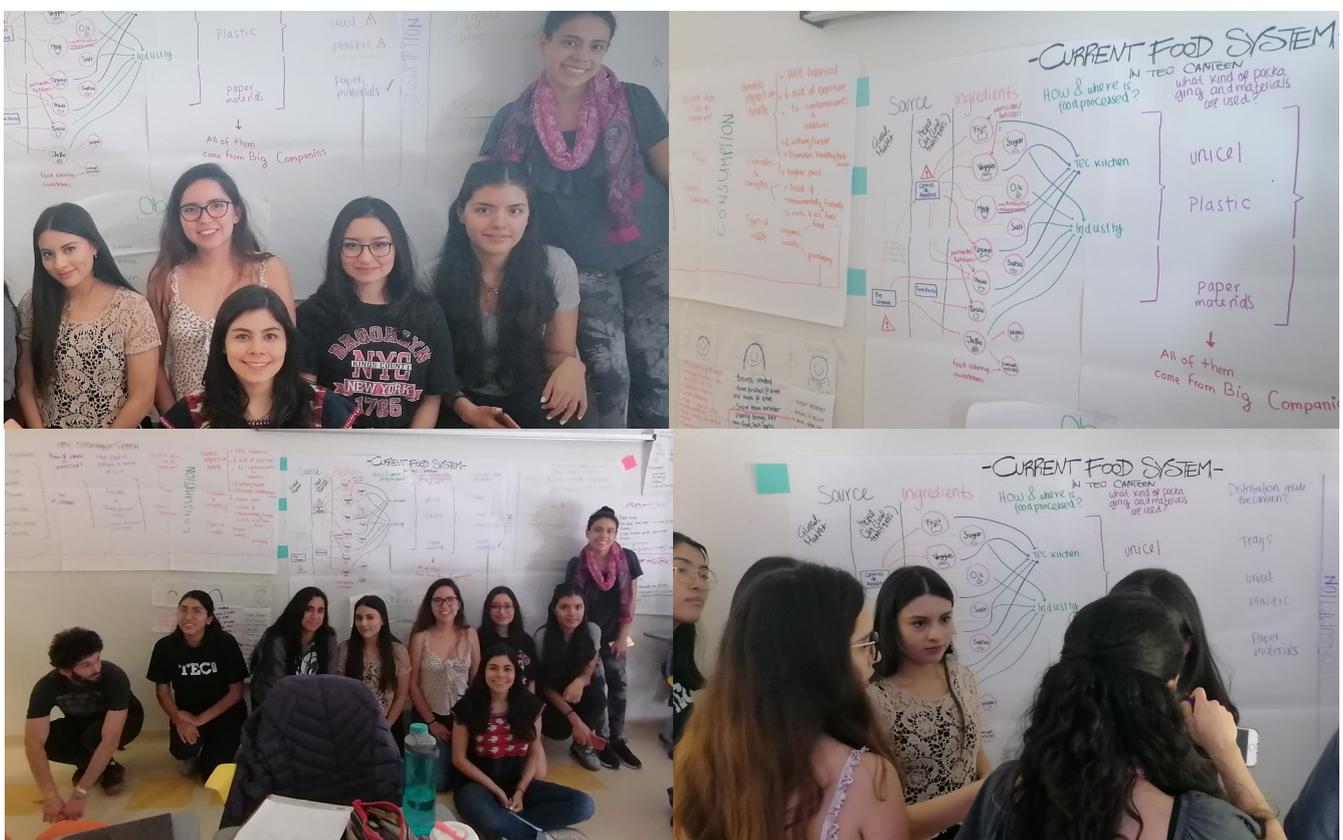


Fig. 25 - Alcuni degli studenti del Corso di Laurea Triennale in Nutrizione e Benessere integrale. Sullo sfondo, i sistemi elaborati all'interno del workshop.

## CAPITOLO 2

---



# DESIGN, CIBO E SALUTE: SCENARI PASSATI, ATTUALI E FUTURI



## CAPITOLO 2

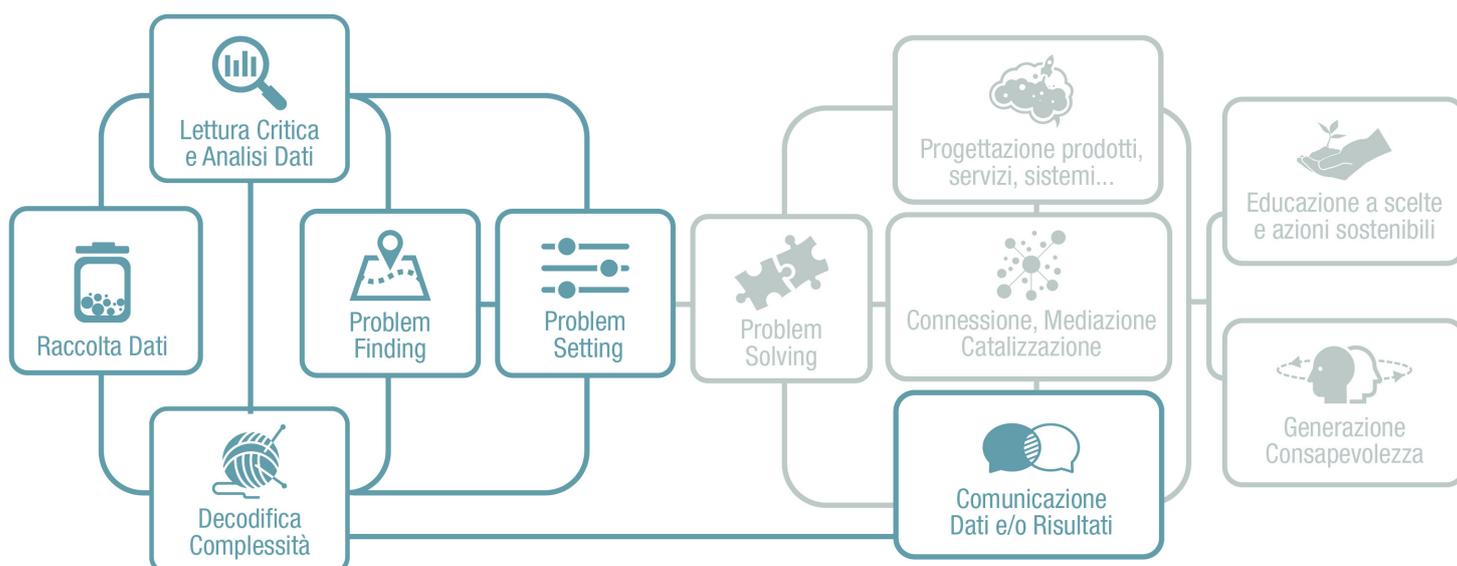
### DESIGN, CIBO E SALUTE: SCENARI PASSATI, ATTUALI E FUTURI

Se nel capitolo precedente il design ha svolto un lavoro di ricerca, raccolta dati e decodificazione della complessa e critica disconnessione presente tra scenari agroalimentari e sistemi sanitari, all'interno di questo capitolo tale lavoro considera un ulteriore elemento, ovvero il modo in cui la progettazione ha affrontato tali ambiti nel passato (coinvolgendo gli altri professionisti del settore) e come invece ambisce ad affrontarli nel contesto contemporaneo.

Quante volte la cultura del design ha adeguatamente affrontato la dicotomia cibo e salute? Nelle pagine seguenti tale quesito è stato posto a differenti membri della WDO (World Design Organization) al fine da tracciare una visione quanto più possibile globale per la

definizione di nuove e più sostenibili linee guida intraprendibili dall'attuale e sempre più sfaccettata figura del designer.

A supporto di tale lavoro, nella seconda parte di questo capitolo è inoltre presente una raccolta di casi studio (nazionali e internazionali) circa l'intersezione tra cibo e salute. All'interno di tale raccolta è stato valutato il coinvolgimento di differenti professionisti del settore, della politica e infine, il modo in cui il design è attualmente presente, o al contrario assente, in tali contesti, analizzando in maniera più completa la disconnessione emergente tra le due aree (già ampiamente descritta nel Capitolo 1) e la necessità di intraprendere un'azione sistemica.



## 2.1 DESIGN, CIBO E SALUTE

Attualmente la tutela del consumatore rappresenta una rilevante sfida multidisciplinare a cui è chiamata a rispondere una comunità scientifica allargata, in grado di superare le proprie barriere disciplinari e agire attraverso approcci metodologici e operativi condivisi. Tornando a considerare il cibo come elemento appartenente all'essenziale quotidianità di ogni uomo, è possibile scorgere come esso abbia storicamente condizionato la cultura materiale di differenti popolazioni (Braudel, 2006), permeando oggetti, spazi, abitudini, rituali e comportamenti.

Dunque, sin dal passato il design ha affrontato i grandi temi del cibo e della salute, perseguendo molto spesso due percorsi paralleli e indipendenti (Fig. 26). Inoltre, le precedenti generazioni di progettisti non sempre hanno utilizzato gli strumenti

adeguati a indagare a pieno le connessioni intrinseche a un complesso sistema multidisciplinare. Nello specifico, dal punto di vista sanitario le discipline progettuali si sono focalizzate da un lato sullo studio di dispositivi e apparecchiature, packaging e ambienti sanitari (Cooper et alii, 2011, Ulrich et alii, 2008 Clarkson et alii 2004, Pereno et alii, 2015), abbracciando il campo del Design for Health, all'interno del quale è stata data estrema importanza alla sicurezza dell'utente e in alcuni casi anche al suo coinvolgimento all'interno dei processi di cura e prevenzione, in ottica di maggiore comfort, gradevolezza e funzionalità, dall'altro sulla progettazione dei servizi di assistenza sanitaria, per il raggiungimento di cure e soluzioni sistemiche più rilevanti (Jones, 2013).

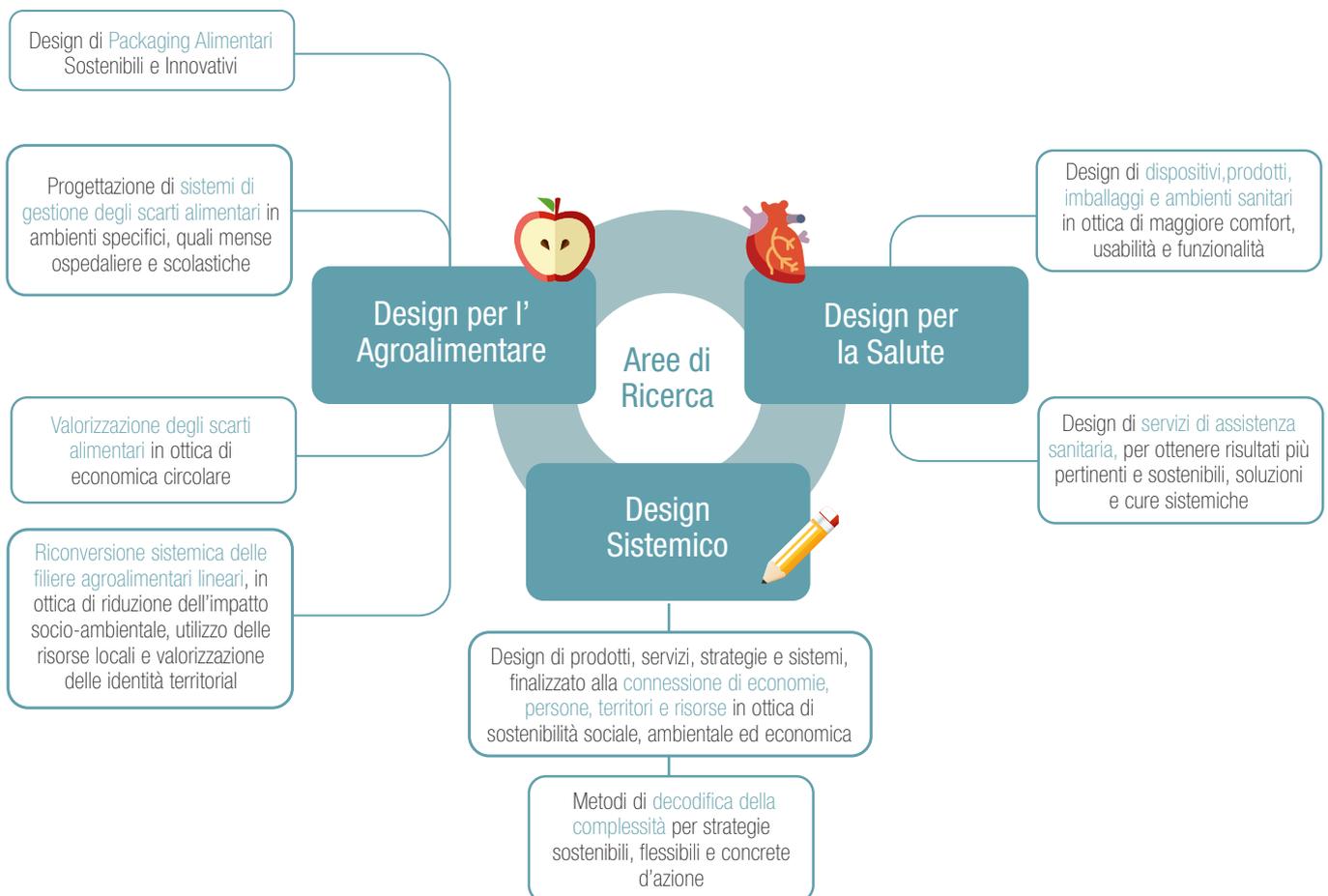


Fig. 26 - Aree di ricerca indagate.

Sul fronte del cibo, vi è stato forse un campo d'indagine più ampio che coinvolge ancora oggi la più classica progettazione di packaging alimentari innovativi e sostenibili nel senso più ampio (Maffei and Schifferstein, 2017, Bozzola and De Giorgi, 2019, Bassi, 2015), ma anche la complessa progettazione di sistemi di gestione degli scarti in ambienti specifici come mense ospedaliere e scolastiche, la rivalorizzazione di output alimentari ancora utili in termini di economia circolare (Fassio, Cionchi and Tondella, 2020, Fassio and Tecco, 2018; Fiore and Barbero, 2014) e la riconversione di filiere agroalimentari lineari, in ottica di riduzione dell'impatto socio-ambientale, utilizzo delle risorse locali e valorizzazione delle identità territoriali<sup>8</sup> (Bistagnino, 2011).

Tuttavia, sulla base di questi percorsi di ricerca già in larga misura esplorati, il design, in particolare la progettazione sistemica, può ancora offrire un contributo significativo nella co-creazione di network territoriali di relazioni più sostenibili e resilienti che coinvolgano cittadini e stakeholder di differente natura.

Dai percorsi che sino a oggi il design ha affrontato nel settore agroalimentare e sanitario, emerge - forse per la loro intrinseca ampiezza - l'assenza di una progettazione olistica e unitaria che consideri l'interdipendenza e le numerose relazioni presenti tra le due grandi sfere tematiche e che guidi il panorama produttivo, quello del consumo e ancora quello sanitario verso un benessere a lungo termine per l'intera comunità coinvolta.

Nelle pagine successive sarà possibile cogliere in maniera più approfondita il modo in cui il design sta affrontando la relazione tra scenari agroalimentari e sanitari, attraverso diverse interviste volte ad alcuni importanti membri della World Design Organization, aprendosi a nuovi ambiti di ricerca e volgendosi sempre più alla progettazione di soluzioni complesse per il benessere delle diverse comunità del mondo.

---

<sup>8</sup>All'interno dell'Università degli Studi di Scienze Gastronomiche di Pollenzo (Cuneo, Italia), nell'ambito del Master in Food Innovation and Management, è stato progettato il Systemic Food Design Lab. Si tratta di un laboratorio di analisi e progettazione sistemica che aspira a sviluppare (a livello teorico e applicato) un approccio basato sulla progettazione di relazioni collaborative e di valore, basandosi sul concetto di cibo nelle sue molteplici accezioni.

Per maggiori informazioni:

[unisg.it/ricerca-unisg/systemic-food-design-lab/](http://unisg.it/ricerca-unisg/systemic-food-design-lab/)

## 2.2 IL CONTRIBUTO DELLA WORLD DESIGN ORGANIZATION NELLA NUOVA FRONTIERA DEL CIBO, DELLA SALUTE E DEL BENESSERE SOSTENIBILE

Il tema di una nutrizione sana, equa, di qualità, come fondamento di un equilibrio sociale e ambientale, è trattato in maniera trasversale all'interno degli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile delle Nazioni Unite. Basti pensare all'obiettivo 2 - 'Zero Hunger', all'obiettivo 3 - Good Health and Well-Being', o ancora all'obiettivo 12 - 'Responsible Consumption And Production'.

Ma come sta rispondendo il Design a queste sfide mondiali?

Utilizzando la lente della World Design Organization e intervistando differenti membri a essa afferenti provenienti da differenti aree geografiche del mondo (Africa, Australia, Asia e Nord America), è stato intrapreso il tentativo di mappare a livello globale il modo in cui la cultu-

ra del design sta dialogando con gli attuali temi del cibo, della salute e dello sviluppo sostenibile. Tra questi, è possibile citare Bertrand Derome (Managing Director, WDO), Mugendi K. M'Rithaa (ICSID/WDO Past President, Transdisciplinary Industrial Designer, Educator, Researcher, Professional Member - Association of Designers of India), Srinu-Srinivasan (2019-2021 WDO President), Brandon Gien (ICSID/WDO Past President, Founder and CEO of Good Design – Australia), Pradyumna Vyas (WDO Board Member 2019-2021 Confederation of Indian Industries) (Fig.27).

Attraverso lo sguardo di tali esperti, è stato possibile tracciare le visioni, l'azione e le prospettive future del design all'interno di un quadro multidisciplinare quale quello agroalimentare e sanitario, raccogliendo e citando le realtà associative a livello globale e locale e indagando il ruolo delle World Design Capitals del futuro.

Le interviste, dalla durata di 40-60 minuti circa, sono state svolte attraverso la piattaforma Zoom e hanno previsto un'interazione diretta con i membri intervistati.

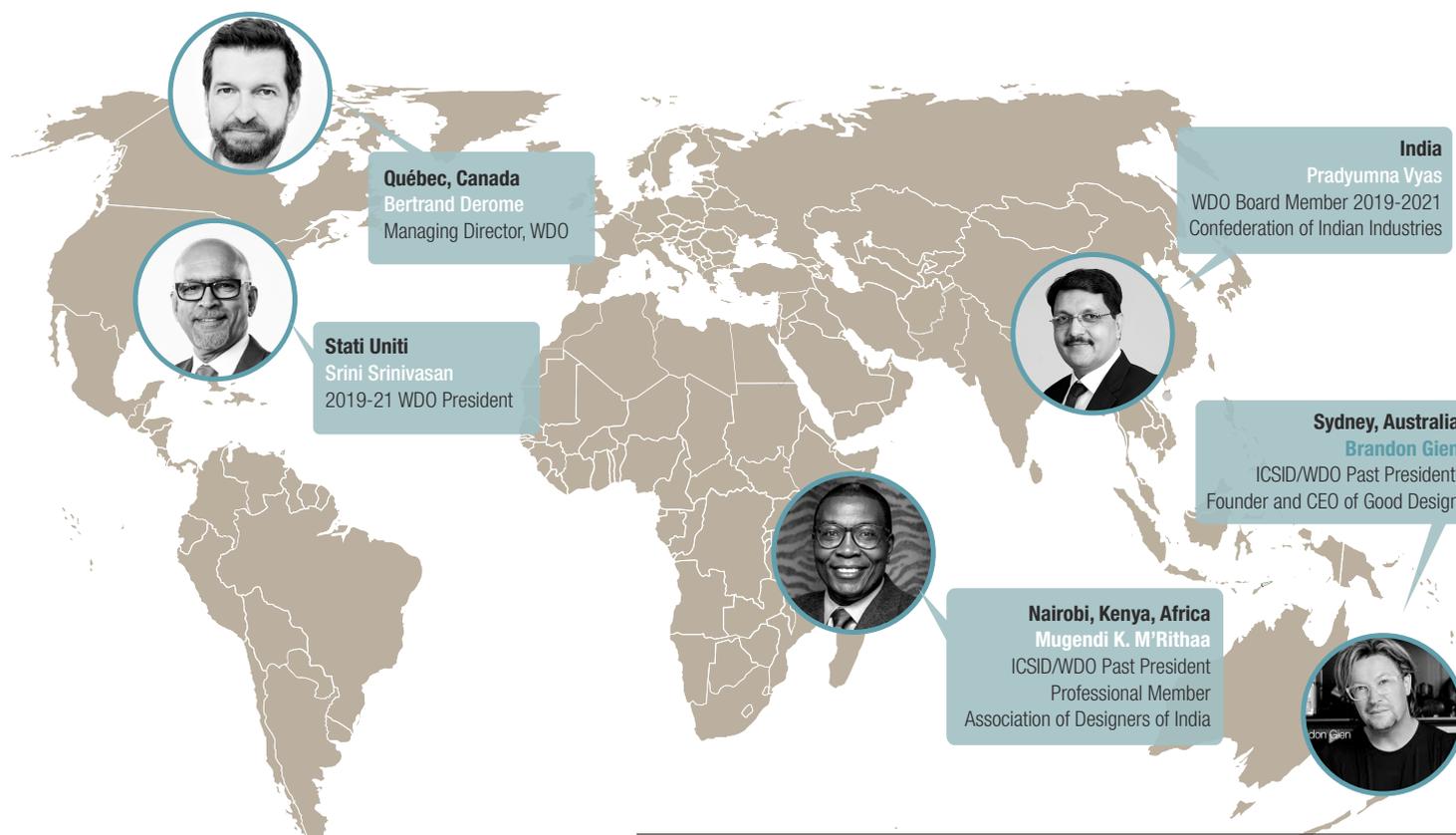


Fig. 27 - Membri intervistati della World Design Organization e città rappresentate



## Srini Srinivasan

2019-2021 WDO President

### Stati Uniti

Come interagisce la Cultura del Design con quella del cibo, della salute e del benessere sostenibile nella tua area geografica? Quali sono le associazioni che si occupano di questi macro-temi in uno scenario progettuale e in un'ottica di economia circolare nel tuo paese?

All'interno degli Stati Uniti, dove attualmente vivo, è possibile citare la *Food & Drug Administration*, l'ente centrale che regola tutti i tipi di distribuzione di cibo e farmaci, monitorandone la sicurezza. La missione della Food and Drug Administration<sup>9</sup> statunitense è proteggere e promuovere la salute pubblica garantendo la sicurezza dell'approvvigionamento alimentare della nazione, nonché la sicurezza e l'efficacia dei prodotti medici, attraverso un'analisi rigorosa dei dati scientifici disponibili e un forte impegno per la sicurezza. Negli ultimi anni essa sta promuovendo anche modelli di economia circolare, educando l'industria alimentare e farmaceutica circa i vantaggi ottenibili. Inoltre si sta impegnando molto nella prevenzione attiva

<sup>9</sup> Per maggiori informazioni: [www.fda.gov](http://www.fda.gov)

dello spreco alimentare e nella promozione di materiali di imballaggio riciclabili. È bene premettere che gli Stati Uniti sono una società molto ampia orientata al consumo, perciò rispondere agli obiettivi di sviluppo sostenibile non è un compito semplice. Tuttavia, varie agenzie stanno lavorando duramente per raggiungere un equilibrio tra i vari segmenti di industrie e consumatori.

Il tema della buona alimentazione come fondamento di un equilibrio sociale e ambientale, è affrontato con un approccio trasversale all'interno degli SDGs, in particolare all'interno del Goal 2 - 'Zero Hunger', del Goal 3 - 'Good Health and Well-Being', del Goal 11- 'Sustainable Cities and Communities' e infine del Goal 12 - 'Responsible Consumption and Production'. Secondo il tuo punto di vista, come il design potrebbe affrontare efficacemente questi obiettivi, in generale o nello specifico all'interno del tuo territorio?

Il design offre numerose possibilità di cambiamento, tuttavia ogni cambiamento incontra in generale molte resistenze. Poiché la World Design Organization sta già promuovendo gli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile delle Nazioni Unite, alcuni degli obiettivi sopra indicati hanno una relazione diretta con il design. Il design è un elemento fondamentale per progettare sistemi che prevengano lo spreco di cibo e packaging sostenibili e funzionali. Allo stesso modo, esso può fornire soluzioni significative per lo stato di salute dei cittadini, attraverso la progettazione fisica e digitale di dispositivi e servizi. Nella costruzione delle città del futuro, il design gioca un ruolo importante nell'interazione con architetti e amministratori per garantire principi

di sostenibilità, incentivando l'uso di energia pulita, una mobilità dolce, una zonizzazione di aree prive di carbonio per i cittadini, ecc. Infine, per rispondere al Goal 12, ritengo che sia necessario educare all'uso di ciò che è necessario, piuttosto che progettare economie di scala.

Quali pensi siano i limiti disciplinari e/o territoriali di un dialogo multidisciplinare in cui progettisti, operatori sanitari ed esperti del settore agroalimentare entrano in relazione e cooperano per il raggiungimento di un obiettivo comune?

Come in qualsiasi team multidisciplinare, il primo passo da compiere è la definizione di un obiettivo comune su ciò che si sta cercando. Non possiamo entrare in relazione e solo in seguito raggiungere un obiettivo comune. Una volta definito l'obiettivo comune, il team può quindi procedere alla discussione e definire un processo per raggiungere il fine concordato. I limiti potrebbero essere paradossalmente le *subject matter expertise* ovvero le competenze specifiche e specialistiche per ciascuno dei sub-team, quando queste concorrono al raggiungimento di obiettivi specifici.

Come pensi che una potenziale World Design Capital nel tuo paese dovrebbe affrontare i temi del cibo e della salute?

Quello delle World Design Capital è un programma che la World Design Organization promuove tra le città. Ogni città vincente ha un obiettivo molto preciso: come essere la migliore città al mondo in cui vivere, come attrarre investimenti per un ulteriore sviluppo, come rendere felici i cittadini. Come ho affermato in precedenza in precedenza, il design è ovunque, non solo nel settore alimentare e della salute.



## Brandon Gien

ICSID/WDO Past President, Founder and CEO of Good Design –Australia

### Sydney, Australia

Come interagisce la Cultura del Design con quella del cibo, della salute e del benessere sostenibile nella tua area geografica?

In Australia vi è una forte attenzione alla produzione di cibo organico, tuttavia ritengo che dal punto di vista del design sia necessario comprendere il reale significato di *organic food* e *sustainable food production*, o cosa significhi progettare in modo sostenibile un packaging o un sistema distributivo e di logistica. L'Australia è un paese fortunato poiché il cibo prodotto è di alta qualità. Tuttavia penso sia necessaria una maggiore consapevolezza sul significato e l'importanza di mangiare sano. La domanda fondamentale da porsi è quale sia il ruolo del design in questo scenario. Penso che nell'area geografica australiana vi sia molta enfasi sull'utilizzo di etichette alimentari, soprattutto su quelle connesse al cibo salutare, in quanto comunicano il contenuto di un prodotto alimentare. Penso pertanto che esse rappresentino un fondamentale strumento, in termini di design, per comunicare ulteriori messaggi e contenuti fondamentali. Oggi in Australia il tasso di obesità è in

crescita, soprattutto nelle generazioni più giovani. Tuttavia, il fatto che la maggior parte della popolazione australiana sia costituita da persone adulte e anziane a causa delle migliori condizioni di vita, non ha permesso di affrontare sufficientemente il tema della prevenzione connessa al cibo. Pertanto, lo stesso design si è occupato prevalentemente della progettazione di packaging alimentari, senza un adeguato livello di interazione progettuale. Ritengo infatti che sia necessario compiere un ulteriore passo.

Il design oggi possiede numerose potenzialità per passare dalla progettazione di prodotti a quella di servizi, sino a raggiungere il piano politico. Tuttavia, posso affermare che in Australia la disciplina del design non è stata ancora pienamente compresa nelle sue capacità di *problem solving* connesse alla gestione di problemi complessi, anche connessi al cibo, alla salute o più in genere alla sostenibilità. La percezione del design è dunque ancora molto superficiale. Infine, se ci riferiamo al settore agro-alimentare, notiamo come le imprese e le grandi food-companies ingaggino i designer per la progettazione di packaging accattivanti, etichette, brand o per sistemi di comunicazione che aumentino la percezione di appetibilità di un prodotto, senza tuttavia coinvolgerli nella costruzione di una visione sistemica della filiera, sebbene sia parte della loro professione.

All'interno del tuo Paese quali sono le associazioni che si occupano di questi macro-temi in uno scenario progettuale e in un'ottica di economia circolare?

Tra gli enti, le associazioni e le realtà, più in genere, che stanno affrontando i temi del cibo attraverso gli strumenti del design, possiamo menzionare Meat and Livestock Australia<sup>10</sup>.

<sup>10</sup> Per maggiori informazioni: [www.mla.com.au](http://www.mla.com.au)

Essa sta infatti provando a integrare l'approccio del *design thinking* all'interno dello scenario industriale, portandolo a interagire con il concetto di produzione alimentare.

La MLA è una realtà davvero ampia e rappresenta forse la maggiore realtà produttiva di carni che attraversa il territorio australiano.

Il suo impegno nell'incoraggiare a comprendere il ruolo del design su piani differenti è davvero notevole. Il suo ottimo lavoro può infatti rappresentare una guida per ulteriori realtà che desiderano coinvolgere gli strumenti e le metodologie del design al loro interno.

Il tema della buona alimentazione, come fondamento di un equilibrio sociale e ambientale, è affrontato con un approccio trasversale all'interno degli SDGs, in particolare all'interno del Goal 2 - 'Zero Hunger', del Goal 3 - 'Good Health and Well-Being', del Goal 11- 'Sustainable Cities and Communities' e infine del Goal 12 - 'Responsible Consumption and Production'. Secondo il tuo punto di vista, come il design potrebbe affrontare efficacemente questi obiettivi, in generale o nello specifico, all'interno del tuo territorio?

Ogni singolo goal rappresenta una problema connesso alla cattiva progettazione. Si tratta di sfide enormi, per questo mi piacerebbe focalizzarmi su una questione fondamentale che non riguarda solo l'Australia, ma tutto il mondo, ovvero quella dello spreco alimentare.

Ogni giorno buttiamo via enormi quantità di cibo, persino cibo fresco. Questo non riguarda solo il consumatore finale, ma anche e soprattutto il piano produttivo. Se un prodotto alimentare non risponde a degli standard formali, come fossimo nel mondo della cosmetica, allora viene scartato e questo è un atteggiamento significativo. Tuttavia, quando comprendi che una parte del

mondo è affamata e l'altra parte del mondo ha invece cibo in eccesso, allora emerge la necessità di agire a livello sistemico, provando a immaginare la migliore soluzione progettuale possibile. Ritengo che il problema non sia il non produrre cibo a sufficienza, bensì l'utilizzo di un sistema distributivo inefficiente. Il design può contribuire alla risoluzione di questo problema, in particolar modo il Systemic Design.

Pensi che il design possa affrontare il tema di un'insufficiente consapevolezza alimentare?

Il consumatore rappresenta la fine di un processo. La consapevolezza tocca invece ogni parte del processo, partendo dal produttore, passando dal trasformatore e dai vari intermediari, sino ad arrivare al consumatore. Perciò una campagna educativa deve necessariamente coinvolgere ogni parte del sistema, non solo il consumatore che ne rappresenta una singola parte. Il design deve agire su tutte le componenti del sistema in una duplice direzione, che vede il consumo, ma anche la produzione. In termini di riduzione degli sprechi, per esempio, il design potrebbe agire sulla progettazione di packaging intelligenti. Raramente siamo infatti in grado di riconoscere quanto un prodotto alimentare sia realmente fresco. Un packaging intelligente può invece comunicare al consumatore se il cibo è fresco o se è invece in fase di alterazione. Perciò questi strumenti ridurrebbero la quantità di prodotti alimentari non più edibili che diverrebbero degli scarti. In questo il design gioca un forte ruolo, oltre che nella progettazione di sistemi di elettrodomestici intelligenti, tra cui possiamo citare sistemi di refrigerazione ad hoc per permettere una maggiore durata del cibo. Attualmente nel campo della refrigerazione non ci sono grandi innovazioni: all'interno delle nostre case utilizziamo ancora un ingombrante box freddo all'interno del quale inserire del cibo! Infine, quando ci si riferisce alla conservazione

del cibo, un'altra responsabilità del design è la scelta di materiali sicuri, i quali, una volta in contatto con il prodotto alimentare non rilascino sostanze dannose per il corpo umano.

Tra queste possiamo per esempio citare il Bisfenolo A, il quale agisce come un perturbatore endocrino all'interno dell'organismo umano, generando pertanto un ampio spettro di malattie e disturbi sanitari.

In questo scenario progettuale è possibile menzionare Tupperware (multinazionale statunitense dedita alla produzione e distribuzione, tramite vendita diretta, di utensili per la cucina e articoli domestici in polietilene), e David Kusuma (Vice President, Global R&D, at Tupperware Brands Corporation, ICSID/WDO President Elect).

In genere, la percezione di un contenitore in plastica è quella di un oggetto molto banale che non richiede grandi sforzi progettuali. Eppure l'utilizzo di materiali polimerici per la conservazione e la preservazione del cibo è vastissimo, pertanto cela al suo interno numerosi studi e ricerche, considerati i numerosi rischi e i benefici ottenibili. La progettazione di questi contenitori è per esempio una risposta che il design offre a una singola componente del sistema alimentare.

Rimanendo in tema, un altro aspetto su cui il design deve ancora lavorare molto è l'utilizzo di over-packaging per la protezione dei prodotti alimentari. Questa tendenza non riguarda solo il design, ma più in genere anche l'industria e il mondo della produzione. Queste realtà dovrebbero unirsi per la progettazione di un packaging sostenibile e allo stesso tempo efficiente per la conservazione e il trasporto del cibo. Potrebbe apparire una grande sfida, eppure basta pensare che la vendita e il consumo su raggio ridotto permetterebbe la riduzione di imballaggi e emissioni. Alle volte compriamo da paesi lontani un prodotto che il nostro stesso paese produce. Perché comprare una mela da Amsterdam se in Australia abbiamo la fortuna di avere un clima adeguato alla coltivazione delle mele? Perché questo accade?

È necessario distruggere questo modello produttivo, poiché è un modello privo di senso, oltre che ad alto impatto, e il design può contribuire a questa missione.

Quali pensi siano i limiti disciplinari e/o territoriali di un dialogo multidisciplinare in cui progettisti, operatori sanitari ed esperti del settore agroalimentare entrano in relazione e cooperano per il raggiungimento di un obiettivo comune?

Se analizziamo l'attuale industria del design rispetto a quella di cinque, dieci, vent'anni fa, allora notiamo come il design non sia stato precedentemente parte di questa discussione. I designer si limitavano a progettare packaging, prodotti o altre parti del prodotto.

Cos'è cambiato quindi in un design che è diventato più strategico?

Abbiamo avuto la capacità di condurre stakeholder diversi allo stesso tavolo, a ragionare assieme sebbene appartenenti a discipline diverse, con un approccio nuovo.

È così che abbiamo provato a trovare soluzioni diverse utilizzando la progettazione sistemica e il suo approccio. Questa dinamica sta accadendo molto lentamente, ma sta accadendo. Il design è infatti sempre più coinvolto nell'immaginare e progettare nuovi sistemi più sostenibili. E questo sta accadendo in particolare nel settore dell'agroalimentare e del consumo sostenibile, dove il design sta agendo su tutti i fronti e in ogni parte del sistema, non solo dunque nella sezione finale del consumo.

Come pensi che una potenziale World Design Capital nel tuo paese dovrebbe affrontare i temi del cibo e della salute?

Non abbiamo mai avuto una World Design Capital in Australia. Vi è stato un tentativo per il 2020, ma senza alcun successo.

Una World Design Capital permette alla comunità del design di incontrarsi e confrontarsi su un particolare tema. Nello scenario del cibo e della salute, il design è praticamente ovunque. L'Australia è uno dei paesi naturalistici più belli del mondo, il tempo è fantastico e il cibo e il vino prodotti sono davvero di alta qualità, ma sfortunatamente importiamo grandissime quantità di cibo da differenti parti del mondo e questo è davvero insensato.

Ritengo che il tema del cibo, in generale, sia un tema fondamentale da discutere in una realtà come la World Design Organization, mettendo assieme designer, realtà industriali, università e ricercatori.

Senza cibo non esiste la vita. Il cibo è parte vitale degli esseri umani dunque è fondamentale capire come produrre, consumare e gestire il nostro cibo in maniera più sostenibile.



## Bertrand Derome

Managing Director, WDO

### Québec, Canada

Nella tua area geografica, come la Cultura del Design interagisce con quella del cibo, della salute e del benessere sostenibile? Nel tuo Paese quali sono le associazioni che si occupano di questi macro-temi in uno scenario progettuale e in un'ottica di economia circolare?

In Québec esiste un'associazione chiamata ADIQ (Association des Designers Industriels du Québec), la quale recentemente ha consultato parte dei suoi membri (tutti i designer industriali di Montréal) attraverso un questionario. Dai risultati di tale analisi è emerso che tutti i designer industriali del luogo stanno affrontando la sostenibilità come un tema chiave nella loro professione. In termini di cibo e salute, l'attenzione è invece volta soprattutto all'inquinamento prodotto attraverso il packaging utilizzato per i prodotti alimentari, sebbene in molti casi sia essenziale per prevenire un deterioramento del cibo. In Canada la percentuale di scarti alimentari oscilla tra il 30% e il 50%. Questi numeri non dipendono dalle abitudini dei cittadini, bensì dalle fasi di produzione di un prodotto alimentare.

Quindi, possiamo affermare che in alcuni casi un buon packaging può ridurre significativamente gli scarti alimentari, senza tuttavia risolvere il problema. Attualmente si sta affrontando un grande lavoro per arrivare all'utilizzo di packaging che sia pari a zero. Molte attività commerciali ormai offrono la possibilità di acquistare un prodotto sfuso: i cittadini possono così riempire il loro contenitore o le loro borse, alle volte avendo un vantaggio economico. Questo trend è sempre più forte e sempre più popolare e sta coinvolgendo brand sempre più grandi.

Un altro problema su cui il design può agire è la presenza di molti punti del Nord America che accedono al cibo sano e fresco con difficoltà. Questi luoghi sono chiamati appunto *food desert*. Alcune cooperative stanno affrontando tale questione attraverso la creazione di CSA (*Community Supported Agriculture*).

Una CSA è una forma di organizzazione di attività produttive e di consumo di prodotti agro-alimentari, la quale si basa sull'alleanza fra chi produce il cibo e le persone che lo mangiano. Si tratta di una forma di *agricoltura civica* che sta prendendo sempre più piede, all'interno del quale i cittadini pagano in anticipo il cibo che arriverà nella futura stagione, quindi pagano in anticipo gli agricoltori che planteranno le sementi e coltiveranno il terreno. In genere, settimanalmente viene consegnata ai cittadini una cassetta di cibo fresco. Questo permette ai produttori di essere direttamente in contatto con i cittadini, senza il bisogno di alcun intermediario, ma allo stesso tempo, permette ai cittadini di avere cibo fresco a un prezzo contenuto. L'aiuto per gli agricoltori è anche in termini di *'cash flow'* e guadagno equo garantito in ogni parte dell'anno.

Dal punto di vista del design, questo sistema sta permettendo la progettazione di molti servizi attorno a esso, attraverso i quali è possibile distribuire cibo fresco (ritirato da diversi agricoltori tipicamente organici) all'interno dei limiti urbani o in quelle zone che difficilmente ne hanno accesso. Il cibo viene infatti consegnato

direttamente nelle abitazioni o in punti di ritiro. Dal 2010 si stanno inoltre sviluppando molte *green houses* provviste di orti coltivati al di sopra dei tetti. Essi permettono di produrre cibo all'interno delle città, permettendo una distribuzione su raggio ridotto, alle volte all'interno dello stesso quartiere o condominio. Anche questo scenario si presta molto bene a nuove occasioni di progettazione.

Secondo la tua opinione, il tema del cibo e della salute sono questioni marginali per il design? Pensi che possano essere affrontati diversamente o in maniera più approfondita?

Ritengo che il design possa portare molti contributi all'interno degli scenari connessi al cibo e alla salute, ma non sono certo che si sia fatto abbastanza. Penso che ci sia ancora molto da fare. È necessario partire dal presupposto che il design può cambiare il comportamento delle persone e contribuire a un miglioramento della qualità della vita. Ad esempio, in Canada si sta parlando moltissimo di obesità connessa al cibo altamente processato. La gente è passata dal cucinare il proprio cibo, al comprare prodotti precotti o già pronti, nel peggiore dei casi a consumare fast food all'esterno della propria abitazione. Queste tipologie di cibo contengono grandi quantità di sale, zuccheri e grassi, oltre che di additivi, i quali incidono sulla salute delle persone. È bene ammettere che questo problema non è presente solo negli Stati Uniti o in Messico, ma è uno scenario che riguarda tutto il Nord America. Per questo è necessario agire per modificare i comportamenti alimentari delle persone. Il design può e deve lavorare molto su questo. È necessario progettare più campagne per promuovere una migliore alimentazione. Per molteplici ragioni, noto che la gente sta iniziando a mangiare sempre meno carne rossa, preferendo le carni bianche, e che il numero di vegetariani e vegani sta aumentando, con

l'intento di ridurre l'impatto ambientale connesso al consumo di carne bovina per esempio. Tuttavia è necessario avere un'influenza più forte sulle scelte quotidiane errate e questo è anche compito del design. Fortunatamente con la pandemia da Covid-19 la gente è tornata a cucinare più delle sue consuete abitudini. Per esempio, potremmo provare a mantenere questa splendida abitudine, agendo positivamente sulla routine delle persone. Comprendo che non è semplice auto-produrre qualsiasi genere alimentare, come ad esempio il pane. Ma questo accade poichè molte antiche conoscenze sono andate perdute. Dunque uno dei ruoli del design è riportare alla luce mestieri e competenze di un passato non così lontano, migliorando allo stesso tempo il nostro modo di mangiare e produrre. Purtroppo nel periodo attuale siamo esposti a una pubblicità sempre più frequente di prodotti trasformati e insalubri, quando guardiamo la tv o quando utilizziamo i social media e non vi è alcuna regolamentazione su questo, eccetto qualche sporadica norma che contempla i rischi connessi all'età infantile. Non ci sono limiti per una pubblicità che trae notevoli benefici per le imprese da questi messaggi ridondanti. È per tale ragione che è necessario innescare una logica bottom up, agendo sulle abitudini della gente.

Il tema della buona alimentazione, come fondamento di un equilibrio sociale e ambientale, è affrontato con un approccio trasversale all'interno degli SDGs, in particolare all'interno del Goal 2 - 'Zero Hunger', del Goal 3 - 'Good Health and Well-Being', del Goal 11- 'Sustainable Cities and Communities' e infine del Goal 12 - 'Responsible Consumption and Production'. Secondo il tuo punto di vista, come il design potrebbe affrontare efficacemente questi obiettivi in generale o nello specifico all'interno del tuo territorio?

Nell'ambito sanitario e in quello alimentare sono molte le questioni su cui si può agire, ma credo che gli elementi primari da cui partire siano la promozione e l'educazione.

Penso che il design possa concentrarsi sulla progettazione strategica di campagne di sensibilizzazione, ma anche sulla promozione di prodotti salutari che possono essere resi maggiormente attraenti.

A tal proposito in Québec vi sono delle campagne molto innovative, tra cui è possibile citare LOOP<sup>11</sup>. LOOP sviluppa dei prodotti molto attraenti, come succhi di frutta o pane, finalizzati a ridurre gli scarti. Ritengo che sia compito del design rendere le abitudini alimentari più attraenti, diffuse e facilmente reiterabili. E noi, in Nord America, dovremmo imparare nuovamente cosa significhi mangiare sano e come farlo. Questa necessità potrebbe aprire la strada a nuovi strumenti e applicazioni, allo sviluppo di nuovi servizi attraverso cui le persone potrebbero avere accesso più facilmente al cibo sano, allo stesso modo in cui è possibile ordinare online, in modo facile e veloce, una pizza o un hamburger. Tuttavia, è indispensabile porre attenzione a un'ulteriore elemento: quando ordiniamo un pasto a domicilio, alla nostra porta non arriva solo il prodotto alimentare, ma anche una quantità considerevole di packaging. Per cui il design deve agire su differenti fronti simultaneamente, agendo sulle abitudini alimentari, sulla progettazione di prodotti salutari attraenti, su quella di packaging funzionali, non eccessivi e non impattanti e molto altro ancora.

Secondo la tua opinione, il design potrebbe affrontare le tematiche appena affrontate andando oltre la progettazione di servizi e prodotti e affrontando la progettazione di nuove relazioni?

Penso di sì, alcune delle relazioni su cui il design potrebbe lavorare sono legate alla progettazione di politiche ad hoc. Per esempio il design potrebbe connettere i policy makers alle persone, affinché essi possano essere supportati nella comprensione delle necessità dei loro cittadini. Notiamo come oggi i designer siano infatti sempre più coinvolti nella progettazione di servizi pubblici, connettendosi alle persone. Sarà forse perchè posseggono in parte una mentalità legata al marketing, dunque una mentalità che motiva a comprendere le esigenze degli utenti. Sebbene tale fattore possa essere utilizzato non sempre per fini etici, il design può avvicinare alla comunità per lavorare con essa sulla co-progettazione e la promozione di politiche territoriali sostenibili.

<sup>11</sup> Per maggiori informazioni: [www.loopmission.com](http://www.loopmission.com)



## Pradyumna Vyas

WDO Board Member 2019-2021  
Confederation of Indian Industries (CII)  
Promotional Member

### India

Mi piacerebbe prima di tutto descrivere lo scenario del mio paese: l'India ha una popolazione di 1,353 miliardi di persone e si presenta come una realtà davvero duale. Così come in Europa vi sono differenti culture e si può parlare di una diversità molto varia, anche in India possiamo dire che vi è questa varietà. Il Nord dell'India è quasi più vicino alla cultura del Nord Europa (Svezia, Finlandia, Norvegia, per esempio), fa infatti più freddo. Mentre il Sud dell'India è più caldo e umido, molto più del Portogallo e della Spagna. Mi riferisco quindi a una grande diversità climatica che oscilla tra i 14°C e gli oltre 45°C in specifici momenti dell'anno. Poi c'è la parte Est e la parte Ovest. anche in questo caso vediamo una grande differenza culturale, sociale ed economica. Parliamo di più di 5000 anni di civilizzazione perciò se mi chiedessero che tipo di cibo mangia la gente in India, non potrei dirlo. Si va dal cibo piccante, al cibo strettamente vegetariano, al cibo non vegetariano. Dobbiamo considerare che la costa indiana si estende per 7.517 km di lunghezza. Le abitudini alimentari della costa sono completamente differenti dalle abitudini alimentari della parte settentrionale.

Si tratta di un paese che ha fortissime diversità geografiche e socio-culturali e questo si riflette sul cibo. Si potrebbe spendere un'intera vita in India a capire che tipo di cibo la gente mangia. Un altro punto peculiare dell'India è quello di una società di tipo rurale: il 70% delle persone, o forse di più, dipendono dall'agricoltura.

Il fatto che la società sia connessa all'agricoltura permette di ragionare molto bene in termini di Circular Economy e di comprendere molto bene il valore delle tradizioni. Infatti, in una società rurale e agricola la conoscenza viene tramandata da generazione in generazione e questo ha generato delle specifiche tradizioni alimentari. Tuttavia, oggi le migrazioni non si stanno dirigendo verso l'India rurale, bensì verso l'India urbana. Le persone che cercano un'occupazione più o meno stabile arrivano da ogni parte del paese e si dirigono verso Mumbai, verso New Delhi e verso le più grandi città dell'India, portando l'influenza della loro cultura all'interno delle città.

Bisogna partire però dal presupposto che una società rurale e agricola assieme alle sue tradizioni alimentari presenta delle radici culturali molto forti ed è estremamente condizionata dalle variabili climatiche.

Le persone che invece migrano dalla costa sono predisposte a un vasto consumo di pesce. Queste varietà culturali producono una straordinaria miscela di tradizioni alimentari, di abitudini e ricette che si sviluppa maggiormente nell'India urbana piuttosto che nell'India rurale.

Infine, l'India presenta una società in cui la ricchezza non è distribuita equamente.

Abbiamo gente estremamente ricca e gente decisamente povera. Tra le due, vi sono poi persone che non sono ricche o povere (come un professore universitario, per esempio), ma che hanno un potere economico sufficiente per accedere a un cibo di qualità, a un cibo organico. Il cibo geneticamente modificato non è apprezzato dalle persone che desiderano un 'cibo vitale'. Così, proprio nell'India urbana il cibo organico sta diventando parte della vita quotidiana, perché sta crescendo il livello di consapevolezza. La gente cerca cibo fresco, non refrigerato, che non richieda l'utilizzo di forno a

microonde in quanto ne danneggia le molecole. Questo connubio tecnologia-cibo si sta sviluppando progressivamente ed è definibile un nuovo fenomeno. La gente non vuole venire a contatto con il cibo geneticamente modificato e con alcun cibo processato e non vuole bere acqua proveniente dalle macchine di purificazione molto diffuse in India. Essa è perfettamente consapevole che tali strumenti sono dannosi per la salute. Tale consapevolezza tocca in particolare le nuove generazioni, le quali vivono prevalentemente in città. Si tratta di un piccolo numero di persone, ma estremamente consapevole.

Come interagisce la cultura del design con quella del cibo, della salute e del benessere sostenibile all'interno della tua area geografica? In che modo pensi che il Design stia affrontando lo scenario che hai appena descritto?

In questo scenario il design gioca certamente un forte ruolo per esempio nello sviluppo di pubblicità mirate o nelle diverse interazioni con il governo, per promuovere il valore di un cibo vero e nutriente. Ci sono numerosi siti e programmi tv che ci comunicano ciò che dovremmo mangiare e come dovremmo produrre il nostro cibo. Dunque, sono moltissimi i canali che oggi stanno lavorando sui temi alimentari. Attualmente a livello locale il design ha un'influenza molto forte su questo. Non so dire se si tratti di nello specifico di Communication Design, di Product Design o di Strategic Design, ma certamente la filosofia del design si sta avvicinando sempre di più a un concetto olistico di benessere e salute per la purificazione del corpo. E l'India è il posto migliore per purificare il proprio corpo in quanto proprio in questo territorio nasce la scienza dell'Ayurveda. Se l'Ayurveda purifica il tuo corpo, lo yoga purifica la tua mente. Questo binomio sta diventando un'importante strategia di marketing anche da un punto di vista turistico.

Nel tuo Paese quali sono le associazioni che si occupano di questi macro-temi in uno scenario progettuale e in un'ottica di economia circolare?

Tra le più importanti possiamo certamente citare l'associazione *Navdanya International*<sup>12</sup> della scienziata attivista Vandana Shiva, la quale combatte principalmente contro il cibo geneticamente modificato, affrontando il tema della qualità globale del cibo. Nel nostro paese, ma non solo, le grandi multinazionali agro-industriali stanno schiacciando le piccole aziende agricole attraverso forme sempre più forti di dipendenza dai loro semi e dai loro prodotti chimici.

Tuttavia ritengo che sia essenziale distinguere l'attivismo dal razionalismo. Il design è razionale, promuove la verità, verità che nel marketing spesso viene offuscata. L'attivismo invece non è razionale, ha delle forti e rigide posizioni: o bianco o nero, e non ci sono compromessi.

Il design cerca invece la ragione delle cose. Basti pensare a come oggi ci si scagli a priori contro la plastica come materiale. Gli oceani e i fiumi sono inquinati, si parla molto di micro-plastiche e di impatto sul pianeta e sulla salute degli esseri viventi, ma questo problema non è insito nella plastica, bensì dipende dal comportamento quotidiano delle persone e delle realtà produttive che perseguono un abuso di tale materiale e un mancato riciclo. Il razionalismo deve ambire al cambiamento dei comportamenti irresponsabili delle persone, non deve bandire l'utilizzo di un materiale.

<sup>12</sup> Per maggiori informazioni: [www.navdanyainternational.org](http://www.navdanyainternational.org)

Il tema della buona alimentazione, come fondamento di un equilibrio sociale e ambientale, è affrontato con un approccio trasversale all'interno degli SDGs, in particolare all'interno del Goal 2 - 'Zero Hunger', del Goal 3 - 'Good Health and Well-Being', del Goal 11- 'Sustainable Cities and Communities' e infine del Goal 12 - 'Responsible Consumption and Production'. Secondo il tuo punto di vista, come il design potrebbe affrontare efficacemente questi obiettivi in generale o nello specifico all'interno del tuo territorio?

Per ciò che concerne il tema dell'*healthcare*, il governo indiano sta spendendo enormi quantità di denaro, in quanto le malattie diffuse in India sono fortemente connesse alla malnutrizione per difetto. In molte aree dell'India non vi è un'alimentazione adeguata in termini di nutrienti per donne e bambini, specialmente per le fasce più povere e svantaggiate. Il problema più grande tra le donne e i bambini, specialmente nella fase di maternità, è l'anemia, causata da un'alimentazione insufficiente, nella maggior parte dei casi vegetariana e priva di proteine. Molte donne partoriscono il primo figlio quando sono davvero giovani e non hanno la capacità e le forze fisiche di nutrire i propri bambini e condurre una gravidanza serena.

A questo scenario si somma il fatto che in India l'acqua contaminata diviene comune veicolo di altre malattie. Quindi tra gli obiettivi a cui dobbiamo riferirci vi è di certo quello di garantire acqua potabile. Il Governo sta provando a garantire a queste persone uno stato di salute ottimale a costo quasi nullo, fornendo acqua non contaminata, cibo nutriente e la distribuzione di un pasto adeguato nelle scuole, chiamato *Mid-Day Meal*, specialmente in quelle presenti nelle zone rurali. Il *Mid-Day Meal* è un una colazione o un pranzo fornito all'interno nelle scuole per garantire una nutrizione adeguata ai bambini.

Questo incrementa a cascata anche la motivazione allo studio.

In questa strategia, il design sta lavorando con il governo, collaborando con l'*Akshaya Patra Foundation*<sup>13</sup>. Si tratta di una partnership pubblica. Insieme hanno progettato un servizio di consegna di pasti nutrienti a scuola in condizioni igieniche davvero elevate.

Questa fondazione è uno dei migliori esempi nel mondo che io conosca che si occupi di nutrizione dei bambini bisognosi. Durante la diffusione del Covid-19 hanno consegnato cibo alla gente in difficoltà e questo ha avuto un enorme impatto sociale. Un'operazione di questo tipo mira a garantire uno scenario di sicurezza alimentare. A tal proposito, il governo sta inoltre cercando di aprire delle realtà urbane in cui vendere un pasto nutriente a un decimo di euro, dunque praticamente gratis. Come è noto, il tema della sicurezza alimentare è molto diffuso in India. Ad esempio, come le chiese sono estremamente diffuse in Italia, in India vi sono moltissimi templi e religioni. Ecco, la gente può andare al loro interno per chiedere cibo a un costo quasi nullo. Penso che questa sia un'operazione sistemica. Per far riferimento invece alla Circular Economy, posso sostenere che essa è praticamente ovunque in India. Con gli scarti alimentari domestici sfamiamo i cani o le vacche che vivono per strada. Perciò non esistono dei veri e propri scarti provenienti dal cibo. Attualmente la gente si sta anche impegnando a produrre del compost all'interno delle proprie abitazioni. Perciò se gli scarti alimentari non vengono utilizzati per nutrire gli animali randagi per strada, diventano comunque prezioso compost. L'India crede da sempre nella ciclicità della natura. Vivo in un'area desertica e in alcuni luoghi non c'è acqua a sufficienza, figuriamoci per lavare le stoviglie! Le famiglie utilizzano così come detergente la cenere proveniente dalla legna utilizzata per il fuoco, necessario per cucinare. La cenere è un antibatterico naturale. Se ci sono scarti di cibo nel piatto, si versa

<sup>13</sup> Per maggiori informazioni: [www.akshayapatra.org](http://www.akshayapatra.org)

dell'acqua al suo interno e la si beve, al fine di non sprecarla. In seguito si disinfetta il piatto con la cenere. La chimica è arrivata solo dopo la guerra, perciò le tradizioni locali sono estremamente circolari. Solo in questa nuova era si parla di inquinamento da contaminanti e da plastica. Un altro aspetto di cui vorrei parlare in merito alla Circular Economy a livello globale è quello della tecnologia che permea le nostre vite. Siamo seduti davanti a un computer per la maggior parte della giornata, non produciamo e non cuciniamo il nostro cibo, quindi lo acquistiamo da qualsiasi fast food a portata di mano. In pochi minuti possiamo mangiare della pizza o un hamburger. Lo mangiamo e dopo torniamo a sederci davanti al nostro computer e diventiamo più obesi e più malati. Soffriamo di diabete, problemi di pressione, e anche problemi connessi alla nostra salute mentale legati alla nostra continua connessione con internet e gli schermi. Iniziamo ad avere dei problemi emotivi perché non incontriamo la gente, perché non coltiviamo relazioni umane. Sembra che si stia risparmiando tempo in cucina e denaro nei fast food, ma dopo andremo a spendere soldi per iscriverci in palestra per ridurre il nostro peso o per curare dei problemi sanitari, compresi quelli psicologici. Anche questa per me è una forma di circolarità, ma negativa. E su questo il design deve agire. È necessaria un'azione di social communication che comunichi cosa è sbagliato e cosa non lo è. Sfortunatamente i media non sono onesti pur di vendere qualsiasi tipo di prodotto, ma in questo modo non si divulga un consumo consapevole, il quale dipende invece da una comunicazione responsabile.

Quali pensi siano i limiti disciplinari e/o territoriali di un dialogo multidisciplinare in cui progettisti, operatori sanitari ed esperti del settore agroalimentare entrano in relazione e cooperano per il raggiungimento di un obiettivo comune?

Non dirò che questo non stia già accadendo, perché sta effettivamente accadendo, ma non accade con piena forza. Il governo dipende ancora da troppa tecnologia e non così tanto dal design. Si cerca di fare politica attraverso internet, di fare soldi attraverso internet, di creare salute attraverso internet, ma si cerca ancora troppo poco l'aiuto del design. Progettare per esempio delle interfacce, permetterebbe di avere un accesso più semplice alle informazioni. Non è che questo non stia già accadendo, ma quanti designer sono davvero coinvolti in questo processo che non contempra unicamente le agenzie di marketing?

Pensi che le potenzialità del design siano state abbastanza comprese a livello locale?

Sì, certo. Vogliamo connettere con il governo non solo gli studenti di tecnologia, ma anche quelli di design. Quando ero direttore della Design School, abbiamo condotto diversi progetti con ospedali, city council ed enti governativi ed è stato molto utile.

Come pensi che una potenziale World Design Capital nel tuo paese dovrebbe affrontare i temi del cibo e della salute?

Ritengo che il tema che una World Design Capital in India dovrebbe affrontare sia proprio quello del benessere. Al giorno d'oggi l'India viene considerata la capitale della conoscenza sulla salute e del benessere. Attualmente per esempio, la gente parla di una bevanda piccante chiamata "*turmeric coffee - yellow powder*". Tradizionalmente in India, 500 anni fa, si beveva latte con *turmeric* per attenuare il mal di gola. Attualmente il "*turmeric coffee*" è diventato un brand molto venduto in USA. In India il cibo per il benessere è strettamente legato alla cultura Ayurvedica. Penso quindi che una World Design Capital in India non possa non parlare di Benessere e Salute.



## Mugendi K. M'Rithaa

ICSID/WDO Past President,  
Transdisciplinary Industrial Designer,  
Educator, Researcher, Professional Member  
Association of Designers of India

### Nairobi, Kenya, Africa

Come interagisce la cultura del design con quella del cibo, della salute e del benessere sostenibile nella tua area geografica?

All'interno dell'area geografica africana, in particolare qui in Kenya, il movimento di *Slow Food* (vedi pag. 103) sta incrociando il tema del benessere sostenibile con quello della salute. Proprio in questa missione noto un forte legame con il design. È sufficiente pensare a come la comunità del design abbia supportato le iniziative sanitarie legate alla pandemia da Covid-19 attraverso la produzione di mascherine per il volto e attraverso la progettazione di strategie di comunicazione per aiutare le persone a comprendere cosa stesse accadendo all'interno di uno scenario pandemico. In un periodo critico come questo, i designer hanno prodotto un sistema adeguato di informazioni, ma anche forme di intrattenimento per creare svago e leggerezza. Anche il tema della sostenibilità è fortemente affrontato dalla disciplina del design. Spesso si fa infatti riferimento al Design per la

Sostenibilità o, nello specifico, all'*Eco-Design*. In realtà anche altre branche del design come il *Fashion Design*, l'*Interior Design*, il *Product Design*, sono tutte consapevoli del ruolo della sostenibilità, sebbene in maniera diversa. Per questo esse si rapportano frequentemente con le sfide proposte dagli SDGs per l'elaborazione di un "*Design for all*", un design che sia davvero per tutti. Attualmente sento di poter affermare che il tema del cibo, nel trinomio "Cibo, Salute e Benessere Sostenibile" sia forse l'elemento più forte per la crescita e lo sviluppo, ma allo stesso tempo l'elemento meno affrontato rispetto agli altri due.

Nel tuo Paese quali sono le associazioni che si occupano di questi macro-temi in uno scenario progettuale e in un'ottica di economia circolare?

Le attuali moderne tecniche agricole e le grandi multinazionali agroalimentari che hanno introdotto il cibo geneticamente modificato, hanno condotto al completo declino del cibo indigeno. Per questo il movimento di *Slow Food* ha un ruolo molto forte nel nostro territorio: esso agisce infatti per la tutela e la ri-valorizzazione del cibo indigeno locale. Uno degli aspetti significativi è il fatto che i giovani stiano diventando la guida di questo movimento. *Slow Food* sta agendo davvero moltissimo in Africa, per esempio nel febbraio 2020, in Kenya, ha dato vita alla prima scuola inter-scolastica<sup>14</sup> per la co-creazione di un sistema alimentare migliore.

<sup>14</sup> Per maggiori informazioni: [www.slowfood.com/first-sfyn-inter-school-co-creating-a-better-food-system-in-kenya/](http://www.slowfood.com/first-sfyn-inter-school-co-creating-a-better-food-system-in-kenya/)

Il tema della buona alimentazione, come fondamento di un equilibrio sociale e ambientale, è affrontato con un approccio trasversale all'interno degli SDGs, in particolare all'interno del Goal 2 - 'Zero Hunger', del Goal 3 - 'Good Health and Well-Being', del Goal 11- 'Sustainable Cities and Communities' e infine del Goal 12 - 'Responsible Consumption and Production'. Secondo tuo punto di vista, come il design potrebbe affrontare efficacemente questi obiettivi in generale o nello specifico all'interno del tuo territorio?

Questa è una domanda davvero interessante poiché lo slogan della World Design Organization è proprio "*Design for a better world*".

La WDO parla alla comunità globale del design: uno dei suoi ruoli è proprio quello di condurre a un certo livello di sensibilità e responsabilità su quanto la produzione e il consumo possano impattare negativamente e positivamente sul benessere delle persone. Ritengo dunque che il goal 3 - Good Health e WellBeing, sia quello più legato a tale impegno.

La mia opinione è che sia necessario tracciare un legame diretto tra il concetto di *Slow Food* e quello di *Slow Design*. E se vogliamo essere più completi, aggiungerei al binomio Slow Food-Slow Design, il concetto di Circular Economy. Solo così potremmo arrivare a un risultato potentissimo. Abbiamo bisogno di enfatizzare questi concetti, dobbiamo volgere lo sguardo a nuove strategie che supportino processi lenti e che investano nel capitale umano e nel talento umano. Il design può co-creare nuovi modi di vivere più sostenibili all'interno delle città a livello globale. Sento di poter affermare che il legame tra la World Design Organization e gli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile delle Nazioni Unite è attualmente abbastanza buono.

Infatti, Srinivasan, WDO President 2019-

2020, ha iniziato ad allineare molto bene la mission e la visione della WDO con quelle degli SDGs. Proprio in relazione alla pandemia da Coronavirus, egli sta enfatizzando il ruolo del design per l'impatto sociale.

Quali pensi siano i limiti disciplinari e/o territoriali di un dialogo multidisciplinare in cui progettisti, operatori sanitari ed esperti del settore agroalimentare entrano in relazione e cooperano per il raggiungimento di un obiettivo comune?

Questa riflessione è estremamente importante. Infatti, quando tra il 2013 e il 2015 il presidente della World Design Organization era Brandon Gien, venne coniata una nuova definizione di Industrial Design, nella quale si enfatizza come il design sia una disciplina e una professione trans-disciplinare.

Cosa significa questo per noi? Significa che un designer deve relazionarsi con altri settori e altre professioni, in questo caso agricoltori, economisti, agronomi e professionisti sanitari, persone che possono aiutare a comprendere le persone, quindi sociologi, antropologi e psicologi. Questo condurrà necessariamente a dei limiti, partendo dal presupposto che la multidisciplinarietà non favorisce di per sé il cambiamento. La multidisciplinarietà vede più discipline che provano a lavorare assieme, tuttavia la trans-disciplinarietà ha un'agenda diversa, molto più progressiva, graduale, attivista. In questo modo, non stiamo più percorrendo i confini tradizionali di una disciplina. Abbiamo bisogno di andare oltre le discipline sino a co-crearne delle nuove e questo deve divenire una buona nuova norma. Ritengo infatti che, nel panorama attuale, la trans-disciplinarietà rappresenti probabilmente il più importante sviluppo nel mondo dell'accademia e della ricerca.

È bene premettere però che questo approccio è fondamentale non solo nell'ambito del design, ma in qualsiasi altro settore. Oggi è un pò come se si lavorasse in dei silos: ognuno protegge il proprio territorio con il timore che qualcun altro invada la propria disciplina. Nella nuova definizione di design non parliamo di '*design creating*', ma piuttosto di '*design co-creating*' o ancora meglio di '*co-design*'. È importante dimostrare come il design sia consapevole di non avere tutte le soluzioni, ma sia aperto alla co-creazione, cercando nei territori strumenti e competenze necessarie. In questo scenario, il ruolo della partecipazione e dell'inclusione è fondamentale.

Come pensi che una potenziale World Design Capital nel tuo paese dovrebbe affrontare i temi del cibo e della salute?

Penso che nel panorama africano Nairobi potrebbe essere la nuova World Design Capital nell'affrontare i temi del cibo e della salute. Nello specifico, penso che il tema della sicurezza alimentare sia fondamentale. L'importanza di questo tema è stata realizzata più di prima nel periodo di pandemia da Covid 19, poiché nella distruzione degli ecosistemi generali, il cibo è diventato una risorsa scarsa in Africa.

Per tale ragione, molti movimenti locali si sono dedicati alla produzione, al consumo e alla distribuzione del cibo. Sono veramente felice di notare un approccio più sostenibile in molte realtà come in quella di Slow Food. Secondo la mia opinione l'idea di Slow Food è potentissima, poiché significa produrre cibo a livello locale all'interno delle comunità territoriali, riducendo l'impronta ecologica degli attuali sistemi di produzione e distribuzione del cibo e conducendo a un range molto ampio di benefici.

In questo panorama il design è un elemento cruciale, in quanto ogni azione che commettiamo quando viviamo in una città è design: dalle case

che viviamo, alle macchine che guidiamo, ai trasporti pubblici che utilizziamo quotidianamente. Il design è il 'common trade', il legame con qualsiasi cosa, quando si vive una città, piuttosto che un villaggio. E ancor di più il design di sistemi e servizi diviene fondamentale in un'ottica di maggiore efficienza.

In termini di salute e benessere mi è capitato di osservare la mia vita durante il periodo di pandemia da Covid-19 e ho scoperto che, come ad esempio sono stato in grado di incontrarti online per questa intervista, siamo stati in grado di fare tantissime altre cose online, tuttavia la salute mentale delle persone è stata compromessa.

In molti hanno sofferto di depressione e solitudine. L'inclinazione al suicidio è cresciuta. Questi episodi devono insegnarci che la salute dovrebbe essere un concetto olistico. Essa non deve essere interpretata unicamente come assenza di malattia, bensì come benessere totale dell'individuo. Perciò la definizione di salute dovrebbe includere il concetto di salute mentale e il concetto più esteso di benessere.

Durante i diversi lockdown causati dalla pandemia, ci siamo sforzati di capire come mantenere in vita le persone, ma ci siamo dimenticati di preservare la loro salute mentale, che non è meno importante della salute fisica. Penso che uno dei ruoli del design sia quella del *problem solving* nell'affrontare quelli che oggi sono problemi complessi, i cosiddetti '*wicked problems*', esattamente quelli che gli stessi politici dovrebbero essere in grado di affrontare. Penso che stia arrivando l'*Era del Design*, l'era in cui il *Design Thinking* con i suoi strumenti e le sue metodologie possa contribuire a generare un design partecipativo, affrontando problemi di vario tipo e di varia portata.

Rispetto al ruolo di un politico, il design è neutrale. Quindi posso affermare che puoi fidarti di me perché sono un designer e voglio davvero essere parte della soluzione!

Pensi che la figura del designer sia sufficientemente compresa e accettata dalle altre discipline?

Sono contento di affrontare con te questo problema. Penso che la comprensione e l'accettazione del Design sia una sfida globale, ma allo stesso tempo penso che parte del problema sia interno al Design, in quanto ritengo che i designer non siano in grado di articolare valide proposte in maniera chiara.

Ulteriore problema è la frammentazione della percezione della professione del designer, interpretata in termini di prodotto o processo e non come disciplina incline al problem solving.

Il fatto che il pubblico purtroppo non comprenda il ruolo del design, dipende dal fatto che spesso esso non riconosca ciò che è design. Dunque non è chiaro cosa sia design e cosa no. Tutti sanno cosa fa un ingegnere, un dottore o un architetto, e tutti rispettano tali figure per questo. Tuttavia quando si parla di design non vi è chiarezza. Questa considerazione è ancora più valida se affermo di essere un ingegnere meccanico, ad esempio, definendo ancor di più la mia area di specializzazione. Sfortunatamente invece, quando affermo di essere un designer, si crea della confusione e si genera il bisogno di chiarezza. Si necessita dunque di passare a un secondo livello di descrizione, nel quale si spiega esattamente ciò che si fa. Quindi forse il design dovrebbe svolgere un lavoro migliore ed efficace nell'educazione del pubblico, nel comunicare il proprio ruolo, il proprio contributo, il proprio valore, in particolare sul piano governativo e politico.

In Kenya, ad esempio, i designer hanno fondato una *DesignTV*<sup>15</sup>, all'interno della quale terrò un intervento. Si tratta di una realtà molto giovane che ambisce a educare la gente sulle diverse questioni del design e sulla sua capacità di

problem solving, promuovendo dunque la comprensione del design su più livelli.

All'interno delle altre professioni, ma in genere nella mentalità comune, vi è una percezione obsoleta del design. Ogni professione tende a proteggere il proprio territorio e sfortunatamente il design compie la medesima azione.

Quando si è insicuri, si tende ad auto-difendersi e si ha paura di quelli che possono essere gli sviluppi futuri. Lo stesso sta accadendo con il progressivo sviluppo dell' *Internet of things* e con la necessità di maggiore connessione.

Molti designer stanno resistendo a questo, utilizzando ancora strumenti manuali e non accettando il fatto che i tempi e le cose stiano cambiando e con essi gli strumenti, gli approcci e le metodologie.

<sup>15</sup> Per maggiori informazioni: [www.designtv.co.ke/](http://www.designtv.co.ke/)

## 2.3 DESIGN, CIBO E BENESSERE NELLO SCENARIO GLOBALE

È bene partire dal presupposto che le modalità con cui il design sta agendo sul fronte alimentare e sanitario nelle differenti zone del mondo, si modificano sulla base delle diverse peculiarità e criticità di ogni data area geografica.

Infatti se nei paesi maggiormente sviluppati, come ad esempio il Canada e gli Stati Uniti, gli esperti intervistati della WDO hanno denunciato un ampio spreco alimentare e una forte diffusione di malattie connesse al consumo di cibo altamente processato (come l'obesità e il diabete), nei paesi in via di sviluppo, come quelli dell'Africa e dell'India, è invece emersa una diffusa malnutrizione per difetto, connessa dunque al mancato accesso al cibo nutriente e a elevati livelli di povertà. Queste contraddizioni tangibili a livello globale si riflettono anche nel settore della progettazione. Infatti, da un lato, quando il design incontra il settore agroalimentare si interfaccia concretamente con la progettazione di etichette informative e/o persuasive, packaging alimentari attraenti e nel migliore dei casi sostenibili, sistemi pubblicitari in grado di comunicare una maggiore appetibilità del prodotto e raramente le sue reali caratteristiche nutritive. Dall'altro, al contrario, nelle aree geografiche dove il tema della sicurezza alimentare è predominante e l'accesso al cibo fresco è un elemento critico per la maggior parte della popolazione, il tentativo è quello di elaborare un Design che sia per tutti, all'interno del quale la sostenibilità sociale, ambientale ed economica gioca un ruolo chiave. Le forme di design più tradizionale sono state coinvolte nella progettazione di sistemi informativi e di campagne educative e nel re-design di packaging alimentari non sostenibili, difficilmente smaltibili ed eccessivi per la provvisoria funzione svolta. Si nota, tuttavia, un fievole coinvolgimento del design per la sua reale caratteristica di problem solving su livelli più ampi che non siano la progettazione di prodotti e progetti grafici. Sono infatti rari i casi

in cui è stata descritta un'interazione con governi, amministratori locali, enti no profit o più semplicemente i casi in cui, sul piano industriale, i designer siano stati coinvolti per una costruzione di una visione sistemica delle filiere, fino a toccarne la distribuzione, il consumo e lo smaltimento degli scarti.

Tra i maggiori limiti descritti a livello globale vi è infatti una comprensione frammentata della disciplina, in particolare una percezione obsoleta non solo nella mentalità comune, ma anche in altri settori e professioni, la quale induce a interpretare il design unicamente in termini di prodotto o processo e non come disciplina incline all'individuazione e alla risoluzione di problemi complessi. Tale percezione consente purtroppo un limitato coinvolgimento del design in ambiti che siano distanti dalla comunicazione o dalla progettazione di prodotti e servizi, nonostante si sia dimostrata una disciplina idonea ad agire in altri scenari ben più articolati.

Dunque è possibile definire tale criticità una delle ragioni per cui il design oggi non sia stato ancora sufficientemente coinvolto nello scenario agroalimentare e sanitario.

### LE LINEE GUIDA INTRAPRENDIBILI

All'interno delle interviste svolte è stato chiesto ai membri intervistati della World Design Organization quali siano le linee guida intraprendibili per il design all'interno dello scenario trans-disciplinare del benessere sostenibile connesso al cibo e alla salute. Sono molteplici gli spunti progettuali su cui il design può agire. Tra questi è possibile citare la progettazione di:

- **packaging intelligenti** in grado di rilevare lo stato di alterazione del cibo attraverso materiali sicuri (non dannosi per la salute una volta a contatto con il cibo);

- **packaging accattivanti per prodotti salutari** generalmente non preferiti al cibo industriale, al fine di rendere più attraenti, diffuse e maggiormente reiterabili le abitudini alimentari sane ed equilibrate;
- **etichette e interfacce** che facilitino l'accesso alle informazioni complesse;
- **piattaforme, strumenti, applicazioni e servizi** attraverso cui le persone possono avere un accesso più facile al cibo sano;
- azioni di **social communication** atte a divulgare un consumo consapevole, partendo dal presupposto che esso dipende da una comunicazione responsabile, che comunichi cosa è sbagliato e cosa non lo è in maniera onesta;
- **campagne strategiche di sensibilizzazione ed educazione** per la promozione di un'alimentazione più sana atte ad avere una maggiore influenza positiva su scelte quotidiane errate e routine;
- **sistemi di valorizzazione** e ripristino di antiche saggezze e mestieri connessi al modo di produrre e consumare, innescando una logica bottom-up. Progettazione di nuove occasioni e forme di autoproduzione locale.

Tuttavia, le urgenti necessità emerse aprono sfide ben più ampie che non coinvolgono unicamente la figura del designer e che richiedono il superamento di un approccio multidisciplinare per abbracciarne uno di tipo trans-disciplinare (Peruccio, Vrenna, Menzardi & Savina, 2018), che inneschi un processo partecipativo utile ad affrontare wicked problems (Jones, 2014) e sfide complesse assieme ad altre discipline, affiancando quando possibile anche i decision makers.

Concretamente il design può e deve impegnarsi a livello globale nella co-creazione di nuovi modi di vivere più sostenibili non solo all'interno dei

contesti urbani, volgendo lo sguardo a nuove strategie che supportino processi 'slow' e che investano nel capitale sociale e nel talento umano. Tuttavia, il punto di partenza deve prevedere necessariamente campagne educative per tutti gli stakeholder del sistema agro-alimentare e sanitario, non solo per il consumatore (incolpato spesso di scarsa consapevolezza). La co-progettazione di filiere agroalimentari sostenibili, per esempio, richiede obbligatoriamente un livello più elevato di consapevolezza in tutti gli attori coinvolti che lavorano secondo un modello di forte interdipendenza. Come afferma il prof. K. M'Rithaa, è urgente tracciare un legame diretto tra il concetto di Slow Food e quello di Slow Design, aggiungendo a tale binomio il concetto di Circular Economy, al fine di raggiungere una società di consumo, un macro-sistema produttivo e più in genere, una comunità, che si muovano secondo i principi di una sostenibilità sociale, ambientale ed economica.

## IL RUOLO DELLE WORLD DESIGN CAPITALS NEI TEMI DEL CIBO, DELLA SALUTE E DEL BENESSERE SOSTENIBILE

All'interno del trinomio "Cibo, Salute e Benessere Sostenibile", il tema alimentare identifica l'elemento più forte per la crescita e lo sviluppo di un territorio o una comunità, ma allo stesso tempo si dimostra l'elemento meno affrontato nella disciplina del design, da esso apparentemente molto distante.

Chiedere a diversi membri della World Design Organization come una World Design Capital nel proprio paese possa affrontare tali temi in futuro, ha fatto emergere la necessità di affrontare il tema primario della salute e del benessere (di cui il cibo è componente essenziale) come concetto olistico e non settoriale, che coinvolge numerose componenti della vita.

Per tale ragione, le World Design Capitals del futuro potrebbero condurre designer, realtà industriali, università e ricercatori a un dialogo partecipato, finalizzato alla comprensione e alla progettazione di sistemi socialmente e ambientalmente sostenibili di produzione, gestione e consumo alimentare.

Dunque le capitali del design potranno connettere i policy makers alle persone, supportandoli nella comprensione delle necessità dei loro cittadini, nella co-progettazione e promozione di politiche territoriali sostenibili, nell'affrontare, più in genere, le sfide proposte dagli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile 2020. Tuttavia per far questo, non è sufficiente eleggere una capitale del design. È difatti indispensabile uno step preliminare che implichi l'educazione al design, affinché aumenti il livello di comprensione della disciplina anche sul piano politico, sociale e ambientale.

## 2.4 IL RUOLO DEL DESIGNER

È lecito chiedersi perché il designer assume un ruolo così significativo in questo scenario, pur non possedendo competenze sanitarie e agroscientifiche. La prima risposta è rappresentata dal fatto di essere allo stesso tempo pianificatore e utilizzatore di sistemi alimentari e sanitari, consumatore e *health seeker* (Jones, 2013). La vera motivazione risiede invece nella sua formazione trans-disciplinare, che gli permette di confrontarsi con i più disparati rami del sapere. Operando in un'ottica di sostenibilità e territorialità, il buon design risponde alle sfide globali con etica e onestà intellettuale, tenendo sempre in considerazione le peculiarità delle comunità e dei luoghi in cui opera, che sono parte integrante di un progetto sostenibile, creativo, funzionale ed efficiente.

È bene riflettere, dunque, su quale sia realmente il ruolo del designer in uno contesto trans-disciplinare, dove interagiscono figure professionali diverse, tutte estremamente importanti per la riuscita del progetto.

Definire il proprio ruolo non è mai semplice, soprattutto se lo sviluppo dell'ambito disciplinare in cui si agisce è ancora in corso.

Per tale ragione è estremamente importante tracciare una definizione tangibile delle proprie mansioni affinché la comunità civile e quella dei professionisti coinvolti possa avere una piena comprensione della figura rivestita e una successiva accettazione, indispensabile per la generazione di un rapporto di fiducia.

Attraverso la ricerca intrapresa è stato possibile definire il designer sistemico attraverso tre etichette differenti, ma strettamente correlate (Fig. 28). Esso riveste infatti un ruolo di lettore e decodificatore di realtà complesse per la risoluzione di questioni estremamente articolate appartenenti a un'era di transizione, le quali non possono essere affrontate attraverso un approccio riduzionista (Irwin, 2015). Leggere la complessità significa decifrarne le componenti ad essa appartenenti, le relazioni tra esse istauratesi e le proprietà emergenti da tali connessioni (Capra, 1999). In questo processo di decodificazione, decisivo è il ruolo di comunicatore che ne consegue, attraverso lo sviluppo di mappe sistemiche, grafici e immagini che rendano comprensibili nozioni e dati complessi, spesso non facilmente comprensibili a chi non è strettamente coinvolto in un dato settore. A seguito di queste prima veste di lettore-comunicatore si sviluppa uno snodo fondamentale che precede l'atto progettuale, ovvero quello della transizione del focus (dal profitto all'uomo e all'ambiente in cui esso vive). Si tratta di un elemento saliente che svincola il designer dalla progettazione per la grande industria, connettendolo ai territori, alle comunità, a team diversificati di lavoro.

Tuttavia vi è un altro aspetto non trascurabile: purché un designer sia realmente un progettista etico, è necessario che esso si ponga al di sopra di ogni conflitto di interesse, allontanandosi dalla volontà delle grandi aziende agro-industriali e farmaceutiche, progettando per un benessere sostenibile condiviso dalla collettività, che non consenta manipolazione e disinformazione.

Progettando prodotti, processi, servizi e sistemi di vario genere, diviene connettore di realtà differenti, mediatore di linguaggi e background culturali e disciplinari distinti, mitigatore di ostacoli concettuali e comunicativi.

Il suo ruolo di mediatore diventa così fondamentale per il raggiungimento di compromessi sostenibili tra visioni diverse, attraverso l'oggettivazione di punti critici e possibilità. Si pone quindi come progettista e osservatore del sistema, evitando squilibri in termini di costi e benefici.

Una progettazione di questo tipo, guidata da onestà intellettuale, etica professionale, volontà di tutelare l'uomo e l'ambiente, infine, assegnerà al designer un'ulteriore responsabilità, ovvero quella di educare e persuadere ad atteggiamenti virutosi attraverso la progettazione di spazi, oggetti ed esperienze che inneschino un cambiamento comportamentale positivo, sostenibile e duraturo e che incrementino il livello qualitativo delle azioni e delle scelte quotidiane, in questo modo contribuendo al be-

nessere collettivo della comunità (Wendel, 2013, Fogg, 2005). È infatti proprio la mancanza di competenze iper-settoriali ciò che rende i progettisti sistemici in grado di raggiungere una grande permeabilità disciplinare. Lungi dall'essere una debolezza, questa è la principale forza di un generalista (Rodgers, 2007). Inoltre, con un'attenzione costante ai sistemi socio-ambientali, interagiscono per mitigarne le perturbazioni, cercando di riparare le ferite di un organismo compromesso, partendo dai bisogni fondamentali della società.

## Individuazione dei Ruoli del Designer Sistemico

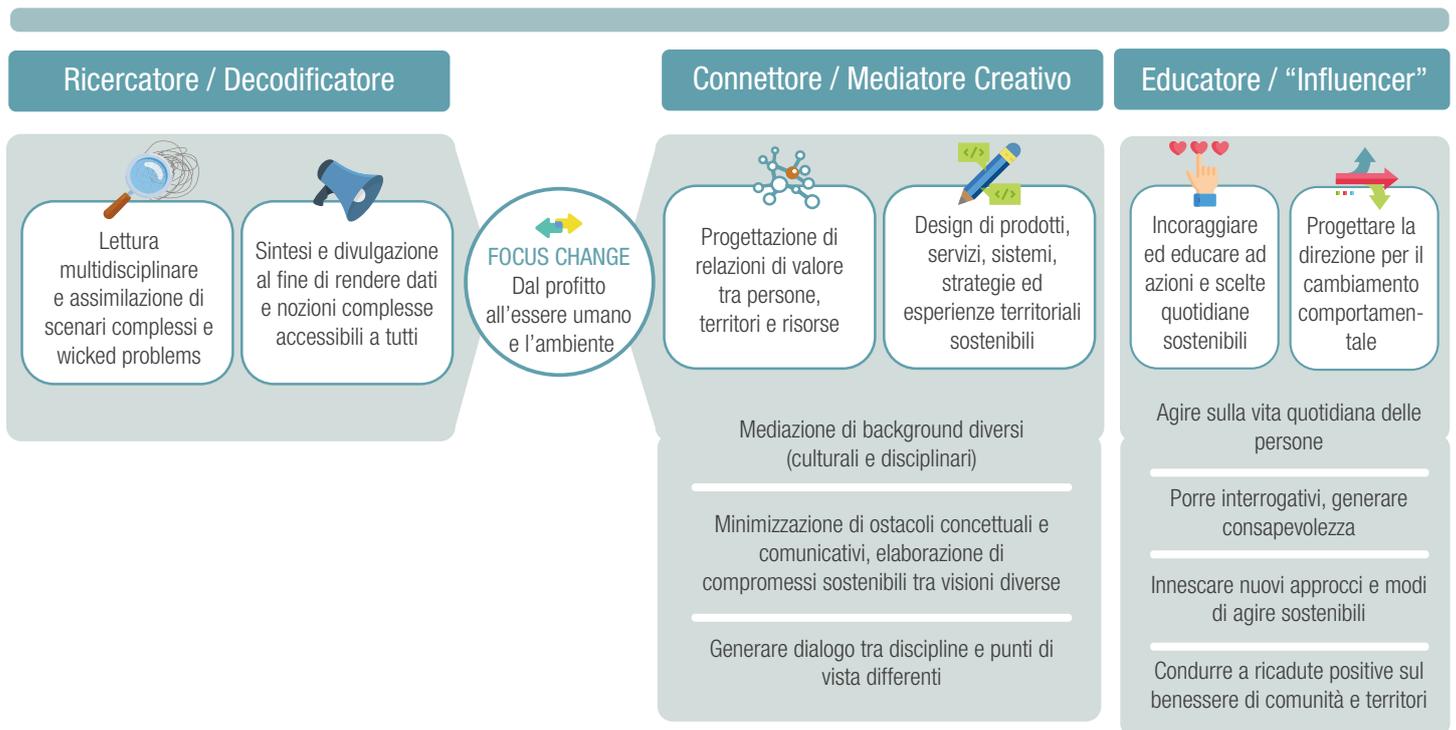


Fig. 28 - Individuazione dei ruoli della figura del designer sistemico

## 2.5 L'INTERSEZIONE TRA CIBO E SALUTE: I CASI STUDIO

A causa dell'estrema complessità di un problema socio-ambientale quale quello affrontato, oggigiorno esistono numerose piattaforme che affrontano i concetti di cibo sano, salute e prevenzione, tuttavia non tutte ne indagano concretamente le relazioni. Solo rare realtà, infatti, si sono sviluppate con l'obiettivo di colmare la disconnessione presente tra reti alimentari e sistemi sanitari e, in queste ultime, non sempre la disciplina del design è stata coinvolta.

Al fine di supportare l'analisi effettuata nelle pagine precedente, sono stati raccolti differenti casi studio che restituiscono il quadro in cui enti, piccole realtà private, associazioni e piattaforme operano nell'ambito del cibo per la salute. Sulla base dei casi raccolti a livello nazionale e internazionale sono state poi differenziate quattro specifiche categorie di realtà operanti a seconda delle loro finalità (Fig. 29).

### ● ACQUISTO DI PRODOTTI LOCALI E CONFRONTO DIRETTO CON I PRODUTTORI

Si tratta di una categoria che include le numerose piattaforme progettate per generare un confronto diretto tra produttori alimentari locali e consumatori, dunque per agevolare l'acquisto di varietà locali e stagionali, per supportare le piccole attività territoriali e per innescare una rete di relazioni basate sulla fiducia e l'onestà professionale. Generalmente tali realtà sfruttano servizi digitali come applicazioni e siti web al fine di incentivare formule di acquisto online che possano colmare le distanze presenti tra aree rurali e centri urbani. Il target di riferimento di tali piattaforme è un individuo che ricerca il proprio benessere attraverso la qualità dei prodotti legati al territorio, ma che manifesta un'altrettanta sensibilità per l'impatto che il cibo

può avere su ambiente e micro-territori.

Si tratta di un individuo che apprezza le tipicità culturali e che desidera mantenere un contatto con la propria terra e le proprie tradizioni alimentari.

### ● GUIDA A UNA SCELTA ALIMENTARE PIÙ CONSAPEVOLE PER UNA DIETA PIÙ SOSTENIBILE E SANA

Si tratta di realtà che desiderano orientare i consumatori verso un acquisto consapevole, aiutandoli a individuare prodotti stagionali e a comprendere il significato di certificazioni e informazioni complesse contenute all'interno delle etichette. Generalmente queste realtà divulgano in maniera più chiara informazioni spesso trascurate, quali la stagionalità dei prodotti, i loro valori nutrizionali, gli ingredienti che allontanano il prodotto alimentare da un'effettiva naturalezza e molto altro ancora. Tuttavia, la criticità spesso comune a queste piattaforme è l'assenza di una fonte affidabile e il mancato coinvolgimento di figure specializzate di supporto.

### ● SISTEMI DI AUTOPRODUZIONE ORGANIZZATA CON METODI NATURALI

In questa categoria possono essere individuate le realtà che permettono ai cittadini di organizzarsi per auto-produrre a livello comunitario il proprio cibo con metodi naturali, divenendo così consumatori e produttori virtuosi.

L'auto-produzione consente ai consumatori di avere piena consapevolezza del proprio cibo, ma soprattutto di essere a conoscenza di tutti gli elementi che hanno concorso alla sua produ-

zione. Gli attori di tali realtà selezionano le varietà da produrre, prediligono determinati modelli produttivi sulla base dei valori condivisi e dividono i prodotti alimentari ottenuti tra i soci dell'organizzazione, alle volte distribuendo la raccolta anche al di fuori del gruppo stesso.

● **INTERAZIONE TRA STAKEHOLDER APPARTENENTI AL SETTORE SANITARIO E AGRO-ALIMENTARE PER UN MAGGIORE BENESSERE COMUNITARIO**

La quarta categoria è composta da alcuni casi isolati davvero interessanti e più articolati. Sebbene alcuni di essi non considerino la figura del designer all'interno dei loro progetti, essi mirano a favorire l'interazione tra pazienti, professionisti sanitari, produttori alimentari e chef al fine di migliorare lo stato di salute di

gruppi di persone affette da specifiche malattie, innescando comportamenti alimentari corretti e generando maggiore consapevolezza. Le stesse strategie sono utilizzate anche per piani di prevenzione in comunità potenzialmente sane. Si tratta dunque di un approccio multidisciplinare basato sul dialogo, lo scambio di competenze e la ricerca di soluzioni olistiche e durature che agiscano sulle cause e non sul disturbo o sulla patologia.

La raccolta di questi casi rappresenta un importante supporto per le future applicazioni della ricerca in atto, sebbene la classificazione in essa presente non deve essere interpretata con rigidità. Attualmente l'attenzione volta al tema della connessione esistente tra cibo e salute sta subendo una lenta, ma considerevole crescita. Per tale ragione sarà necessario aggiornare e rielaborare tale raccolta in maniera costante.



Fig. 29 - Categorizzazione casi studio analizzati



**Nome** | L'Alveare che dice Sì!

**Sede** | Differenti Stati Europei

[www.alvearechedicesi.it](http://www.alvearechedicesi.it)

## Obiettivi Principali



Produzione



Cura



Distribuzione e consegna



Educazione e Guida



Interazione

## Canali



App Mobile



Web Site



Spazi Reali

## Livello di Sostenibilità

Sostenibilità Ambientale ●●●●●●●●●●

Sostenibilità Sociale ●●●●●●●●●●

Sostenibilità Economica ●●●●●●●●●●

## Attori Coinvolti



Produttori Alimentari



Medici



Cuochi



Politici



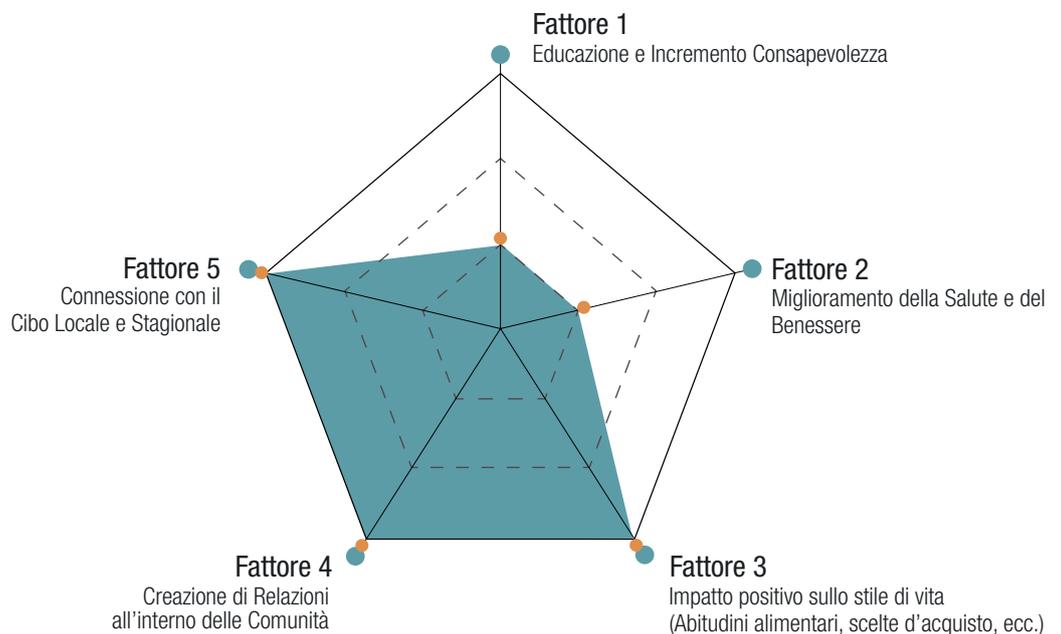
Designer



Cittadino Attivo



Cittadino Utente



## L'ALVEARE CHE DICE SÌ! “Mangiar bene, mangiar giusto”

### OBIETTIVI

L'Alveare che dice Sì!<sup>16</sup> è un progetto di filiera corta nato a Parigi nel 2011 e in seguito sviluppatosi in altri paesi europei, come l'Italia. Esso fa capo al movimento europeo *The Food Assembly*. Si tratta di una rete di vendita di prodotti locali che ha l'obiettivo di offrire un'alternativa sostenibile alla Grande Distribuzione Organizzata. Questa alternativa sostiene anche i produttori locali, in quanto fornisce loro un nuovo canale attraverso il quale vendere i loro prodotti. Un canale che assegna valore culturale ed economico al cibo venduto e che tesse un legame di fiducia tra consumatori e produttori, crea occasioni per rivivere luoghi urbani, ricreando un forte senso di comunità.

### PRESUPPOSTI DI PARTENZA

La Grande Distribuzione Organizzata oggi consente di avere accesso a una miriade di prodotti alimentari diversificati, senza alcun limite geografico e stagionale, tagliando quel solido legame che un tempo poneva in relazione consumatore e produttore.

L'attuale rottura di tale legame purtroppo ha posto il consumatore medio in una posizione di estrema ignoranza. Allontanarsi dal concetto di produzione alimentare, infatti, significa non solo non conoscere il territorio d'origine del cibo, ma anche e soprattutto le condizioni in cui è stato prodotto. Si fa riferimento al potenziale sfruttamento e maltrattamento della terra, degli animali e dei lavoratori, al potenziale uso di sostanze chimiche non specificate e molto altro ancora. Tali elementi hanno delle ripercussioni negative non solo sul benessere dei consumatori e dei produttori, ma anche sugli equilibri ambientali.

Le prime ricadute saranno di tipo sanitario, fino a estendersi a ricadute di tipo economico, territoriale, culturale, dunque sociale. Per tale ragione, attraverso la promozione di una filiera

corta, L'Alveare che dice Sì desidera tutelare e rilanciare una modalità etica ed ecologica di produrre e consumare il cibo. L'obiettivo è la generazione di una rete locale che inneschi un'economia sostenibile e consapevole, attraverso un atto quasi banale come quello del fare la spesa.

### DINAMICHE DEL PROGETTO

**Il Gestore** - Ogni alveare è curato da un gestore, ovvero un individuo che ha deciso di generare una piccola comunità all'interno del proprio quartiere. Per la creazione di un alveare, il primo passo è la selezione di una serie di produttori presenti nel raggio di 200 km dal potenziale luogo di distribuzione. In seguito, sarà rintracciata una prima cerchia di potenziali consumatori per poi organizzare le vendite tramite il sito ufficiale. Per attivare l'alveare sarà necessario raggiungere un numero sufficiente di fornitori e acquirenti. Settimanalmente i produttori venderanno i loro prodotti online direttamente ai consumatori. La distribuzione del cibo acquistato avverrà nel luogo selezionato per ospitare l'alveare in giorni e fasce orarie prestabilite. Il beneficio economico per il gestore sarà una piccola percentuale sul fatturato.

**Il Consumatore** - Il cliente si registra gratuitamente alla piattaforma, iscrivendosi all'alveare più vicino. Attraverso tale iscrizione può svolgere i suoi acquisti, selezionando una serie di prodotti locali che generalmente sono frutta, verdura, carni, formaggi, pane, miele, birra, vino e molto altro. Il pagamento avviene comodamente online. In seguito, i prodotti acquistati potranno essere ritirati all'interno dell'alveare, in specifiche fasce orarie. Proprio quello del ritiro è il momento più significativo, in quanto all'interno degli alveari sono presenti i

produttori dai quali si è acquistato. Saranno loro a consegnare direttamente la spesa, creando l'opportunità di farsi conoscere, dunque di instaurare una relazione di fiducia e sostegno reciproco, in alcuni casi consentendo anche una piccola degustazione dei loro prodotti.

La dinamica consumatore/ alveare/ produttore/ gestore non rappresenta una filiera in cui è presente un intermediario in più tra produttore e consumatore. Infatti l'acquisto viene effettuato direttamente online dal produttore che, quando si iscrive alla piattaforma, determinerà liberamente il prezzo dei suoi prodotti. Quest'ultimo avrà una commissione sulle vendite, ovvero il 10% che andrà al gestore dell'alveare e un altro 10% che andrà a chi gestisce l'intera piattaforma.

Al produttore spetterà così l'80% del fatturato: molto di più rispetto a ciò che in genere ottiene vendendo alla Grande Distribuzione Organizzata. Il progetto, nel suo complesso, non si discosta eccessivamente dal concetto dei gruppi d'acquisto, anzi, tenta di agevolare e rendere più accessibile una dinamica di questo tipo anche a chi ha tempo e risorse per associarsi a un gruppo di questo tipo. Difatti, a differenza di un gruppo d'acquisto, attraverso il sito dell'Alveare che dice Sì! l'utente può effettuare la propria spesa da produttori locali in pochi minuti, con una semplificazione delle procedure di pagamento. In realtà vi è un'ulteriore differenza: rispetto a un gruppo d'acquisto, un progetto di questo tipo si rivolge a molteplici tipologie di consumatori. Esso spazia dal consumatore che desidera effettuare una spesa dai mercati rionali, ma per questione di tempo, compra online e si limita a ritirarla, al consumatore che invece, avendo più tempo a disposizione, desidera conoscere i produttori del proprio cibo, instaurare con essi un rapporto di fiducia, soddisfare le proprie curiosità e verificare personalmente la qualità dei propri prodotti.

<sup>16</sup> [www.alvearechedicesi.it](http://www.alvearechedicesi.it)  
[www.ilcambiamento.it/articoli/l-alveare-che-dice-si-gia-150-i-gruppi-in-italia-per-comprare-sostenibile](http://www.ilcambiamento.it/articoli/l-alveare-che-dice-si-gia-150-i-gruppi-in-italia-per-comprare-sostenibile)

## CRITICITÀ E PUNTI DI FORZA

I punti di forza di un progetto di questo tipo sono numerosi e questa è la ragione per cui L'Alveare che dice Sì! si sta diffondendo progressivamente in tutta Europa con un incremento del numero degli alveari in via di sviluppo.

Senza dubbio, per mezzo di tale piattaforma la produzione agroalimentare locale torna a essere protagonista. Agricoltori, allevatori e trasformatori locali di piccole medie dimensioni vengono tutelati, attraverso la valorizzazione dei prodotti tipici a essi connessi. Ma non solo, svincolandosi da ogni forma di dipendenza dalla Grande Distribuzione Organizzata, si assicura una maggiore e più giusta remunerazione dei produttori, non più minacciati da prodotti internazionali iper-competitivi e spesso più attraenti per i consumatori meno consapevoli. In questo modo, ne traggono giovamento la comunità, l'economia locale, ma anche la cultura territoriale, oggi minacciata da forme di



Fig. 30 - Degustazione prodotti locali dell'Alveare che dice Sì!  
[www.ilgiornaledelcibo.it](http://www.ilgiornaledelcibo.it)

produzione e consumo globalizzate. Si abbattano le emissioni connesse ai trasporti su lunga distanza e i costi di stoccaggio, refrigerazione e trattamenti di conservazione. Si nutrono i territori e le persone in essi presenti. Si ripristina il rapporto dissolto tra produttore e consumatore, tra cibo e territorio ma anche tra cittadino e cittadino, in quanto al ritiro della propria spesa si generano occasioni di dialogo e conoscenza. L'Alveare che dice Sì! è definibile un vero e proprio progetto di promozione territoriale che parte dal cibo, per creare relazione, cultura e benessere.

Le criticità del progetto appaiono dunque ridotte. Tra queste troviamo una scarsa fornitura di prodotti di derivazione organica, dunque privi di sostanze chimiche dannose per la salute umana e dell'ambiente. Questo dettaglio insegna che, locale non significa necessariamente sano, se i sistemi produttivi in atto non sono sostenibili. È qui che entra in gioco l'importanza della relazione tra produttore e consumatore. Per molti aspetti, essa permette infatti che il consumatore verifichi direttamente l'etica e la trasparenza del proprio produttore, oltre alla qualità della sua attività. Tale verifica è letteralmente impossibile per prodotti provenienti da geografie distanti. Certamente ci si riferisce a una verifica non scientifica, sostenuta dalle sofisticate dinamiche delle relazioni umane, dal desiderio di fidelizzare e fidelizzarsi, dall'onestà umana e lavorativa, dalla paura di deludere o essere delusi e molto altro ancora. Un'ulteriore criticità del progetto è il fatto che sia una piattaforma non completamente pensata per chi non è automunito. Benché gli alveari siano rionali e abbastanza diffusi nel territorio urbano, l'auto-ritiro risulta abbastanza difficoltoso per chi, non essendo munito di un'auto è obbligato a trasportare la propria spesa settimanale a piedi. Se tale attività risulta fattibile, seppur faticosa, per il cittadino medio, al contrario risulta impossibile per gli individui più fragili, per anziani, soggetti con patologie e disabilità

costretti a preferire le piattaforme che consentono una consegna presso il proprio domicilio, tra le quali la Grande Distribuzione Organizzata prende ancora una volta il sopravvento.



### ASPETTI POSITIVI

- Valorizzazione dei prodotti locali.
- Tutela dell'economia locale.
- Minori emissioni connesse a trasporti su lunga distanza.
- Agevolazione degli acquisti da mercati rionali.
- Nessuna speculazione sul prezzo finale di un prodotto locale.
- Maggiore e più giusta remunerazione del produttore agroalimentare.
- Nessuna forma di dipendenza dalla GDO.
- Generazione di relazioni tra produttori e consumatori, ma anche tra cittadini di uno stesso rione.



### CRITICITÀ

- Scarsa fornitura di prodotti agro-alimentari organici, privi di contaminanti chimici dannosi per la salute dell'uomo e dell'ambiente.
- Servizio non completamente accessibile a chi non è automunito.



**Nome |** Cortilia

**Sede |** Milano, Italia

[www.cortilia.it](http://www.cortilia.it)

## Obiettivi Principali



Produzione



Cura



Distribuzione  
e consegna



Educazione e  
Guida



Interazione

## Canali



App Mobile



Web Site



Spazi Reali

## Livello di Sostenibilità

Sostenibilità Ambientale ●●●●●●●●●●

Sostenibilità Sociale ●●●●●●●●●●

Sostenibilità Economica ●●●●●●●●●●

## Attori Coinvolti



Produttori  
Alimentari



Medici



Cuochi



Politici



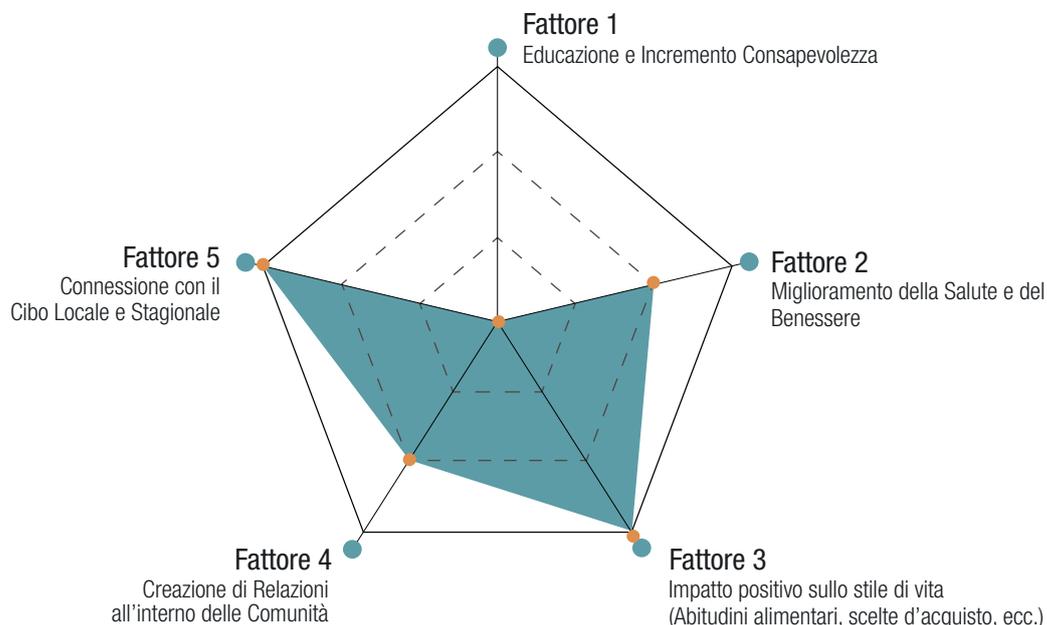
Designer



Cittadino  
Attivo



Cittadino  
Utente



## CORTILIA

### *“Dalla campagna alla tavola in un clic”*

#### OBIETTIVI

L'obiettivo del caso Cortilia è quello di portare prodotti alimentari di qualità all'interno delle abitazioni dei consumatori che desiderano materie prime salubri e d'eccellenza per la preparazione dei loro pasti. Ci si riferisce dunque a prodotti freschi stagionali, come frutta e verdura, ma anche formaggi, uova, carni, prodotti da forno, ecc. Essa si propone dunque come un'alternativa virtuosa alla grande distribuzione, in quanto conduce i consumatori a conoscere il produttore e la storia di ogni prodotto. Per tale ragione Cortilia pone molta attenzione alla scelta dei produttori, selezionandoli sulla base della naturalezza della loro produzione e del loro legame con il territorio, verificando direttamente processi produttivi, input utilizzati e ambienti di lavoro.

#### DINAMICHE DEL PROGETTO

Cortilia può essere definita un vero e proprio mercato agricolo online, in cui avviene una selezione dei migliori produttori agricoli e artigianali italiani per permettere al consumatore di svolgere la propria spesa online, quasi come fosse in un reale mercato contadino.

Sulle piattaforme di Cortilia per ogni prodotto è infatti possibile conoscere le sue caratteristiche, il suo produttore, la sua storia, il territorio di provenienza e, più in genere, l'azienda agricola. Dunque è possibile comporre il proprio carrello sulla base delle proprie scelte o delle ricette proposte, oppure acquistare delle cassette stagionali pre-composte. Trattandosi di carrelli composti prevalentemente di prodotti freschi, la spesa è sempre consegnata nell'arco di 24 ore.

#### PRESUPPOSTI DI PARTENZA

La Grande Distribuzione Organizzata conduce i consumatori ad accedere a una vastissima gamma di prodotti, tagliando il legame esistente

tra prodotto e territorio e non consentendo di individuare con semplicità quali siano i prodotti made in Italy. Inoltre, anche nel caso di prodotti italiani, è molto difficoltoso per il consumatore avere accesso a informazioni utili circa la tracciabilità del prodotto acquistato.

Così in molti casi, pur con la convinzione di aver selezionato un prodotto italiano, la maggior parte delle fasi del processo produttivo potrebbero essere state condotte all'estero, così come le materie prime di produzione potrebbero non essere propriamente locali. Queste difficoltà sono ancor più ampie se l'acquisto alimentare è effettuato con rapidità sui differenti canali online. In realtà, non è raro che anche all'interno dei mercati nazionali, numerosi prodotti freschi siano spacciati per locali, senza offrire al consumatore un'effettiva possibilità di verifica.



Fig. 31 - Le consegne effettuate dai corrieri di Cortilia.

Rispetto all'Alveare che dice Sì!, Cortilia si propone dunque come un mercato agricolo online di prodotti sani, stagionali e italiani realmente connessi ai differenti produttori virtuosi selezionati, permettendo così di spaziare rispetto ai confini del proprio territorio, ma avendo sempre la garanzia di acquistare da produzioni italiane sostenibili e di ricevere il proprio ordine a casa.

### CRITICITÀ E PUNTI DI FORZA

I punti di forza del progetto Cortilia sono numerosi. Anche in questo caso attraverso tale piattaforma la produzione agroalimentare locale viene promossa e valorizzata, varcando i limiti regionali. Possiamo dunque affermare che Cortilia ha molti punti in comune con L'Alveare che dice Sì! Tuttavia rispetto alla prima realtà offre un'agevolazione maggiore ad acquistare prodotti naturali e made in Italy per chi ha difficoltà di spostamento, abbattendo le forme di dipendenza dalla Grande Distribuzione Organizzata e tracciando relazioni virtuali tra produttori e consumatori. Anche se si tratta di uno spazio virtuale d'acquisto e relazione, Cortilia permette di accedere a un panel di produttori selezionati per le loro produzioni sostenibili e per le loro tipicità, non limitandosi alla selezione dei produttori locali, che potrebbero non necessariamente perseguire i principi di una produzione etica e sostenibile.

Tra le criticità non evitabili è possibile così citare la possibilità d'acquisto di prodotti alimentari provenienti da territori nazionali anche molto distanti, senza alcun incentivo ad acquistare il medesimo prodotto alimentare all'interno del proprio territorio. Questo condurrebbe per ovvie ragioni a maggiori emissioni di CO2 per consegne su lunga distanza, che tuttavia saranno sempre inferiori a quelle connesse all'acquisto di prodotti alimentari provenienti dall'estero.



### ASPETTI POSITIVI

- Valorizzazione dei prodotti locali a livello nazionale
- Agevolazione di acquisti naturali e made in Italy per chi ha difficoltà di spostamento
- Nessuna forma di dipendenza dalla GDO.
- Generazione di relazioni virtuali tra produttori e consumatori



### CRITICITÀ

- Prodotti alimentari non necessariamente locali, in quanto un utente può ordinare cibo proveniente da territori nazionali anche molto distanti.
- Emissioni di CO2 per consegne provenienti da territori distanti



**Name** | NaturMia

**Place** | Italia

[www.naturmia.com](http://www.naturmia.com)

## Obiettivi Principali



## Canali



## Livello di Sostenibilità

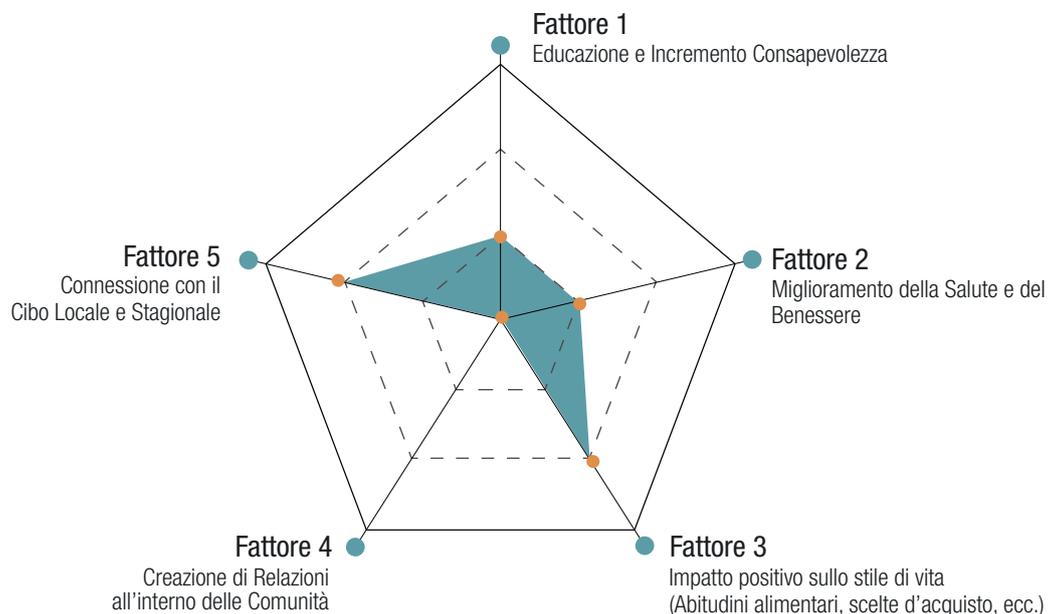


## Attori Coinvolti



Cittadino Attivo

Cittadino Utente



## NATUR MIA

### *“L'app sana stagione dopo stagione”*

#### OBIETTIVI

NaturMia<sup>17</sup> nasce come applicazione smartphone per generare informazione circa prodotti sani e naturali. Il progetto desidera fornire all'utente iscritto diversi dettagli relativi a ogni prodotto della terra e una lista di gustose ricette, al fine di guidarlo a una scelta alimentare più sana.

Più approfonditamente la piattaforma fornisce:

- una lista di schede dettagliate per i singoli prodotti, all'interno delle quali è possibile trovare informazioni sul territorio di origine, sulla loro stagionalità, sulle varietà esistenti, sugli utilizzi, suggerimenti utili sulla conservazione e ancora una griglia relativa ai valori nutrizionali, alle specifiche proprietà e ai potenziali benefici per la salute.
- un calendario stagionale di frutta e verdura;
- una lista di ricette salutari da sperimentare, senza grosse difficoltà, a seconda dei prodotti stagionali.

#### PRESUPPOSTI DI PARTENZA

Compiere scelte alimentari sane e consapevoli è fondamentale per prevenire insorgenze di patologie e disturbi. Tuttavia non sempre il consumatore è abbastanza o/e correttamente informato per svolgere una spesa genuina.

NaturMia parte dal presupposto che una dieta equilibrata può fare la differenza nel mantenimento di un equilibrio psico-fisico. Per tale ragione si pone come supporto al consumatore, al fine di guidarlo nel riconoscimento dei prodotti stagionali e informarlo sui valori nutrizionali e benefici salutari in essi contenuti.

#### CRITICITÀ E PUNTI DI FORZA

La volontà di stimolare i consumatori all'acquisto e al consumo di cibo stagionale rende senza dubbio virtuosa la piattaforma di NaturMia, malgrado le numerose criticità presenti.

Svolgere la propria spesa sulla base delle stagionalità riduce infatti le emissioni connesse a:

- sistemi di produzione artificiale, atti a ricreare un ambiente necessario per la coltivazione di varietà colturali con caratteristiche di temperatura simili a quelle del loro habitat naturale;
- trasporto su lunga distanza;
- sistemi conservativi necessari affinché il cibo non subisca alterazioni sino al momento della vendita.

Tali attività ad alto impatto sono finalizzate a garantire una vasta gamma di alimenti sempre a disposizione degli acquirenti. Tuttavia, la vendita di prodotti alimentari perseguita senza alcuna differenza stagionale, confonde e diseduca il consumatore, in particolar modo chi vive nei contesti urbani più ampi, in quanto non ha la fortuna di avere una connessione visiva con il territorio rurale e una relazione frequente con i produttori locali. In questo scenario, NaturMia guida il consumatore meno informato a riconoscere e ricordare la stagionalità dei prodotti ed effettuare in questo modo una scelta più sostenibile. È proprio la divulgazione dell'informazione il punto di forza del progetto, che elargisce ulteriori dettagli anche su valori nutrizionali e sui possibili benefici non presenti sui prodotti orto-frutticoli generalmente venduti sfusi, pertanto privi di un'etichettatura informativa (a eccezione dei prodotti biologici). Infine, la condivisione di ricette originali, ma alla portata di tutti, aiuta il consumatore ad affrontare la monotonia dei raccolti stagionali, i quali possono stancare il palato, inducendo all'acquisto di varietà non appartenenti al periodo. Tra le criticità presenti in questo caso studio vi è senz'altro l'assenza di fonti attendibili circa le informazioni divulgate. Infatti, non è possibile ve-

---

Per maggiori informazioni: <sup>17</sup>[www.naturmia.com](http://www.naturmia.com)

rificare la veridicità di quanto la piattaforma comunica. Tale problema è particolarmente rilevante poichè in genere chi scarica tale tipologia di piattaforma è un'utenza generalista che, guidata da incertezza, desidera conoscere di più. Per tale ragione, veicolare informazioni prive di fonti attendibili e verificabili, potrebbe condurre a una direzione opposta rispetto a quella che il progetto desidera seguire, ovvero il rischio di disinformazione.

Medesima riflessione può essere condotta per quanto concerne il concetto di "spesa sana" che NaturMia veicola, valutando in maniera incompleta i prodotti della terra.

Tale definizione è infatti riduttiva, in quanto per spesa sana non si intende solo un acquisto che contempli valori nutritivi e benefici di frutta, verdura e ortaggi, ma anche un acquisto che sia consapevole dell'importanza di una coltivazione organica e che non preveda l'utilizzo di input chimici estremamente dannosi per l'organismo umano. Inoltre, considerando che all'interno di un carrello della spesa, non vi sono unicamente prodotti della terra, per spesa sana si deve fare necessariamente riferimento anche a una scelta alimentare orientata a prodotti meno raffinati, meno ricchi di contaminanti sintetici, di zuccheri, grassi e molto altro ancora.

Dunque creare l'apparenza di effettuare una spesa sana, prediligendo un ortaggio stagionale, piuttosto che un altro, risulta paradossale, se esso proviene da sistemi industriali o ancora, se nello stesso carrello della spesa vi è del cibo spazzatura o eccessivamente processato.

Infine, è necessaria un'ulteriore considerazione: i prodotti stagionali, variano a seconda dei territori, dunque anche in questo caso è riduttivo fare riferimento solo a un range limitato di frutta e ortaggi, in quanto ogni territorio offre varietà tipiche locali importanti per il perseguimento di una dieta varia, locale, ricca nutrienti, che contribuisca allo stesso modo all'economia locale e alla tutela della biodiversità. Medesima considerazione può essere svolta in relazione alle ricette stagionali consigliate, le quali non



## ASPETTI POSITIVI

- Incentivo all'acquisto di prodotti stagionali.
- Minori emissioni connesse a trasporti su lunga distanza, sistemi produttivi artificiali e sistemi conservativi di refrigerazione.
- Informazioni su valori nutrizionali di frutta e verdura, non presenti nel momento dell'acquisto.
- Indicazioni su ricette originali per il consumo di cibo stagionale che potrebbe divenire monotono e stancante per il palato.



## CRITICITÀ

- Assenza di fonti consultabili circa le informazioni divulgate.
- Definizione superficiale e incompleta di spesa sana. Dunque possibile disinformazione.
- Nessuna indicazione sull'importanza di una scelta alimentare orientata a una produzione organica.
- Prodotti stagionali principali, poichè variano a seconda dei territori.
- Nessuna indicazione su ricette e prodotti tipici locali, spesso carichi di nutrienti.

riferendosi ad alcun territorio, rischiano di apparire prive di identità. Tali considerazioni non sono delle vere e proprie criticità, ma aspetti che certamente possono avere un margine di miglioramento e che rappresentano degli elementi interessanti da contemplare all'interno della progetto di ricerca che questa tesi descrive.



**Nome |** Arvaia

**Sede |** Bologna, Italia

[www.arvaia.it](http://www.arvaia.it)

## Obiettivi Principali



Produzione



Cura



Distribuzione e consegna



Educazione Guida



Interazione

## Canali



App Mobile



Web Site



Spazi Reali

## Livello di Sostenibilità

Sostenibilità Ambientale ●●●●●●●●●●

Sostenibilità Sociale ●●●●●●●●●●

Sostenibilità Economica ●●●●●●●●●●

## Attori Coinvolti



Produttori Alimentari



Medici



Cuochi



Politici



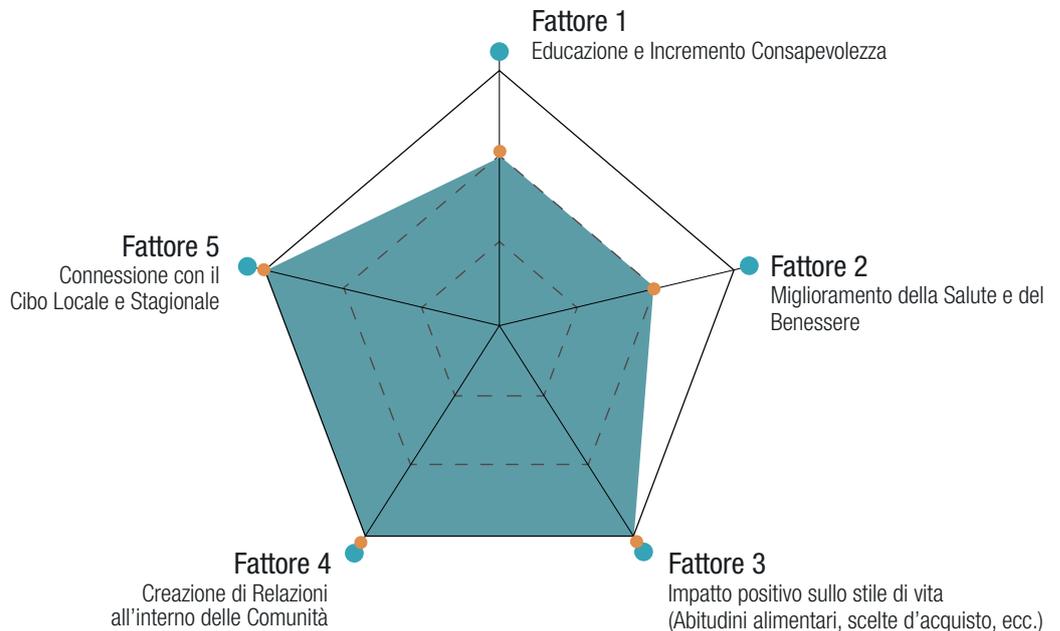
Designer



Cittadino Attivo



Cittadino Utente



## ARVAIA “La Cooperativa dei Cittadini Produttori”

### OBIETTIVI

Arvaia è una cooperativa agroalimentare fondata da cittadini desiderosi di produrre il proprio cibo con metodi naturali, dissociandosi da produzioni agroindustriali non stagionali e non locali. Oggi Arvaia copre 47 ettari di terra alle porte di Bologna (Emilia Romagna, Italia), gestione ottenuta attraverso lo stesso comune, al quale la cooperativa paga l'affitto.

Il progetto sfrutta dunque un bene comune precedentemente inutilizzato, valorizzandolo attraverso la coltivazione di prodotti biologici per la comunità.

### PRESUPPOSTI DI PARTENZA

In genere, quando si fa riferimento a grandi centri urbani, il cittadino ha la necessità di acquistare il proprio cibo per soddisfare il proprio fabbisogno quotidiano. Generalmente lo si acquista all'interno di grandi supermercati, dove sottoposti alle logiche del mercato, i consumatori selezionano i propri prodotti sulla base di un'offerta esterna, ignorando origine, sistemi produttivi, etica del lavoro, input utilizzati, trasporti, emissioni, impatto sulla salute e sull'ambiente.

Tale scenario traccia una linea di separazione tra il cittadino consumatore, quindi acquirente, e il produttore agroalimentare. Una linea di separazione che si presenta più come una strozzatura di un'arteria fondamentale che conduce nutrimento all'essere umano e equilibrio ai sistemi socio-ambientali.

Così, tali figure oggi dialogano attraverso il mercato, un mercato mediato per la maggior parte delle volte da sistemi distributivi su grande e piccola scala e da multinazionali agro-industriali. Il progetto Arvaia desidera agire sulle interferenze negative della comunicazione tra produttori e consumatori, creando un dialogo diretto, senza intermediari, un dialogo pratico ed educativo.

È per tale ragione che Arvaia non è una cooperativa di consumo, bensì una cooperativa di lavoro.

### DINAMICHE DEL PROGETTO

Arvaia è una CSA, ovvero una Comunità che Supporta l'Agricoltura<sup>18</sup>. Essa produce e distribuisce settimanalmente prodotti alimentari biologici ai 324 soci iscritti, i quali possono scegliere se essere o meno dei coltivatori.

All'inizio di ogni nuovo anno produttivo, i soci fruitori effettuano il versamento di una quota annuale che varia in base al piano culturale, ovvero in base ai prodotti che si desidera produrre. I soci hanno quindi diritto a una parte del raccolto futuro, che potranno ritirare all'interno di otto punti di distribuzione nella città di Bologna, anche attraverso una prenotazione. Tramite tale versamento essi finanziano la produzione, assumendosi i rischi dell'impresa agricola. Settimanalmente il raccolto viene diviso e distribuito in parti uguali all'interno dei punti per il ritiro. Se un socio non desidera un determinato prodotto, può metterlo gratuitamente a disposizione degli altri soci. Arvaia garantisce circa 280 Kg annui per ogni parte distribuita, ovvero quasi 6 kg settimanali, ma tali numeri dipendono ovviamente dai raccolti. Il costo di una parte settimanale che copre il fabbisogno di due persone, è di circa 15 euro, ma può subire delle variazioni di anno in anno. Oltre ai soci, in Arvaia sono presenti anche 157 volontari per la fattoria didattica e 41 persone in formazione con tirocini. Il lavoro dei contadini esterni ai soci è pagato con le quote di partenza versate dai soci stessi.

---

<sup>18</sup> Una CSA, ovvero una *Community Supported Agriculture*, è una forma di organizzazione di attività produttive e di consumo di prodotti agro-alimentari. Essa si basa sull'alleanza fra chi produce il cibo e le persone che lo mangiano. Per maggiori informazioni, consultare il sito [www.fao.org/family-farming/detail/en/c/416085/](http://www.fao.org/family-farming/detail/en/c/416085/)

## CRITICITÀ E PUNTI DI FORZA

Il progetto Arvaia sostiene cinque obiettivi sociali e ambientali, che fanno di esso una realtà sostenibile a tutti gli effetti. Essi sono:

1. Produrre e consumare il cibo con sistemi organici e con una ripartizione solidale dei costi di produzione.
2. Ridurre l'impronta ecologica con l'agro-ecologia, sfruttando i sistemi biologici del territorio e aumentando la biodiversità.
3. Creare luoghi rigenerativi attraverso il patrimonio paesaggistico locale e occasioni di incontro per una socialità inclusiva.
4. Comunicare al mondo le attività svolte, incrementando le occasioni di incontro tra cittadini nell'area agricola.
5. Nutrire la partecipazione dei soci e la comunicazione tra essi per un'identità solidale appartenente alla cooperativa.

Oltre a tali obiettivi, i punti di forza di Arvaia sono molteplici. Innanzitutto, attraverso un sistema di agricoltura civica, i consumatori sono in grado di ritracciare quella connessione oggi invisibile presente tra produzione e consumo. Sono pertanto consapevoli dell'origine dei prodotti, dei sistemi di produzione adottati, delle condizioni lavorative delle persone coinvolte, delle calamità naturali in atto, ecc. Inoltre, non pretendono più un frutto privo di imperfezioni cromatiche e formali, un prodotto non attaccato da piccoli vermi o insetti che ne testimoniano al contrario l'assenza di contaminanti chimici, bensì un prodotto alimentare vero, sano, naturale. Il dialogo innescato produce pertanto un livello maggiore di consapevolezza alimentare, che guida modelli di consumo più sostenibili.

Tali modelli di consumo sono ovviamente affiancati a modelli di produzione altrettanto sostenibili. Arvaia produce infatti prodotti locali e di stagione, con sistemi organici, privi di contaminanti chimici, pertanto sani per l'uomo e per l'ambiente. Si stima che attraverso tale logica produttiva si evitano più di 300 kg annuali



## ASPETTI POSITIVI

- Produzione locale, organica, sana.
- Nessun utilizzo di fitofarmaci.
- Zero emissioni e zero scarti.
- Nessun packaging prodotto e smesso.
- Nessuna contaminazione di acqua, suolo e aria. Quindi nessun impatto ambientale.
- Zero sprechi alimentari.
- Migliore stato di salute dei produttori consumatori.
- Valorizzazione territoriale di un bene comune non utilizzato.
- Nessuna dipendenza da multinazionali agro-industriali o/e chimiche.



## CRITICITÀ

- Costi soggettivi: necessità di tempo necessario per l'auto-ritiro, per la pulizia del cibo grezzo, per la preparazione, l'elaborazione e la cottura.
- Monotonia di una produzione stagionale che può stancare il palato di chi è abituato a una produzione molteplice, seppur non locale, della grande distribuzione.

di prodotti di sintesi chimica.

Anche sul fronte di sprechi e produzione di rifiuti, un modello di agricoltura supportata dalla comunità appare vincente. In Arvaia, per esempio, non vi è un sistema di intermediari, dunque non è utilizzata alcuna forma di packaging. Pertanto, non si producono scarti, se

non piccole quantità di organico, comunque re-inserite nel ciclo produttivo. Infatti, ogni socio ritira la propria parte di frutta e ortaggi con propri contenitori o buste riutilizzabili.

Inoltre non si va incontro ad alcuna forma di spreco alimentare, in quanto si produce solo il cibo di cui si necessita. Non esiste un surplus, poiché tutto il raccolto, sia esso eccessivo, adeguato o ridotto, viene diviso in parti uguali tra i soci, che se non desiderano un determinato prodotto possono offrirlo agli altri soci. Ovviamente lo spreco domestico non è monitorato all'interno del progetto.

Il sistema di produzione e di consumo di Arvaia e di altre logiche simili sembrerebbe perfetto. Allora quali sono le criticità esistenti?

Per alcuni consumatori il costo di 15.00 euro settimanali appare eccessivo. Tuttavia, è bene effettuare una riflessione: in genere, il costo di un prodotto alimentare acquistato da canali tradizionali, come ad esempio il supermercato, include una serie di ulteriori costi. Si fa riferimento al costo del packaging, al costo dei trasporti, a quello degli imput chimici utilizzati per la coltivazione, l'allevamento, la trasformazione e la conservazione, al costo dell'energia necessaria a tutte le attività previste. Inoltre, si generano costi visibili a lungo termine sui territori, sulle micro-economie, sui lavoratori, sulla biodiversità.

Se nello stesso canale di vendita, la scelta dell'acquirente è diretta verso un prodotto biologico, rimane il costo dei trasporti, dell'energia, del packaging, il cui volume in questi casi tende ad incrementare per evitare la contaminazione volontaria e involontaria con la produzione non biologica. In Arvaia<sup>19</sup> questi costi vengono abbattuti, poiché il prezzo pagato è solo quello relativo al prodotto alimentare. Dunque apparentemente il costo è più elevato, ma sono evitate le spese di materia e servizi di cui non beneficia direttamente il consumatore, producendo al contrario un prodotto che non impatta sulla sua salute.

Tuttavia, esistono dei costi definibili soggettivi. Il fattore tempo, per esempio, in un sistema di questo tipo è un elemento essenziale, come il tempo necessario per l'auto-ritiro dei prodotti negli alveari cittadini, quello necessario per la pulizia di ortaggi, frutta e verdura grezzi e infine, quello necessario alla preparazione, l'elaborazione e la cottura dei pasti.

Quest'ultimo aspetto può apparire secondario, eppure, in scenari urbani in cui i ritmi di lavoro sono intensi e serrati, la distanza tra abitazione e luogo di lavoro può essere elevata, il consumo dei pasti avviene prevalentemente all'esterno della propria casa. L'assenza di tempo sufficiente, in questo caso condurrebbe a maggiori sprechi alimentari domestici, per prodotti freschi che necessitano per ovvie ragioni di un consumo a breve termine.

Infine, un produzione stagionale tende a essere monotona e stancante per il palato di un consumatore abituato a una produzione molteplice, seppur non locale, della grande distribuzione.

---

<sup>19</sup> Per maggiori informazioni: [www.arvaia.it](http://www.arvaia.it)



**Nome I** DIANA 5

**Sede I** Istituto Nazionale Tumori, Milano

Foundation IRCCS - Istituto Nazionale dei Tumori ([www.istitutotumori.mi.it](http://www.istitutotumori.mi.it))

AIMAC - Associazione Italiana Malati di Cancro (<http://www.aimac.it>)

## Main Goals



Produzione



Cura



Distribuzione  
e consegna



Educazione  
Guida



Interazione

## Canali



App Mobile



Web Site



Spazi Reali

## Livello di Sostenibilità

Sostenibilità Ambientale ●●●●●●●●●●

Sostenibilità Sociale ●●●●●●●●●●

Sostenibilità Economica ●●●●●●●●●●

## Attori Coinvolti



Produttori  
Alimentari



Medici



Cuochi



Politici



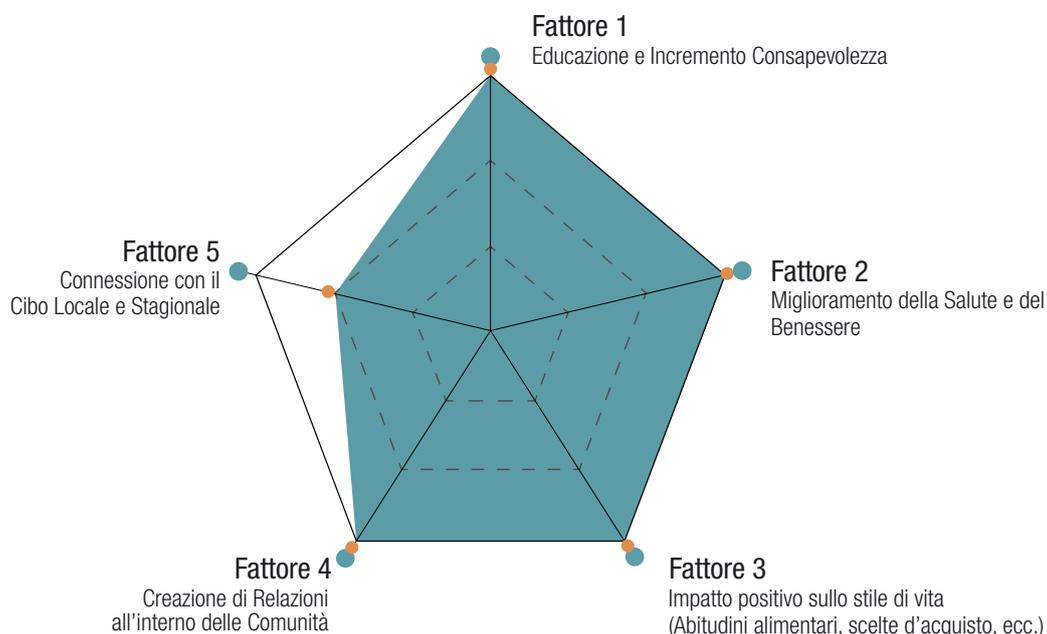
Designer



Cittadino Attivo



Cittadino  
Utente



## DIANA 5

### *“Il Progetto per la prevenzione delle recidive del cancro al seno”*

#### OBIETTIVI

Condotta dal Dott. Franco Berrino, Direttore del Dipartimento di Medicina Preventiva e Predittiva dell'Istituto Nazionale Tumori di Milano e dalla Dott.ssa Biologa-Nutrizionista Anna Villarini, il progetto DIANA 5<sup>20</sup> ha l'obiettivo di prevenire i casi di cancro al seno e supportare il processo di cura dei casi già manifestatisi, attraverso il cibo. Una dieta mirata, ma più in genere, abitudini alimentari più salutari, sono la base del progetto che desidera condurre gli utenti, quindi i pazienti, a riscoprire le proprietà e i benefici del cibo attraverso l'interazione concreta con medici, cuochi e produttori locali.

#### PRESUPPOSTI DI PARTENZA

Benché non sia stata possibile un'identificazione precisa, vi è il sospetto che le sostanze chimiche cancerogene che contaminano il nostro ambiente di vita possano causare il cancro della mammella, come altri tipi di cancro (Berrino, 2017). Tuttavia, è necessario partire dal presupposto che, un tumore progredirà soltanto se troverà all'interno dell'organismo umano dei fattori di crescita adeguati, dunque degli elementi che ne permettano la crescita, come ad esempio la formazione di vasi sanguigni che fungano da canali di nutrimento, o un sistema immunitario debole (Berrino, 2015). All'interno dello studio DIANA 5, è stato notato come le donne che presentano elevati livelli di ormoni sessuali e insulina all'interno del sangue, si ammalano maggiormente rispetto a chi manifesta livelli inferiori. Inoltre, se sono già malate, presentano recidive più frequenti, poiché la presenza di tali fattori consente alle cellule tumorali di moltiplicarsi. Tuttavia, la composizione del sangue e l'equilibrio umano dipende fortemente dalle abitudini alimentari e dallo stile di vita condotto. Dunque il cibo, diviene

elemento essenziale per la riduzione del rischio e componente complice di una terapia che abbia successo. Questa premessa spiega il significato del nome DIANA, il quale deriva dalle parole “Dieta” e “Androgeni”, oltre a rappresentare la dea che protegge le donne, la maternità e l'allattamento. Gli androgeni sono gli ormoni sessuali maschili, che se presenti in elevata concentrazione nel sangue delle donne, possono condurre allo sviluppo di tumori alla mammella (Berrino, 2017). Tra i primi obiettivi del progetto Diana vi era il tentativo di ridurre tale concentrazione attraverso la dieta.

#### I CORSI DI CUCINA NATURALE PER LA PREVENZIONE

Fulcro del progetto DIANA sono i corsi di cucina naturale per la prevenzione. Si tratta di percorsi didattici e laboratoriali all'interno di Cascina Rosa, la scuola di cucina preventiva della Fondazione IRCCS - Istituto Nazionale dei Tumori di Milano (Milano, Italia). Condotti dallo chef Giovanni Allegro, essi aiutano i pazienti e gli individui interessati a conoscere gli alimenti che promuovono la prevenzione, senza rinunciare a una cucina gustosa. Il cibo proviene direttamente da un orto sinergico<sup>21</sup>, progettato nella stessa Cascina Rosa. Questo dettaglio conduce a comprendere l'importanza di un auto-produrre il proprio cibo con metodi naturali. All'interno di questo caso studio chef, medici, e produttori alimentari dialogano e collaborano per lo stesso obiettivo, coinvolgendo attivamente l'utente a

---

<sup>20</sup> Per maggiori informazioni:

[www.aimac.it](http://www.aimac.it)

[www.istitutotumori.mi.it/progetto-diana-5](http://www.istitutotumori.mi.it/progetto-diana-5)

[www.dianaweb.org](http://www.dianaweb.org)

[www.attive.org](http://www.attive.org)

cui è indirizzato, ovvero il paziente o chi desidera prevenire la malattia. Attraverso un progetto di questo tipo in cui l'utente è coinvolto direttamente nella produzione guidata del proprio pasto quotidiano, si ha un incremento della consapevolezza alimentare, fondamentale per un percorso di cura e prevenzione.

### CRITICITÀ E PUNTI DI FORZA

Questa tipologia di progetto rappresenta un modello interessante, poichè coerente con l'approccio perseguito all'interno del design sistemico: trae forza delle relazioni, dall'esperienza concreta ed educativa, dal confronto diretto con figure specializzate.

Dunque non solo vi è uno scambio di competenze differenti e multidisciplinari finalizzate al raggiungimento di un obiettivo complesso, ma vi è anche un supporto e una guida completa per l'utente che, per mezzo di attività formative e laboratoriali raggiunge un livello di consapevolezza complessivo, indispensabile per la modifica di stile di vita e abitudini alimentari errate. Ma i corsi di cucina non sono l'unico elemento educativo per i pazienti, in quanto attraverso la presenza di un orto sinergico, possono imparare l'importanza di un'alimentazione costituita da prodotti naturali, stagionali e locali. Prodotti dunque della terra, non processati, privi di contaminanti chimici e al contrario colmi di nutrienti. In realtà, lo scenario alimentare proposto dal progetto DIANA 5, non contempla solo prodotti a chilometro zero, in quanto spesso suggerisce l'utilizzo di prodotti alimentari provenienti dalla cultura orientale, come il miso, le alghe e molto altro ancora.

Tali prodotti, benchè particolarmente salutari non

appartengono alla cultura alimentare italiana. Provenendo da territori molto lontani, presentano un prezzo elevato, una difficile reperibilità e spesso una mancata trasparenza circa processi produttivi e ingredienti. Infine, il consumo di tali prodotti oltre a non essere sostenibile a livello economico, non lo è nemmeno a livello ambientale, dati i trasporti su lunga distanza e le emissioni ed essi relative.

Il progetto Diana 5 è dunque una realtà per molti aspetti innovativa: come elencato in precedenza, i punti di forza sono molteplici rispetto alla criticità rappresentata dall'utilizzo di prodotti alimentari non italiani che possono essere sostituiti con alimenti altrettanto salutari appartenenti alla dieta mediterranea e al panorama produttivo nazionale.



#### ASPETTI POSITIVI

- Approccio multidisciplinare: interazione diretta tra professionisti appartenenti a settori disciplinari differenti.
- Impiego di prodotti alimentari caratterizzati da proprietà benefiche per l'organismo. Impegno di prodotti semplici, non processati, naturali.
- Coinvolgimento diretto del paziente attraverso attività formative e laboratoriali (es. corsi di cucina).
- Generazione di un livello di consapevolezza complessivo e modifica di abitudini alimentari errate.



#### CRITICITÀ

- Utilizzo e incentivo a utilizzare prodotti alimentari non sempre locali, come ad esempio alghe e prodotti vegetali di origine medio-orientale.

<sup>21</sup> L'agricoltura sinergica è basata sui principi della permacultura. All'interno di un orto sinergico, infatti, si cerca di riprodurre, sebbene in dimensione ridotta, gli equilibri di una natura che ha sempre agito perfettamente facendo a meno delle azioni umane, senza il supporto di fertilizzanti e pratiche moderne. Questo tipo di agricoltura ricrea pertanto un ambiente naturale, generando le condizioni ottimali perchè tutti gli organismi viventi che ne fanno parte (da microorganismi, ai lombrichi, alle specie vegetali) possano cooperare e autoregolarsi per una produzione naturale.



**Nome I** Slow Food

**Sede I** Bra, Piemonte, Italia.

[www.slowfood.it](http://www.slowfood.it)

## Obiettivi Principali



Produzione



Cura



Distribuzione e consegna



Educazione Guida



Interazione

## Canali



App Mobile



Web Site



Spazi Reali

## Livello di Sostenibilità

Sostenibilità Ambientale ●●●●●●●●●●

Sostenibilità Sociale ●●●●●●●●●●

Sostenibilità Economica ●●●●●●●●●●

## Attori Coinvolti



Produttori Alimentari



Medici



Cuochi



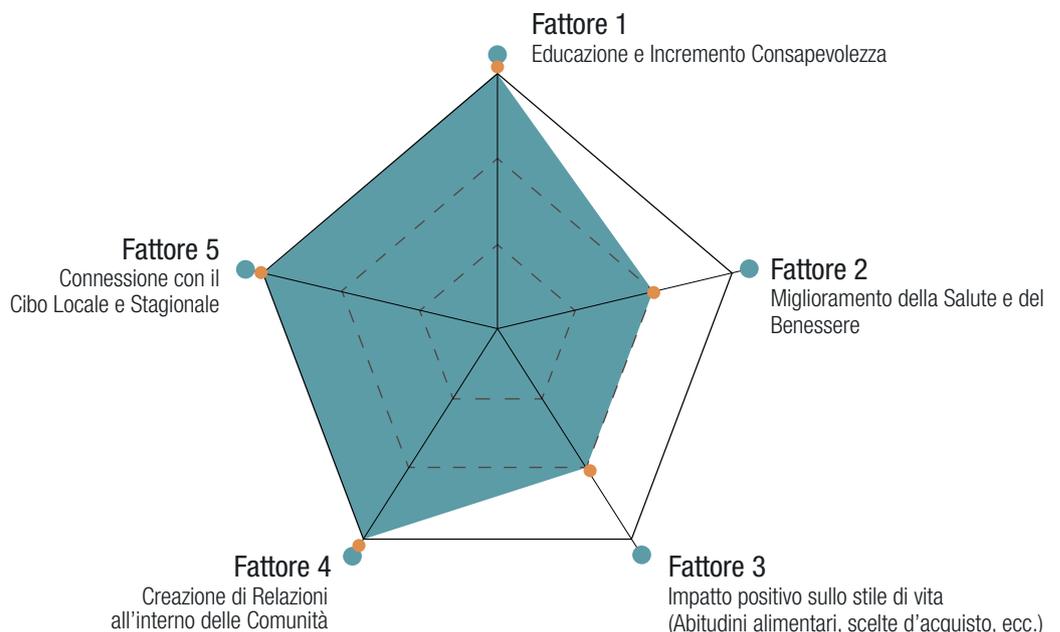
Politici



Designer

 Cittadino Attivo

 Cittadino Utente



## SLOW FOOD

*“Il progetto per un cibo buono, pulito e giusto”*



Slow Food®

### OBIETTIVI

Slow Food è un'associazione internazionale no profit che ha come obiettivo quello di riassegnare il giusto valore al cibo, rispettando chi lo produce, l'ambiente e gli ecosistemi attraverso gli antichi saperi appartenenti a territori e tradizioni locali.

Operando in 150 diversi paesi del mondo, ha come fine ultimo quello di promuovere un'alimentazione sana, quindi buona, pulita e giusta per tutti.

Tra gli ulteriori obiettivi specifici di Slow Food è possibile citare la tutela del cibo vero e dei suoi produttori, la promozione del diritto al piacere per tutti attraverso la diffusione di sapori e varietà proprie di ogni luogo, la preparazione al futuro attraverso la perpetuazione di terreni fertili e di biodiversità e la progettazione di migliaia di orti, la valorizzazione della cultura gastronomica, la promozione di un'agricoltura equa e sostenibile di piccola scala e di una trasformazione alimentare artigiana.

Il raggiungimento di questi obiettivi avviene quotidianamente attraverso differenti iniziative internazionali periodiche che promuovono la relazione tra produttori e consumatori e aumentano la consapevolezza alimentare. Tra queste è possibile citare<sup>22</sup>:

- Il progetto *'Educazione alimentare, sensoriale e del gusto'* il quale prevede il coinvolgimento di adulti e bambini e presenta il cibo in tutte le sue valenze culturali, sociali e organolettiche.
- Il progetto *'Terra Madre'*, il quale si propone come un'iniziativa di globalizzazione positiva

all'interno della quale oltre 2000 Comunità del cibo in tutto il mondo operano perché la produzione del cibo mantenga un rapporto armonico con l'ambiente e con i saperi tradizionali. Il progetto prevede l'organizzazione del *Salone del Gusto* e di *Terra Madre* (Torino, Italia), il più importante appuntamento mondiale dedicato al cibo (Fig.32).

- La *Fondazione Slow Food per la Biodiversità Onlus*, la quale agisce per la difesa delle tradizioni locali, la tutela delle comunità del cibo e la promozione della sapienza artigiana attraverso più di 400 Presidi Slow Food in tutto il mondo.
- L'*Università degli Studi di Scienze Gastronomiche* di Pollenzo, nata nel 2004 per dare dignità accademica al cibo, interpretato come sistema complesso e multidisciplinare.
- L'Editore Slow Food, nato per favorire la consapevolezza del consumatore e promuovere un'agricoltura pulita.

Slow Food agisce dunque su diversi fronti e con un approccio sia pratico che teorico. Anche le connessioni con il settore sanitario sono molteplici: dal 2007, infatti, collabora con varie associazioni scientifiche quali l'Associazione

<sup>22</sup> Per maggiori informazioni:  
[www.slowfood.it](http://www.slowfood.it)  
[www.terramadre.info](http://www.terramadre.info)  
[www.unisg.it](http://www.unisg.it)  
[www.slowfoodeditore.it](http://www.slowfoodeditore.it)

Medici Diabetologi (AMD), l'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica (ADI), la Società Scientifica di Medicina interna e Slow Medicine<sup>23</sup>, al fine di elaborare una visione condivisa del concetto di nutrizione, integrando l'approccio medico con quello gastronomico.

Tra le differenti campagne in atto vi è proprio quella intitolata 'Cibo e Salute' nella quale si lavora per promuovere modelli di produzione, trasformazione e consumo il più possibile sostenibili e sani per la salute umana e ambientale, senza rinunciare al concetto di piacere insito nel cibo e ri-creando una connessione con le tradizioni gastronomiche di ogni luogo. La campagna 'Cibo e Salute' veicola dati sulle abitudini alimentari attuali e sulla qualità del cibo consumato, creando informazione sulle varie forme di malnutrizione, sul concetto di resistenza antimicrobica e sulla relazione tra disturbi sanitari e ambiente, per poi suggerire diete alimentari sane per l'uomo e per il pianeta. Nello scenario di connessione tra sistemi agroalimentari e sistemi sanitari si instaura anche l'Executive Master in Cibo e Salute presso l'Università degli Studi di Scienze Gastronomiche di Pollenzo, il quale si rivolge a professionisti mid-career del settore sanitario. Il corso è stato sviluppato per rispondere alla necessità di nuove competenze per i professionisti sanitari che operano nelle aree di cura e prevenzione, nelle quali gli stili alimentari hanno un'importanza fondamentale.

### **PRESUPPOSTI DI PARTENZA**

Fondata nel 1986 da Carlo Petrini (Fig. 33), Slow Food nasce come "movimento per la tutela e il diritto al piacere" e un manifesto d'intenti che pone l'associazione come antidoto alla vita "fast". Il punto di partenza è stato proprio il cibo, il piacere e la convivialità da esso garantite, la storia, la cultura e le tradizioni da esso veicolate.

---

<sup>23</sup> Per maggiori informazioni:  
[www.aemmedi.it](http://www.aemmedi.it)  
[www.adiitalia.org](http://www.adiitalia.org)  
[www.fadoi.org](http://www.fadoi.org)  
[www.slowmedicine.it](http://www.slowmedicine.it)

Il presupposto era pertanto sviluppare una nuova gastronomia che incentivasse una nuova agricoltura, in cui il concetto di sostenibilità fosse imprescindibile, in contrasto ai modelli già imperanti di produzione alimentare intensiva. In questo scenario il piacere, desiderava essere guida e motivazione alla tutela della biodiversità ambientale e culturale.

Lo sviluppo crescente di una nuova sensibilità ambientale ha in seguito nutrito i valori, le idee e i progetti di Slow Food, dando vita al concetto di *eco-gastronomia* (Petrini, 2005) e inaugurando una nuova prospettiva per il sistema di produzione alimentare.

### **CRITICITÀ E PUNTI DI FORZA**

Trattandosi di una realtà internazionale in vita da più di trent'anni, gli aspetti vincenti di Slow Food sono davvero numerosi. L'istituzionalizzazione di un movimento che chiede il ritorno a uno stile di vita e a una produzione più "slow" e sostenibile, non è affatto scontata. Ancora meno lo è la



Fig. 33 - Carlo Petrini, fondatore di Slow Food al Salone del Gusto della XII Edizione di Terra Madre.

capacità di essere centro attorno a cui gravitano centinaia di comunità del cibo nel mondo, catalizzatore di processi virtuosi all'insegna dell'etica, delle tradizioni, della sostenibilità. Dunque primo punto di forza tra tanti è certamente quello di aver innescato un'inversione di tendenza a livello globale attorno al tema del cibo e alla cultura alimentare più in genere. Con i suoi Presidi e le sue Comunità del Cibo, infatti, Slow Food non solo si occupa della tutela delle varietà colturali, delle tradizioni e dei saperi locali di differenti territori del mondo, ma si impegna a generare e nutrire una più solida relazione tra produttori agroalimentari e consumatori, partendo da iniziative educative atte a divulgare una maggiore consapevolezza alimentare e a innescare un processo di alfabetizzazione ecologica. Questo è stato senza dubbio possibile grazie alla stretta collaborazione e interazione tra figure specializzate e istituzionali che oscillano dal campo alimentare, a quello politico e sanitario. Individuare le criticità di Slow Food



Fig. 32 - Uno degli incontri di Terra Madre - Salone del Gusto 2018.

appare pertanto difficoltoso, essendo una realtà virtuosa molto ampia. Possiamo tuttavia affermare che l'accesso ai corsi di laurea da esso erogati non è alla portata di tutti, in quanto la retta annuale sfiora quote molto alte, le quali entrano in contrasto con la possibilità di una formazione in campo alimentare che sia realmente per tutti. È pur vero che la stessa formazione offerta segue un approccio che alterna esperienze pratiche e viaggi d'istruzione alle classiche lezioni teoriche, richiedendo pertanto delle spese maggiori rispetto alle tradizionali università pubbliche e/o private.

### ✓ ASPETTI POSITIVI

- Internazionalizzazione di una cultura alimentare 'slow'.
- Tutela delle varietà colturali, delle tradizioni e dei saperi locali.
- Generazione di relazioni tra produttori e consumatori
- Stretta collaborazione tra figure specializzate e istituzionali che oscillano dal campo alimentare, a quello politico e sanitario.
- Stimolo all'utilizzo di prodotti alimentari sani, tradizionali, sostenibili.
- Diffusione di maggiore consapevolezza alimentare
- Tutela della salute del consumatore e del pianeta.

### ! CRITICITÀ

- Formazione universitaria erogata con una retta annuale estremamente elevata, la quale limita le iscrizioni agli studenti con fascia di reddito medio-bassa.



**Nome I** Nourish. The future of food in health care

**Sede I** Toronto, Ontario, Canada.

[www.nourishhealthcare.ca](http://www.nourishhealthcare.ca)

## Obiettivi Principali



Produzione



Cura



Distribuzione e consegna



Educazione Guida



Interazione

## Canali



App Mobile



Web Site



Spazi Reali

## Livello di Sostenibilità

Sostenibilità Ambientale ●●●●●●●●●●

Sostenibilità Sociale ●●●●●●●●●●

Sostenibilità Economica ●●●●●●●●●●

## Attori Coinvolti



Produttori Alimentari



Medici



Cuochi



Politici



Designer

 Cittadino Attivo

 Cittadino Utente

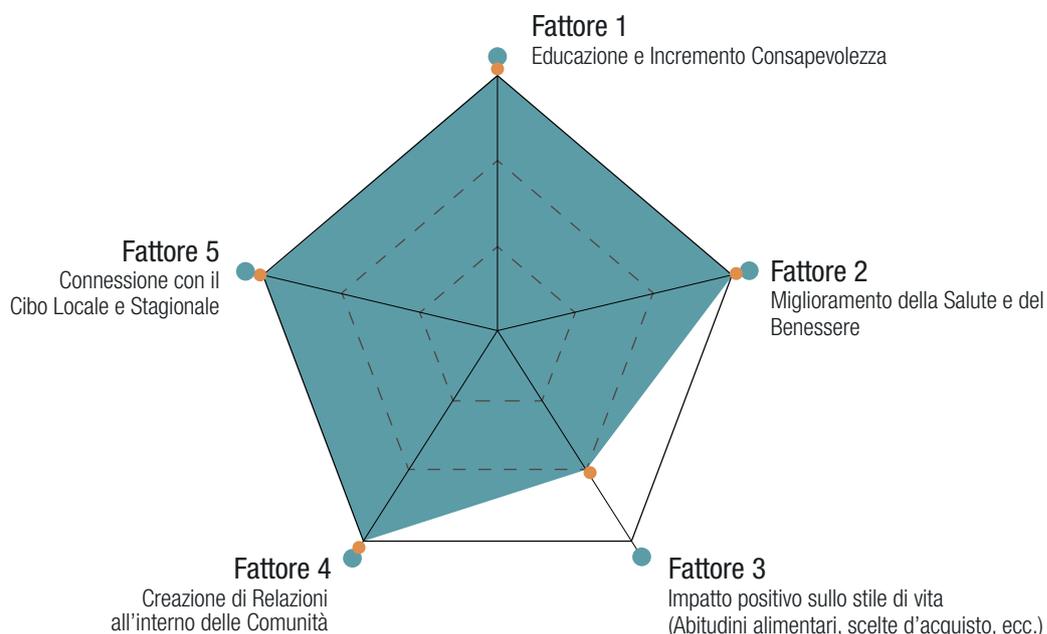




Fig. 34 - Food for Health Symposium 2019 (15-16 Maggio 2019)



## 2.6 IL CASO STUDIO CANADESE: NOURISH, THE FUTURE OF FOOD FOR HEALTHCARE.

All'interno di questo percorso di ricerca, Nourish è certamente il caso studio più complesso e significativo. Essendo una realtà davvero articolata, ha infatti richiesto un'analisi sul campo. Il suo studio è stato pertanto condotto in loco, ovvero nella città di Toronto (Ontario, Canada), sebbene il caso coinvolga numerose regioni canadesi. Tale analisi è stata condotta in un primo momento attraverso la partecipazione al *Food for Health Symposium 2019* (organizzato da Nourish nel Maggio 2019 a Toronto), all'interno del quale hanno preso parte tutti i partner e le realtà locali connesse ai temi del cibo e della salute (Fig. 34). In secondo luogo, attraverso la partecipazione al workshop "*New Tools For Sustainable Local Food Procurement: Values Into Practice*" (organizzato da Nourish nel Novembre 2019 presso Kingston, Ontario). In seguito, è stato condotto uno studio più esteso presso il *Design for Health Program* nell'*Ontario College of Art and Design University (OCAD-U)*, dove è stato possibile venire a contatto direttamente con Hayley Lapalme, Associate Director di Nourish, facilitatrice e systemic thinker e Cheryl Hsu, design researcher e strategic communications consultant.

### OBIETTIVI

Tra gli obiettivi di Nourish vi è la creazione di un futuro in cui il cibo tradizionale, locale, sostenibile sia considerato fondamentale per la salute e la guarigione non solo di specifici pazienti, ma anche del personale, della comunità allargata e delle generazioni future.

Nourish si basa su un programma di leadership progettato per una corte di innovatori che prendono specifiche decisioni circa l'approvvigionamento alimentare e la programmazione alimentare nelle organizzazioni sanitarie. Dunque tra gli obiettivi del caso studio canadese vi è il supporto di tali leader all'interno del loro lavoro, affinché il cibo locale tradizionale abbia un posto più centrale

all'interno dell'assistenza sanitaria. Infine, Nourish aspira alla creazione di un ambiente politico che supporti le iniziative di cibo per la salute e lavora per cambiare la narrativa dominante in una che valorizzi le interconnessioni tra il sistema alimentare e il sistema sanitario.

Nourish si basa sul lavoro di 25 innovatori istituzionali e cinque leve strategiche fondamentali<sup>24</sup>:

- il cibo per le politiche sanitarie,
- la definizione di menù sostenibili,
- la misurazione dell'esperienza alimentare del paziente,
- la ri-valorizzazione del cibo tradizionale delle popolazioni indigene.
- l'approvvigionamento alimentare sostenibile.

L'approccio utilizzato è un approccio teorico-intellettuale che segue tre fasi fondamentali quali la comprensione dell'impatto positivo e negativo che il cibo ha sulla salute, l'indagine della disconnessione presente tra il concetto di cibo e quello di salute allo stato attuale e il rafforzamento delle connessioni esistenti o la creazione di quelle assenti tra i alimentari e sanitari. Tale tipo di approccio teorico-intellettuale è supportato da un ulteriore e essenziale approccio progettuale basato sulla pianificazione di strategie pratiche e di politiche mirate per la diffusione di una cultura alimentare che nutra, di catene alimentari più sostenibili, di iniziative per il benessere dei pazienti e dei cittadini in genere. Il fine ultimo è un'influenza costruttiva su credenze errate, sulla routine, sui flussi di risorse in entrata e in uscita nei sistemi alimentari e sanitari, per la creazione di comportamenti alimentari sani dal punto di vista del consumo, ma anche della produzione.

---

<sup>24</sup>Per maggiori informazioni:  
[www.nourishhealthcare.ca](http://www.nourishhealthcare.ca)

## LE 5 LEVE STRATEGICHE DI NOURISH nel 2019

### CIBO PER LE POLITICHE SANITARIE *Food For Health Policy*

La prima leva strategica di Nourish si basa su un processo preciso che prevede la revisione dei processi di approvvigionamento attuali delle istituzioni pubbliche sanitarie, dando priorità agli approvvigionamenti locali e sostenibili. L'obiettivo è quello di modificare le pratiche alimentari insalubri e ad alto impatto a partire dagli acquisti, dalla progettazione dei menù sino ad arrivare al consumo. Solo in questo modo sarà possibile il miglioramento dell'esperienza del pasto del paziente e la generazione di un impatto positivo sul percorso di guarigione. All'interno di questo processo il cibo diviene parte integrante del concetto di cura e contribuisce all'evoluzione dei progressi dell'individuo malato.

### DEFINIZIONE DI MENÙ SOSTENIBILI *Sustainable Menu*

Questa seconda leva strategica mira a guidare l'industria dei servizi alimentari per le istituzioni sanitarie alla pianificazione di menù sostenibili. Partendo dal presupposto che un menù sano e completo sia composto da una sufficiente varietà degli alimenti, da una buona qualità nutrizionale e da un costo equilibrato, il punto di partenza di tale leva resta comunque la comprensione delle esigenze degli utenti/residenti. Solo dopo tale indispensabile individuazione, procede con la selezione degli alimenti, con la classificazione di questi in termini di sostenibilità e infine con la progettazione dei menù, valutando il contenuto dei pasti.

### MISURAZIONE DELL'ESPERIENZA ALIMENTARE DEL PAZIENTE *Measuring Patient Food Experience*

Il primo punto di partenza della terza leva strategica è la comprensione dell'esperienza alimentare del paziente, al fine di svolgerne una misurazione in termini di soddisfazione, criticità e aspettative. Lo scopo è ovviamente il miglioramento di tale esperienza alimentare, offrendo alimenti sani, freschi e allo stesso tempo gustosi e gradevoli, scardinando l'idea del pasto ospedaliero come un pasto di cattivo gusto.

### RI-VALORIZZAZIONE DEL CIBO TRADIZIONALE INDIGENO *Indigenous Foodways*

La quarta leva strategica identifica il cibo come mezzo di decolonizzazione e riconciliazione con le popolazioni indigene. Il difficile accesso da parte degli indigeni ai loro cibi tradizionali all'interno delle istituzioni sanitarie è una forma di negazione della loro cultura. Dunque tale leva strategica desidera guidare a un programma alimentare tradizionale le organizzazioni sanitarie canadesi, partendo dal cibo come strumento di sostegno e difesa delle comunità indigene locali. Essa fornisce un toolkit finalizzato a evitare e superare gli ostacoli politici, a guidare all'adozione di pratiche idonee per questa specifica produzione alimentare e per lo stoccaggio e la tracciabilità di prodotti alimentari non ispezionati.

## APPROVVIGIONAMENTO ALIMENTARE SOSTENIBILE

*Procurement Values-Based*

L'obiettivo della quinta leva strategica è quello di generare un'assistenza sanitaria che crei salute e ricchezza nelle comunità. I processi di approvvigionamento alimentare attuali sono in genere basati su costi molto bassi. Questo conduce necessariamente a una limitazione degli acquisti alimentari sani e sostenibili e alla produzione di pasti insalubri e di cattiva qualità nei servizi di ristorazione.

Dunque questa leva strategica ha visto l'attuazione di uno specifico progetto basato sull'analisi di 30 Servizi Alimentari, 10 Politiche Alimentari e 30 Articoli Accademici, al fine di identificare gli elementi più rilevanti per la progettazione di un modello provinciale e nazionale, approvato dai ministeri e finalizzato al miglioramento della salute dei residenti e dei pazienti.

## LE NUOVE LEVE STRATEGICHE del 2020



### NOURISH

**The future of food  
in health care.**

Le leve strategiche presentate fanno riferimento all'anno 2019, periodo in cui il caso studio è stato analizzato. Negli ultimi mesi del 2020 l'organizzazione Nourish - The future of Food in Healthcare ha aggiornato il proprio programma elaborando sei nuove leve strategiche che inglobano le precedenti, con un sostanziale ampliamento. Tali leve, chiamate nello specifico "*Food for Health Levers*"<sup>25</sup> sono definite una risorsa che sintetizza i potenti modi in cui è possibile influire positivamente sul clima, sull'equità e sul benessere delle comunità, attraverso il cibo nell'assistenza sanitaria.

Le nuove leve strategiche 2020 di Nourish sono:

- l'identificazione del cibo come medicina;
- la creazione di hub alimentari per l'assistenza sanitaria;
- l'incoraggiamento di acquisti sostenibili;
- la promozione di menù salutari a livello planetario
- la costruzione di una leadership per la salute planetaria
- l'ottimizzazione dell'esperienza alimentare dei pazienti e del personale.

<sup>25</sup> Per maggiori informazioni:  
[www.nourishhealthcare.ca/nourish-levers](http://www.nourishhealthcare.ca/nourish-levers)

## INTERVISTA A HAYLEY LAPALME

Associate Director, Nourish  
Toronto (Ontario, Canada)



### Background:

Systemic Design  
Adult Education

Hayley è una systemic thinker e un facilitatrice che ha speso diversi anni lavorando con le istituzioni pubbliche su percorsi intraprendibili verso futuri più sostenibili. Ha progettato e guidato il programma di leadership nazionale 2016-2019 di Nourish e in precedenza ha avviato il programma di tutoraggio di *My Sustainable Canada*<sup>26</sup> sugli appalti pubblici. Inoltre, ha lavorato come coordinatrice di agricoltori, trasformatori e acquirenti pubblici in tutto il Canada. Attualmente intreccia e progetta collaborazioni che ricostruiscono connessioni con la terra e la salute.

Quali sono le origini di Nourish? Qual era il suo programma in principio e come è stato sviluppato?

“Mi piace raccontare la storia di Nourish in questo modo: Nourish si sviluppa dall’incontro di due fiumi. Il primo fiume è stato un lavoro che stavo conducendo in Ontario con la mia amica e mentore Wendy Smith, sostenendo le istituzioni pubbliche dell’Ontario in un programma di

tutoraggio per acquistare più cibo sostenibile locale. Tali istituzioni, lavorando come ‘community of practice’, ospedali, case di cura a lungo termine, università e college, hanno sviluppato la loro pratica di amministrazione istituzionale all’interno dei sistemi alimentari. (Inizialmente abbiamo deciso di chiamare questo primordiale progetto ‘3P Mentorship Program’ per il ‘Public Purse Procurement Mentorship Program’). Il secondo fiume, invece, è stato il lavoro condotto dalla *McConnell Foundation* in collaborazione con *Food Secure Canada*, la quale concedeva sovvenzioni a livello nazionale a istituzioni che lavoravano individualmente su appalti più sostenibili. Al termine di ambedue i programmi, stavo cercando finanziamenti per continuare il 3P Mentorship Program, mentre il pensiero di McConnell Foundation si stava evolvendo progressivamente. Così, essa mi ha assunto per lavorare con Beth Hunter, il direttore del programma e Jennifer Reynolds, la partner Food Secure Canada, al fine di sviluppare quello che sarebbe stato divenuto Nourish. Abbiamo preso lezioni da ciascuna delle nostre storie per sviluppare una comunità nazionale di pratica incentrata specificamente sull’assistenza sanitaria”.

Quali sono state le caratteristiche uniche della regione dell’Ontario (Canada) e delle istituzioni coinvolte che hanno reso possibile lo sviluppo del programma?

“Le istituzioni coinvolte all’interno del ‘3P Mentorship Program’ erano tutte all’interno della regione dell’Ontario. Questo significava che l’acquisto di ogni acquirente istituzionale era guidato dalla stessa direttiva provinciale sugli appalti del settore pubblico.

<sup>26</sup> Per maggiori informazioni:  
[www.sustainontario.com](http://www.sustainontario.com)

[www.foodandfarming.ca/sustainable-food-purchasing-in-public-institutions-the-3p-mentorship-program/](http://www.foodandfarming.ca/sustainable-food-purchasing-in-public-institutions-the-3p-mentorship-program/)  
[www.foodsecurecanada.org/](http://www.foodsecurecanada.org/)

Tutti gli acquirenti compravano dallo stesso sistema alimentare istituzionale e utilizzavano gli stessi tre grandi distributori o società di servizi di ristorazione. All'interno di Nourish, che è nazionale, il contesto politico varia invece in base alla provincia o al territorio. Tuttavia, gli acquirenti stanno ancora attingendo dallo stesso sistema alimentare istituzionale in gran parte fornito dalle stesse organizzazioni di acquisto e dai distributori di linea *Sysco* e *Gordon Food Service*".

Quali sono gli attori e gli stakeholder più significativi coinvolti nel sistema sociale di Nourish? Come interagiscono nella co-produzione dei sistemi alimentari per comunità e istituzioni sane?

"Nourish enfatizza il ruolo di coloro che negli ospedali progettano menù e acquistano cibo. Si tratta di un intervento che tenta di sfruttare gli appalti pubblici alimentari per sostenere il benessere dei pazienti e del pianeta. I responsabili politici svolgono un ruolo significativo nel plasmare l'ambiente politico che determina le modalità di acquisto delle istituzioni. I distributori influenzano ciò che è disponibile per il servizio pubblico. E i paradigmi sociali sul valore del cibo sono forze potenti che modellano il modo in cui compriamo, cosa compriamo e quanto siamo disposti a spendere<sup>27</sup>".

Quali sfide sono state affrontate nell'organizzazione delle comunità di pratica che supportano Nourish? Quanto tempo ci è voluto per costruire l'idea iniziale e cosa ti ha aiutato a fare dei progressi lungo il percorso?

"Abbiamo speso circa 6 mesi per la progettazione del programma e altri 6 mesi per la fase di reclutamento, la quale è stata fondamentale per

cercare supporto per la nostra agenda e identificare le organizzazioni leader. Il nostro obiettivo era lavorare con i volontari. Abbiamo fatto molte assunzioni individuali perchè l'idea di Nourish potesse diffondersi e abbiamo riscontrato un'elevata consapevolezza circa il potere e il valore del cibo all'interno delle istituzioni pubbliche. Allo stesso tempo è emersa anche l'assenza di un potere sistemico. Ad esempio, le persone addette alla progettazione di menù e approvvigionamenti erano estremamente abituate a essere invitate a fare di più con meno. Per questa ragione erano davvero sorprese e felici di conoscere una realtà che le avrebbe aiutate a elevare il ruolo del cibo nelle loro organizzazioni. Trovare il supporto di diversi CEO sponsor o di dirigenti senior e una quota che oscillava tra i \$ 3.000 e i \$ 5.000 per partecipare, è stato più complicato per alcuni rispetto ad altri, ma alla fine abbiamo dovuto allontanare alcuni candidati".

Qual è la teoria del cambiamento o la logica del successo per il programma e la piattaforma Nourish?

"La teoria del cambiamento di Nourish è suddivisibile in quattro punti:

1. creare domanda (programma di leadership Innovator);
2. aumentare l'offerta;
3. generare una politica di influenza;
4. cambiare la narrazione attraverso la narrazione, le collaborazioni, la ricerca e altre comunicazioni strategiche.

Questa teoria è stata rappresentata attraverso una specifica immagine (Fig. 35)."

<sup>27</sup>Haylay Lapalme ha parlato di tale questione all'interno del Relating Systems Thinking and Design (RSD4) 2015 Symposium, Banff, Canada, September 1-3, 2015.

Per maggiori informazioni è possibile consultare il sito: [www.systemic-design.net/rsd-symposia/rsd4-proceedings/rsd4-public-value/](http://www.systemic-design.net/rsd-symposia/rsd4-proceedings/rsd4-public-value/)

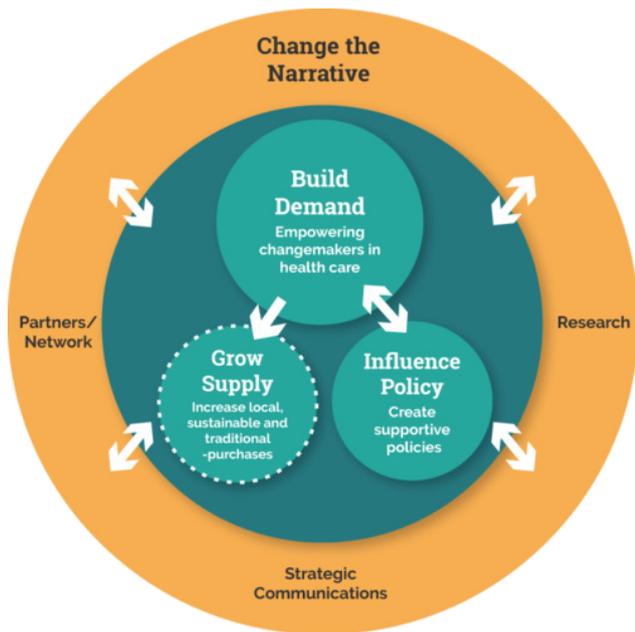


Fig. 35 - Theory of Change - Nourish.  
Credits: www.nourishhealthcare.ca

Quali sono le sfide affrontate nella creazione di un modello di business che sostenga il programma Nourish? Cosa consiglieresti alle persone di un altro paese che tentano di fare qualcosa di simile nelle loro istituzioni?

“Comincerei con il capire dove c’è un’opportunità strategica per sbloccare il tema del cibo nelle istituzioni e individuare chi sta già pensando a questo. Per esempio, Nourish ha iniziato a lavorare con il servizio di ristorazione e gli addetti agli acquisti poichè essi avevano già compreso il valore del cibo e avevano già una visione su come il servizio sarebbe potuto essere migliorato. Anche gli amministratori delegati e i responsabili politici sono delle figure cardine se si ha la volontà di apportare un cambiamento reale.”

Creare e sostenere relazioni può essere un processo complesso. Come coltivate le relazioni tra i vostri partner e come mantenete gli stakeholder allo stesso tavolo?

“Onestamente dedico molto tempo alle relazioni. È fondamentale avere qualcuno che sia il volto della comunità, che intrecci sempre persone e idee. Lavoro duramente anche per incoraggiare gli innovatori di Nourish ad assumere ruoli di leadership e auto-organizzazione e questo aiuta molto a rendere le cose più sostenibili.”

Qual è il ruolo del design, in particolare del design sistemico, in Nourish? In che modo sono progettati processi e offerte?

“Sì, considererei Nourish propriamente un intervento di progettazione sistemica”. Tuttavia, Nourish attinge anche dall’educazione degli adulti, dalla saggezza indigena, dall’apprendimento dalla terra e dal cambiamento dei sistemi basati sulla consapevolezza. Dedichiamo molto tempo alla comprensione dei sistemi attraverso viaggi di apprendimento e un confronto costante con gli attori presenti all’interno dei sistemi alimentari e sanitari, alla mappatura dei problemi e alla prototipazione di soluzioni.

La spina dorsale della corte di Nourish è ciò che noi chiamiamo “Wayfinding Map”. Ho progettato questo strumento che sintetizza gli aspetti del business canvas model e i vari strumenti di definizione degli obiettivi, al fine di aiutare gli innovatori a riportare una strategia dalla loro visione del futuro del cibo, agli obiettivi del presente . E sono felice di condividere questo”.

## CRITICITÀ E PUNTI DI FORZA

Come già anticipato, il caso studio Nourish - The Future of Food in Healthcare è quello apparso più completo, seppur nella sua complessità, nella lista dei casi studio raccolti. Al suo interno il concetto di utenza si espande: si coinvolge l'individuo malato e il personale sanitario, sino all'intera comunità, in ottica di ripercussioni positive sulle generazioni attuali e future.

Certamente tra gli aspetti vincenti di un progetto così completo vi è la stretta collaborazione tra figure specializzate e istituzionali che oscillano dal campo del design, del pensiero sistemico, a quello sanitario e agroalimentare, sino a raggiungere il piano politico.

Dalla ricerca svolta è evidente come, allo stato attuale, questo tipo di interazione è spesso assente, pertanto gli obiettivi di numerose realtà non riescono a raggiungere il lungo periodo o abbracciare una visione allargata.

In Europa, ad esempio, esistono molti casi studio sviluppati per avvicinare le persone al tema del benessere psico-fisico attraverso il cibo. Tuttavia, la maggior parte di essi raramente collabora con team di professionisti appartenenti ad aree di ricerca differenti. In più, il raggiungimento del piano politico, che per molti altri casi è una sfida o addirittura un elemento non contemplato, nel caso canadese ha permesso una maggiore fattibilità del progetto e la possibilità concreta di avere delle ripercussioni positive su ampio raggio e sul lungo periodo.

Aspetto molto interessante è poi la scelta di inserire all'interno delle leve strategiche che guidano il progetto, quella della valorizzazione e riscoperta del cibo indigeno locale, sinonimo di cibo tipico per un territorio come il Canada in cui le grandi metropoli hanno perso progressivamente le connessioni con il cibo locale, abbracciando modelli di consumo insostenibili e ad alto impatto.

La scelta di re-introdurre il valore del cibo indigeno descrive quanto il cibo rappresenti un elemento integrante di una data cultura e quanto la sua negazione possa essere un elemento di

frattura con essa.

Tale riflessione è estremamente importante, in quanto molto spesso quando si parla di cibo sano, si tende ad abbracciare tendenze e consumi anche molto distanti dalla nostra cultura. Lo testimonia ad esempio il caso studio italiano DIANA 5, analizzato in precedenza, il quale adopera l'utilizzo di prodotti alimentari medio-orientali.

Dunque al momento Nourish appare il caso più completo. Inoltre, forse a causa della sua estrema ampiezza, non sono emersi punti di debolezza. Al contrario, potrebbe rappresentare un modello in grado di influenzare i decision maker di altri territori del globo nell'elaborazione di politiche alimentari e sanitarie locali e nella gestione dell'assistenza sanitaria.



### ASPETTI POSITIVI

- Stretta collaborazione tra figure specializzate e istituzionali che oscillano dal campo del design a quello sanitario e agroalimentare.
- Coinvolgimento del piano politico.
- Stimolo all'utilizzo di prodotti alimentari sani, tradizionali, sostenibili.
- Generazione di un livello di consapevolezza complessivo e modifica di abitudini alimentari errate.
- Migliore stato di salute di pazienti e operatori sanitari.
- Valorizzazione del cibo indigeno tradizionale.

## 2.7 ALTRE REALTÀ OPERATIVE NEL SETTORE ALIMENTARE E SANITARIO TRA ECONOMIA SOLIDALE E POLITICA

I casi studio analizzati rappresentano solo una parte delle realtà indipendenti che affrontano la dicotomia cibo-salute, tuttavia è bene ammettere che esistono realtà in cui tali casi coinvolgono il piano politico, contribuendo a quelle che oggi sono chiamate *food policies*, sebbene nelle loro differenti accezioni, o ancora *strategie urbane per il cibo*. Si tratta dunque di incroci di percorsi istituzionali e non istituzionali che coinvolgono il piano della politica generando degli strumenti di governance utili a connerre attori e temi connessi al cibo, tra cui la sanità, definendo obiettivi e spazi di intervento (Calori & Magarini, 2015).

Un buon esempio è il caso studio Nourish appena analizzato, oppure il caso italiano rappresentato dal *Milan Food Policy Pact*<sup>28</sup> (MUFPP) sviluppato nel 2015 dal Comune di Milano (Italia).

Il MUFPP è una realtà che supera i confini nazionali italiani, rappresentando un accordo tra le città che in tutto il mondo si stanno impegnando a sviluppare sistemi alimentari sostenibili e resilienti in grado di fornire cibo sano e a prezzo accessibile a tutti i cittadini e a minimizzare gli sprechi, preservando la biodiversità. Tra le strategie d'azione vi è la promozione della cooperazione tra 138 diverse realtà urbane del mondo (tra cui 18 italiane) e lo scambio di pratiche e saperi (Calori, Dansero, Pettenati and Toldo, 2017). In questi scenari di carattere internazionale, che non guardano unicamente alla connessione tra cibo e salute, ma a tutte le relazioni che il cibo stringe con altre componenti territoriali, non è assente l'operato di piccole realtà indipendenti come quelle dei *Gruppi d'Acquisto* (GA) e dei *Distretti di Economia Solidale* (DES) atti a mettere in circolo pratiche sostenibili e di qualità di produzione e consumo alimentare.

---

<sup>28</sup> Per maggiori informazioni, consultare: [www.milanurbanfoodpolicypact.org](http://www.milanurbanfoodpolicypact.org)

### I GRUPPI DI ACQUISTO

Con Gruppo di Acquisto si intende un team di consumatori che si auto-organizza al fine di acquistare un determinato tipo di merce (generalmente alimentare o di uso comune) direttamente dal produttore, superando la figura di intermediari, distributori e punti vendita. Ogni gruppo sceglie, sulla base dei propri valori, i criteri su cui fondare le proprie scelte d'acquisto. Generalmente, una volta raccolte le liste dei prodotti desiderati, si procede con l'effettuazione di un ordine collettivo. La merce verrà in seguito consegnata in punti di raccolta predefiniti, dove l'acquirente può procedere con il ritiro e il pagamento dell'ordine. Vi sono differenti tipologie di Gruppi di Acquisto:

- **GAS – GRUPPO DI ACQUISTO SOLIDALE**

I gruppi di acquisto solidale sono gruppi di consumatori guidati da un approccio critico al consumo. Nelle loro scelte d'acquisto di prodotti alimentari o di largo consumo, essi agiscono secondo principi di sostenibilità, equità e solidarietà, ricercando il legame con la comunità locale e il territorio (Osservatorio CORES, 2013). È per tale ragione che prediligono prodotti locali, prevalentemente biologici, con packaging generalmente riutilizzabili. Tali gruppi d'acquisto selezionano fornitori caratterizzati da un profilo onesto, dignitoso, rispettoso dell'ambiente e dell'essere umano, sia esso consumatore o lavoratore. Partendo da questo presupposto, è necessario dunque che tutti i membri del gruppo, compresi fornitori e produttori, si identifichino negli stessi valori. Allo stato attuale, i gruppi d'acquisto solidale si strutturano secondo diverse modalità: possiamo citare associazioni riconosciute, gruppi informali, cooperative di botteghe e produttori e persino interi distretti.

A seconda dell'ampiezza del gruppo e del territorio in cui esso è sito, l'organizzazione degli acquisti tende a modificarsi, anche se, attualmente l'utilizzo di applicazioni e piattaforme online ad hoc facilita la comunicazione tra i soci e la gestione di scelte e acquisti collettivi. È possibile affermare che gli obiettivi di un gruppo di acquisto solidale generalmente sono: la promozione di prodotti locali, la riduzione dell'impatto di trasporto e imballaggio, il supporto alle attività di piccoli produttori, la diffusione del consumo di prodotti biologici, ecologici, ecocompatibili.

- **GAC – GRUPPO DI ACQUISTO COLLETTIVO**

Rispetto ai gruppi d'acquisto solidale, in questa realtà i consumatori si riferiscono a un soggetto mediatore che propone una propria lista di produttori, selezionati sulla base di specifici principi e caratteristiche, che devono essere condivisi dai singoli membri e che possono variare di gruppo in gruppo.

- **DES – DISTRETTI DI ECONOMIA SOLIDALE**

I Distretti di Economia Solidale sono realtà territoriali che perseguono la realizzazione dei principi di sostenibilità, cooperazione, reciprocità e valorizzazione del territorio, attraverso la partecipazione attiva dei soggetti coinvolti (Grasseni, 2013).

In tali realtà, i membri si aiutano vicendevolmente al fine di soddisfare differenti necessità tra cui quelle di vendita e acquisto, ma anche quelle di scambio e cessione. L'obiettivo è l'attivazione di vere e proprie filiere di consumo, realtà produttive e distributive e possibilità di inserimento lavorativo. Per tale ragione frequentemente un Distretto di Economia Solidale ingloba differenti Gruppi d'Acquisto Solidale, allargandosi a realtà territoriali appartenenti anche a province diverse.

Il fine ultimo di questa tipologia di distretti è la generazione di un'economia fondata sulle relazioni tra gli attori coinvolti, sulla tutela di territori e delle comunità, su un'equa e sostenibile

ripartizione delle risorse. Quando un Distretto di Economia Solidale acquisisce un'ampiezza considerevole, allora può prendere il nome di *Rete di Economia Solidale* (Tavolo per la Rete italiana di economia solidale, 2010). Tutti i DES fanno capo a una struttura nazionale di coordinamento chiamata appunto *Tavolo RES*, il quale a sua volta si riferisce alla *Rete Intercontinentale per la Promozione dell'Economia Sociale e Solidale*. (RIPESS Europa)<sup>29</sup>.

Nel settore alimentare queste piccole realtà auto-organizzate rappresentano una forma di economia alternativa, non più mossa dal profitto, bensì dal desiderio di sostenere comunità e territori, innescando meccanismi di generatività virtuosa. Inoltre, come già accennato, esse permettono la diffusione di modelli di produzione e consumo alternativi, spesso più salubri e sostenibili, oltre che inclini alle reali esigenze dei consumatori.

---

<sup>29</sup> Per maggiori informazioni, consultare: [www.ripest.org](http://www.ripest.org)

## 2.8 LA DISCONNESSIONE EMERGENTE E LA NECESSITÀ DI UN'AZIONE SISTEMICA

Il duplice scenario alimentare e sanitario descritto nei paragrafi precedenti rappresenta una questione globale intrinsecamente complessa e dalla difficile gestione. Allo stato attuale esso è affrontato da rari casi nazionali e internazionali, non sempre in maniera diretta. Numerosi sono invece i casi strettamente connessi al mondo del cibo che stanno tentando di divulgare l'importanza di sistemi agro-alimentari sostenibili per la salute del pianeta e dell'essere umano. Sul piano sanitario, invece, la dicotomia cibo-salute è affrontata paradossalmente con meno costanza e intensità, a eccezione del settore della *Medicina Integrativa*<sup>30</sup> (Rakel, 2017) o da professionisti sanitari quali biologi, patologi e oncologi che conducono studi indipendenti<sup>31</sup>, la cui divulgazione raggiunge sporadicamente la comunità dei consumatori, i quali tendono a rimanere vittime di un sistema agroalimentare fallimentare. Tuttavia, è bene ammettere che tra gli anni '80 e '90, il tema del consumo alimentare relativo allo stato di salute di una specifica popolazione ha visto una crescita considerevole, in particolare negli ambienti urbani nordamericani, come il Canada e gli Stati Uniti, i quali sono stati i primi Paesi a sviluppare politiche alimentari volte a migliorare lo stile di vita dei cittadini, a partire dalle loro condizioni di salute. In altri Paesi del mondo, infatti, il rap-

porto tra cibo e città cambia a seconda delle condizioni sociali, economiche e ambientali: in numerose regioni dell'Africa, dell'America Latina e dell'Asia per esempio, la priorità è il raggiungimento di uno sviluppo economico locale che garantisca uno stato di sicurezza alimentare a ogni cittadino, mentre in Europa, il tema principale emergente è quello dell'equità dei mercati, della relazione tra produttore e consumatore, dell'elaborazione di politiche urbane alimentari che tengano conto della sostenibilità urbana (Calori and Magarini, 2015).

Da questa brevissima visione globale del rapporto tra cibo e città (Fig. 36), è possibile notare come il concetto di salute pubblica sia stato raramente connesso a quello della diffusione di cibo sano. Per tale ragione, è possibile notare come non sia ancora stata sostenuta una ricerca non frammentata, unitaria e globale che affronti la progettazione e la gestione congiunta di sistemi sanitari e reti alimentari, a eccezione dei rari casi americani precedentemente citati dove la diffusione dell'obesità e del diabete, connessa a modelli di consumo ad alto impatto, richiede necessariamente delle politiche sanitarie mirate.

Dagli anni '30 l'industria chimica ha controllato e influenzato la ricerca sulla tossicità di alcuni prodotti quali pesticidi e additivi utilizzati nel settore alimentare, manipolando la veridicità dei risultati scientifici ottenuti a seguito di numerose sperimentazioni (Robin, 2012): questo fenomeno in rapida crescita ha consentito soglie più elevate di DGA (Dose Giornaliera Accettabile), la legittimazione di nuove sostanze pericolose all'interno delle reti alimentari e la complicità dei sistemi sanitari.

Ripartire dalla progettazione dei servizi socio-sanitari può essere dunque un'ottima possibilità di cambiamento e tutela, a patto che, come affer-

<sup>30</sup> Nata intorno agli anni '40 e diffusa negli anni '70 da medici, biologi, psicologi, scienziati e persino suore, la Medicina Integrativa considera il paziente nella sua globalità all'interno dell'atto diagnostico (che precede i passaggi terapeutici).

Ciò significa che il paziente viene interpretato come una singola entità malata e non connotata da singoli disturbi disconnessi. Precedentemente nota come Medicina Olistica o Medicina Alternativa, persegue una visione unitaria dell'organismo umano, opposta a quella della medicina ufficiale.

<sup>31</sup> Una realtà esemplare che conduce studi indipendenti circa la tossicità e la cancerogenicità di alcuni composti chimici usati nell'industria alimentare è l'Istituto Ramazzini (Bentivoglio, Bologna, Italia). Per maggiori informazioni, consultare: [www.ramazzini.org](http://www.ramazzini.org)

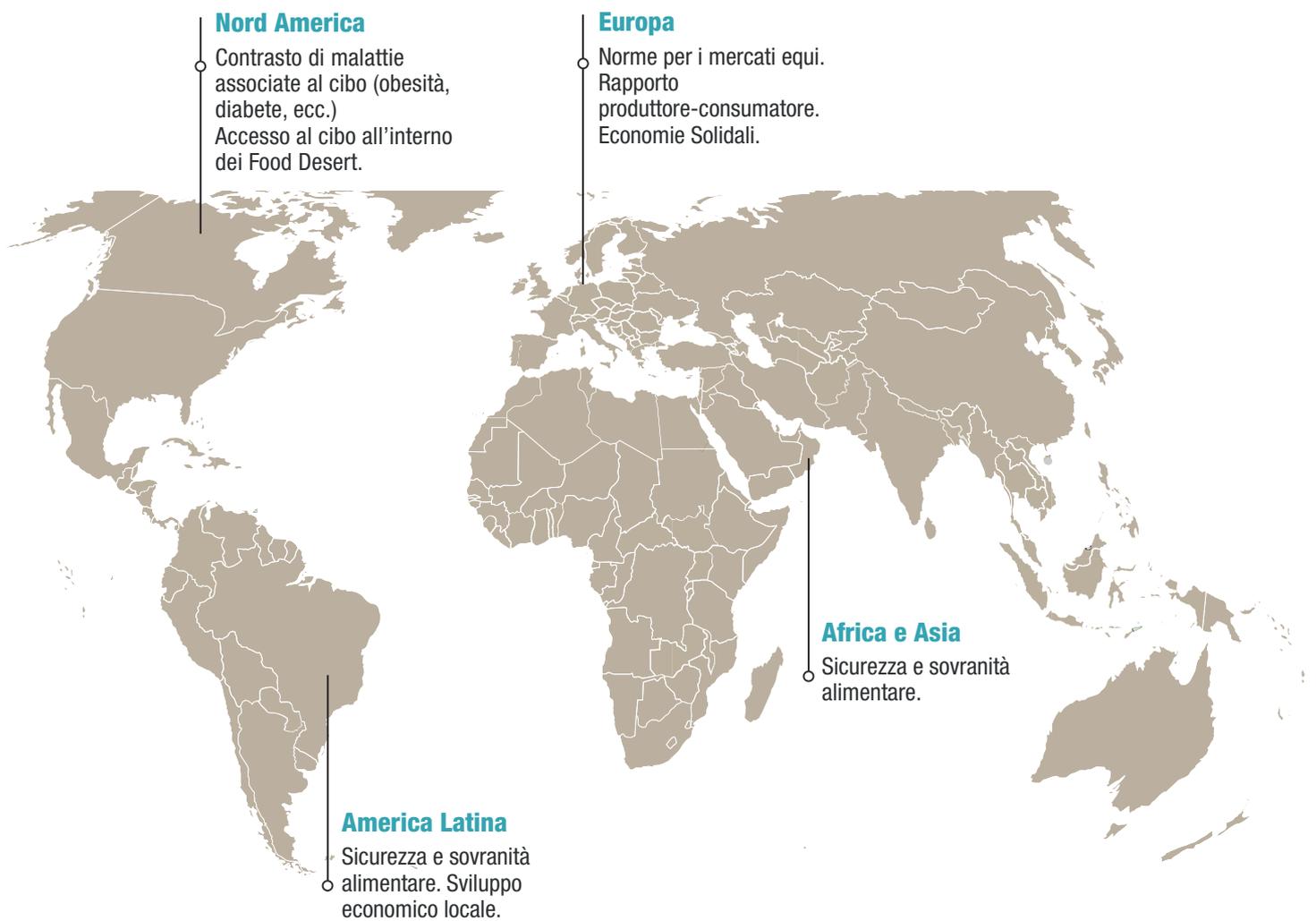


Fig. 36 -Declinazione del rapporto tra Cibo e Città nei diversi contesti geografici. (Calori & Magarini, 2015)

mato nel libro *Vita e Natura: una visione sistemica*<sup>32</sup> (Capra & Luisi, 1997), si agisca simultaneamente su differenti fronti:

- In primo luogo deve essere considerata la collaborazione con professionisti strettamente legati al campo biologico e medico e con strutture sanitarie pubbliche e private: il medico dovrebbe mantenere il suo ruolo di tutor, ricostruendolo con maggiore consapevolezza e tenendo conto dei legami tra malattie, ambiente, stili di vita e abitudini alimentari. Questa visione più ampia e completa implica un ascolto attento del paziente all'interno del percorso di cura. Ascoltare significa ripercorrere il passato e il presente dell'individuo, perseguire un'analisi

dell'ambiente sociale e naturale in cui vive, approfondire i suoi disturbi, le abitudini alimentari, lo stile di vita, il rapporto con il cibo e con le persone, i luoghi in cui trascorre il suo tempo e in cui subisce potenziali esposizioni. Questa è un'indagine completa, la quale dovrebbe essere la base di qualsiasi progetto sistemico per la sanità: un prodotto, un servizio o una strategia. A sostegno di questa analisi deve quindi esserci una concezione unitaria dell'organismo umano come sistema di organi strettamente interconnessi, che interagisce con l'ambiente naturale e sociale.

- In secondo luogo, è di grande importanza l'interazione con i pazienti e le persone meno

consapevoli, affinché possa essere messo in atto un sistema di prevenzione e precauzione, esteso anche a coloro che non sono affetti da alcuna malattia, ma che cercano uno stato di salute equilibrato. Ciò implica un programma di educazione sanitaria, al fine di portare il consumatore a comprendere come le abitudini alimentari influenzano il suo stato di salute, aiutandolo a discernere la disinformazione e la pubblicità di prodotti e stili di vita malsani.

- Infine, il terzo fattore è il coinvolgimento attivo dei produttori alimentari, affinché possano orientarsi verso una produzione priva di contaminanti chimici, che segua la stagionalità e che favorisca la produzione di varietà agricole locali. Fondamentale è anche l'adozione di certificazioni ed etichette riconosciute per assicurare, informare e guidare gli utenti verso un consumo consapevole.

Tali direzioni oggi non sono ancora state intraprese in maniera estesa, sebbene risultino di fondamentale importanza per la tutela della salute pubblica, all'interno del quale urge un cambio di paradigma immediato. È forse dal settore sanitario che dovrebbe innescarsi una vera e propria rivoluzione (che coinvolga i sistemi alimentari) alla pari di quella del XIX secolo, la quale aveva permesso di combattere le malattie infettive migliorando la qualità dell'acqua, dell'igiene, dell'istruzione, ma che consideri un fattore aggiuntivo, ovvero quello delle costanti esposizioni chimiche di cui l'uomo è vittima (e artefice allo stesso tempo).

---

<sup>32</sup> Nel libro *"Vita e Natura, una visione sistemica"* (Capra and Luisi, 1997), gli autori affermano che un Servizio Sanitario Sociale prevede sia l'integrazione dei programmi di educazione sanitaria che delle politiche sanitarie. Nel primo caso, gli obiettivi sono aumentare il livello di consapevolezza delle persone sul legame tra salute, ambiente e stile di vita e incoraggiare le aziende responsabili dei costi sanitari coinvolti nei loro processi produttivi. D'altra parte, le Politiche Sanitarie prevedono la produzione di alimenti nutrienti e privi di sostanze chimiche, politiche sociali che migliorino il livello economico ed educativo e tasse sanitarie per i produttori che mettono in pericolo la salute dei cittadini.

Una rivoluzione che parta dall'istruzione e dalla formazione e che punti a più elevati livelli di alfabetizzazione ecologica, perché il sapere possa divenire davvero potere e reale possibilità di autotutela.

Tuttavia se la ricerca, i sistemi politici locali e ancora quelli globali sembrano andare a rilento in questo processo decisionale così importante, allora il cambio di paradigma precedentemente citato può svilupparsi partendo dal basso, ovvero all'interno delle comunità di cittadini e di professionisti locali. Anche il progettista sistemico ha una responsabilità in questo senso non solo come elaboratore di una strategia di azione sostenibile che includa necessariamente un rovesciamento dell'approccio alle malattie croniche e alla produzione/consumo di cibo attraverso il dialogo tra più discipline, ma soprattutto come attivatore di relazioni.

Difatti, in uno scenario multidisciplinare che coinvolge discipline sanitarie, ambientali, agroalimentari, politiche e antropologiche, i progettisti sistemici possono co-progettare network virtuosi di relazioni, di cui cittadini sani e malati ne sono parte attiva.

A tal proposito, nel capitolo successivo sarà descritto il progetto *"Cibo, Comunità, Salute"* sviluppato all'interno di quest'opera, all'interno del quale è stato elaborato un percorso di interazione tra la disciplina del design sistemico, le discipline agroalimentari e quelle sanitarie, attraverso la progettazione di un sistema di comunicazione territoriale che possa innescare la generazione di un network virtuoso di relazioni atto a contribuire al benessere della comunità locale.

## CAPITOLO 3

---



# IL PROGETTO 'CIBO, COMUNITÀ, SALUTE'



# CAPITOLO 3

## IL PROGETTO “CIBO, COMUNITÀ, SALUTE”

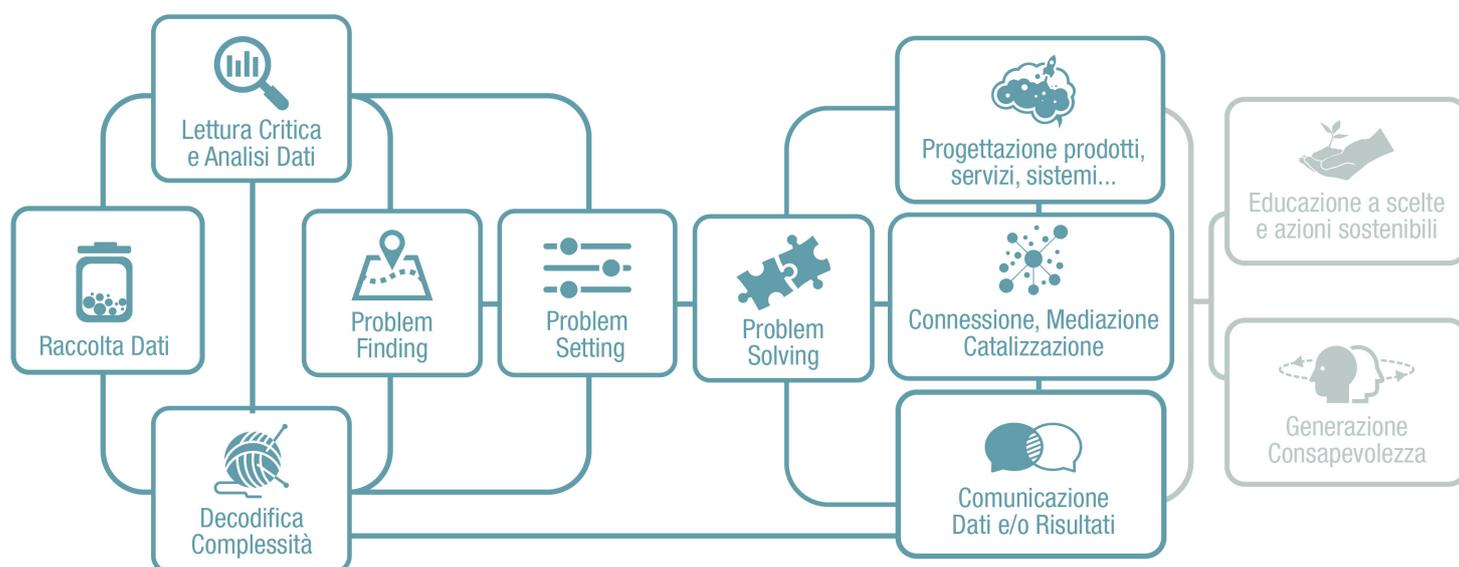
Se nei precedenti capitoli il design ha svolto prevalentemente un ruolo di ricerca e raccolta dati circa lo scenario agroalimentare e sanitario attuale e sul modo in cui la cultura della progettazione li ha affrontati in ottica di risultati più sostenibili per territori e comunità, all'interno di questo capitolo il design supera la fase di problem finding, approdando in una nuova fase di problem setting.

Procedendo il suo lavoro di raccolta e analisi di dati utili, individua gli attori e le persone coinvolte e coinvolgibili nella sfida colta, gli elementi su cui poter agire, le linee guida da perseguire, svolgendo allo stesso modo anche un ruolo di connessione, mediazione, catalizzazione e, infine, di problem solving.

Infatti, nelle seguenti pagine sarà introdotto il progetto “Cibo, Comunità, Salute”, i canali di divulgazione da esso previsti e gli stakeholder da esso coinvolti.

Per tale ragione, in questo capitolo il design svolge il suo più classico ruolo di progettazione, seppur non di un prodotto industriale, bensì di un sistema di comunicazione atto a creare mediazione, dialogo e azione tra gli attori territoriali coinvolti. Come già anticipato, a supporto di tale fase progettuale, continua la raccolta e l'analisi di nuovi dati, in questo caso inerenti alle figure professionali protagoniste del progetto, alle loro attuali relazioni e a quelle auspicabili nel futuro.

Il ruolo di mediazione, connessione e catalizzazione si concretizza non solo nell'anima del progetto, ma anche nel workshop “Cibo, Comunità, Salute. I primi passi verso la progettazione di un network territoriale” che lo precede e lo supporta, atto a creare le prime relazioni necessarie al raggiungimento degli obiettivi progettuali, dunque alla prima generazione di un network territoriale virtuoso.



### 3.1 INTRODUZIONE AL PROGETTO

All'interno dei capitoli precedenti è stato possibile analizzare come gli attuali modelli di produzione e consumo alimentari siano attualmente tra gli elementi più responsabili della perturbazione dello stato di salute di intere comunità e territori (Shiva 2015, Berrino, 2015, Robin, 2012). Inoltre, come già precedentemente descritto, l'ingente utilizzo di sostanze di derivazione chimica (pesticidi, fertilizzanti, antibiotici, ormoni, additivi, ecc.) all'interno delle grandi monoculture industriali, dei vastissimi allevamenti intensivi e dei sistemi di trasformazione del cibo è strettamente connesso all'insorgenza di differenti malattie croniche non trasmissibili, tra cui è possibile citare le malattie neurodegenerative, quelle cardiovascolari, il cancro, il diabete, l'obesità, ecc. (Trasande, 2019). È chiaro che in questo scenario da un lato emerge una produzione alimentare malsana ad alto impatto per la società e per i sistemi agro-ambientali, dall'altro è complice un consumo sempre più inconsapevole di cibo altamente processato, di scarsa qualità e a basso costo. Gli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile 2030 presentati dalle Nazioni Unite<sup>33</sup> (United Nations, 2015) hanno già denunciato l'urgente necessità di gestire una sfida multisettoriale di così grande portata. Nello specifico si fa riferimento agli Obiettivi 2 – Zero Hunger, 3 – Good Health and Well-Being, 11 – Sustainable Cities and Communities e 12 – Responsible Consumption and Production. Tuttavia, le questioni relative ai temi del cibo, della salute e della sostenibilità ambientale sono state trattate in maniera distinta e indipendente all'interno di tali Obiettivi, sebbene si tratti di una sfida sistemica che richieda un approccio transdisciplinare e un dialogo sempre più solido tra gli attori coinvolti.

---

<sup>33</sup> Per maggiori informazioni:

United Nations – General Assembly (2015), Transforming Our World – The 2030 Agenda for Sustainable Development, Resolution adopted by the General Assembly on 25 September 2015.

Tali obiettivi e i loro specifici indicatori sono infatti estremamente interconnessi e richiedono un'azione congiunta per la riconversione sostenibile di un presente ad alto impatto e la costruzione di un futuro vivibile e accogliente per le generazioni future. Allo stesso tempo, all'interno di territori e comunità, le relazioni tra professionisti afferenti al settore agro-alimentare e quelli invece connessi al settore sanitario appaiono difficoltose e raramente affrontate, con un conseguente trattamento settoriale di questioni complesse quale la tutela della salute pubblica e dei territori, la gestione della malnutrizione per eccesso, per difetto e per mancata consapevolezza alimentare, e la prevenzione di malattie croniche non trasmissibili in costante crescita (GBD 2017 Diet Collaborators, 2019).

Tali argomenti sono stati raramente affrontati all'interno di una disciplina quale il design, che tuttavia oggi si presta in maniera sempre più adeguata alla gestione delle complesse sfide globali (Irwin, 2015), non solo per la sua capacità di problem solving, ma anche e soprattutto per il suo ruolo di catalizzazione e mediazione tra i diversi stakeholder di un territorio, e per la sua capacità di influenzare i comportamenti quotidiani attraverso la progettazione di prodotti, servizi e strategie utili all'adozione di abitudini quotidiane maggiormente virtuose (Wendel, 2013). Si tratta di un ruolo che rende il designer attivatore di nuovi network e strategie in grado di raggiungere specifici obiettivi di rigenerazione di territori e di sviluppo di capitale umano.

È necessario ricordare, infatti, che per nutrire quest'ultimo non è sufficiente la progettazione dell'ambiente costruito, ma anche e soprattutto un processo di engagement costante che conduca a un'interazione costruttiva tra gli attori territoriali (Parente & Sadini, 2018). Nello specifico, quello alimentare è uno dei settori che meglio si presta a una progettazione territoriale di questo tipo, considerando che l'identità di un

luogo coinvolge la sua cultura, la qualità dei suoi prodotti, le attività che si sviluppano attorno alle sue risorse, le sue filiere, le tradizioni e i rituali (Fagnoni, 2018). Lo testimoniano differenti progetti territoriali tra cui è possibile citare il progetto *Social Food Club* promosso dal Dipartimento di Design del Politecnico di Milano, all'interno del quale, attraverso il coinvolgimento e l'interazione tra università, associazioni, istituzioni privati e cittadini, è stato sviluppato un percorso imprenditoriale centrato sul cibo che ha supportato le comunità locali più deboli (Maffei, Villari, Tamini & Parini, 2016). Sono inoltre numerosi anche i progetti di design all'interno dei quali, in termini di economia circolare, ci si focalizza su tipici prodotti agroalimentari e sulla rivalutazione degli scarti provenienti dalla loro produzione, per avviare delle innovazioni territoriali atte a valorizzare il patrimonio culturale e le tradizioni locali (Catania, 2017). In questo modo, agendo con le comunità e per i territori, il design diviene strumento per creare relazioni tra le realtà produttive territoriali, innescando un legame virtuoso e sostenibile tra tradizione e innovazione (Russo and Tamborrini, 2018).

### **3.2 IL PROGETTO 'CIBO, COMUNITÀ, SALUTE' E LA MEDODOLOGIA ADOTTATA**

All'interno dello scenario indagato, si sviluppa il progetto '*Cibo, Comunità, Salute*' attraverso la collaborazione tra il Dipartimento di Architettura e Design del Politecnico di Torino e l'Associazione di Promozione Sociale e Ambientale CioCheVale<sup>34</sup> con sede a Chieri (TO). Il progetto coinvolge 40 Comuni appartenenti al territorio della collina torinese, la maggior parte dei quali sono caratterizzati dalla produzione di prodotti alimentari tipici del Piemonte, venduti in loco e spesso smistati con moderati processi di valorizzazione all'interno dei grandi supermercati della Città Metropolitana di Torino. All'interno degli stessi comuni emerge un buon tessuto di aziende agricole, agriturismi e siti di ristorazione che basano le loro attività sulla produzione e l'utilizzo di prodotti tipici locali e un buon sistema di professionisti sanitari che lavorano in ambiente pubblico e privato nelle sedi della stessa città.

Le realtà comunali coinvolte nel progetto sono i comuni di: Albugnano, Andezeno, Aramengo, Arignano, Baldissero Torinese, Berzano San Pietro, Buttigliera d'Asti, Cambiano, Capriglio, Carignano, Casalborgone, Castelnuovo, Cellarengo, Cerreto, Chieri, Cinzano, Cisterna, Dusino San Michele, Isolabella, La Loggia, Lauriano Marentino, Mombello di Torino, Moncalieri, Moncucco, Montafia, Montaldo, Moriondo, Passerano, Pavarolo, Pecetto, Piea, Pino d'Asti, Pino Torinese, Poirino, Pralormo, Riva presso Chieri, Rivalba, San Paolo Solbrito, Santena, Sciolze, Trofarello, Villanova d'Asti, Vinovo, Villastellone. Tuttavia il progetto prevede una fase di ampliamento anche in altri territori limitrofi (Fig. 37).

---

<sup>34</sup> Il progetto è presente sul sito web ufficiale dell'Associazione CioCheVale. Pertanto, per maggiori informazioni è possibile consultare la pagina:  
[www.ciochevale.it/portfolio-items/cibo-comunita-e-salute/](http://www.ciochevale.it/portfolio-items/cibo-comunita-e-salute/)

Nelle seguenti pagine sarà possibile notare come il progetto segua una metodologia sviluppata ad hoc (Fig. 38) facente capo alla metodologia principale della ricerca (consulare pag. 10-11). A seguito dell'identificazione di obiettivi e linee guida di progetto, come già anticipato, è stato identificato il territorio di riferimento all'interno del quale agire, la tipologia di stakeholder coinvolgibili e di conseguenza, l'identificazione della comunità locale.

Per agire all'interno di tale setting di elementi territoriali nella maniera meno invasiva e più idonea, è stata inoltre individuata una realtà filtro già ben radicata all'interno dei comuni coinvolti, quale l'associazione CioCheVale.

Il concept del progetto '*Cibo, Comunità e Salute*' ambisce alla progettazione di un network territoriale che riunisca, attraverso un approccio

sistemico, produttori agroalimentari, cuochi, chef e ristoratori, medici di base, professionisti sanitari e ovviamente cittadini attorno al tema del cibo, esplorando le potenzialità che esso ha per creare salute e relazioni. Il cibo ha difatti da sempre rappresentato non solo un elemento cardine dell'equilibrio psico-fisico dell'essere umano (Berrino, 2015), ma anche quella componente fondamentale che nutre comunità e territori da un punto di vista culturale, relazionale ed economico.

Al fine di porre le corrette basi per la progettazione di tale network territoriale e l'individuazione di un panel di professionisti locali adeguati appartenenti al settore agroalimentare e sanitario, la metodologia di progetto ha previsto lo sviluppo di una lista di requisiti ai quali tali attori devono necessariamente rispondere per l'adesione al progetto.

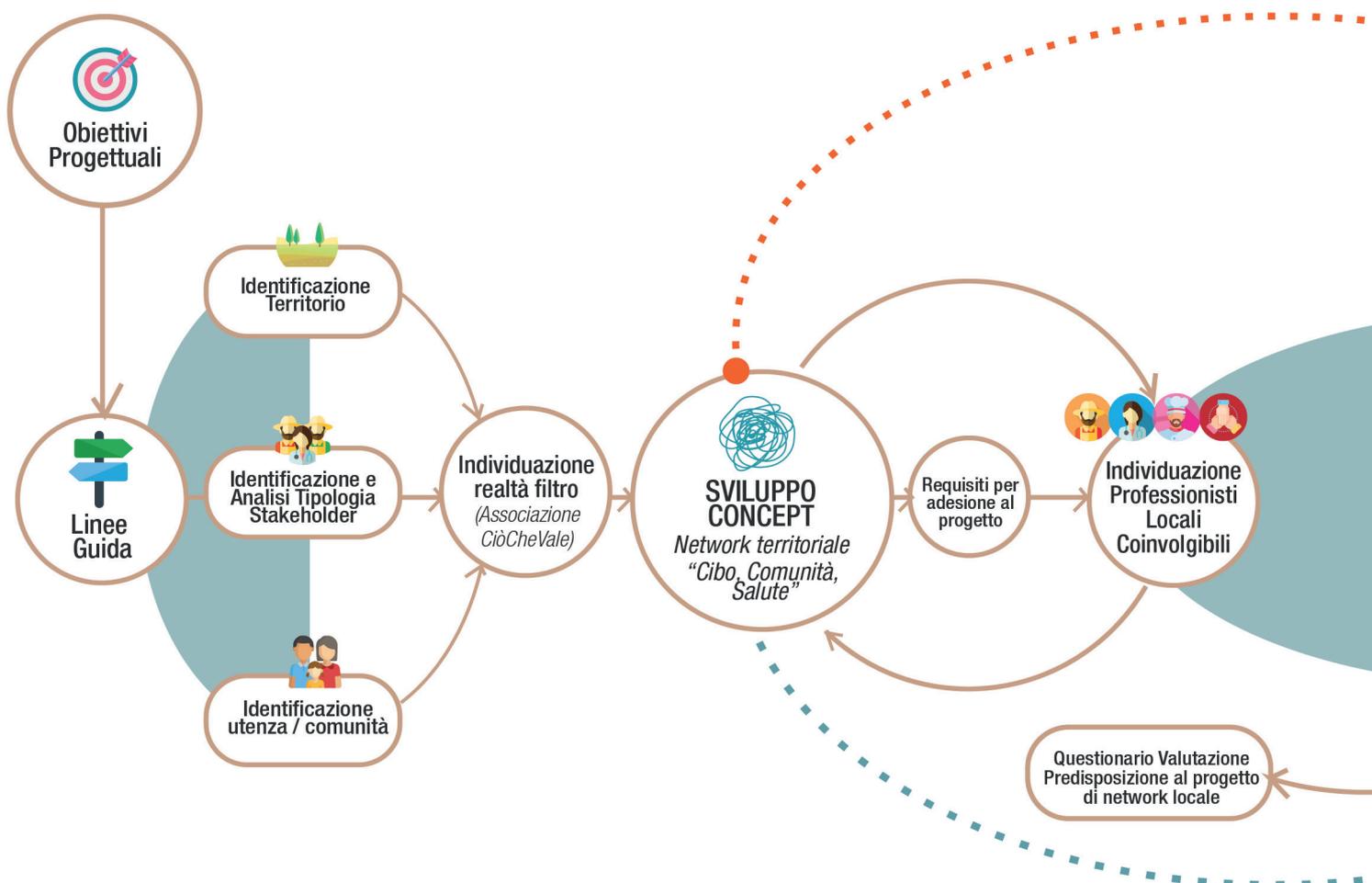


Fig. 38 - Metodologia del progetto "Cibo, Comunità, Salute" facente capo alla metodologia di ricerca principale.

Inoltre, a supporto della fase progettuale, è stata effettuata un'analisi qualitativa delle relazioni attuali tra gli stakeholder individuati e lo sviluppo di un primo workshop conoscitivo sui temi del cibo, della salute e della reciprocità, al fine di vagliare la predisposizione degli attori locali a un progetto di network locale sostenibile.

In questa fase è stata molto utile la somministrazione di un questionario anonimo, all'interno del quale è stato tuttavia richiesto di segnalare la propria professione.

Durante lo sviluppo del progetto "Cibo, Comunità, Salute" non è stato ovviamente possibile ignorare la diffusione della pandemia da Covid-19, la quale ha condizionato fortemente il lavoro in atto conducendolo, come sarà spiegato nel dettaglio più avanti,

a un necessario riadattamento progettuale che ha prediletto forme di incontro virtuale.

A seguito della fase progettuale, è stata infine svolta nuovamente un'analisi del nuovo sistema di relazioni innescate tra gli attori locali coinvolti al fine di monitorare anche i risultati intangibili ottenuti, nonché quelli maggiormente ambiti.

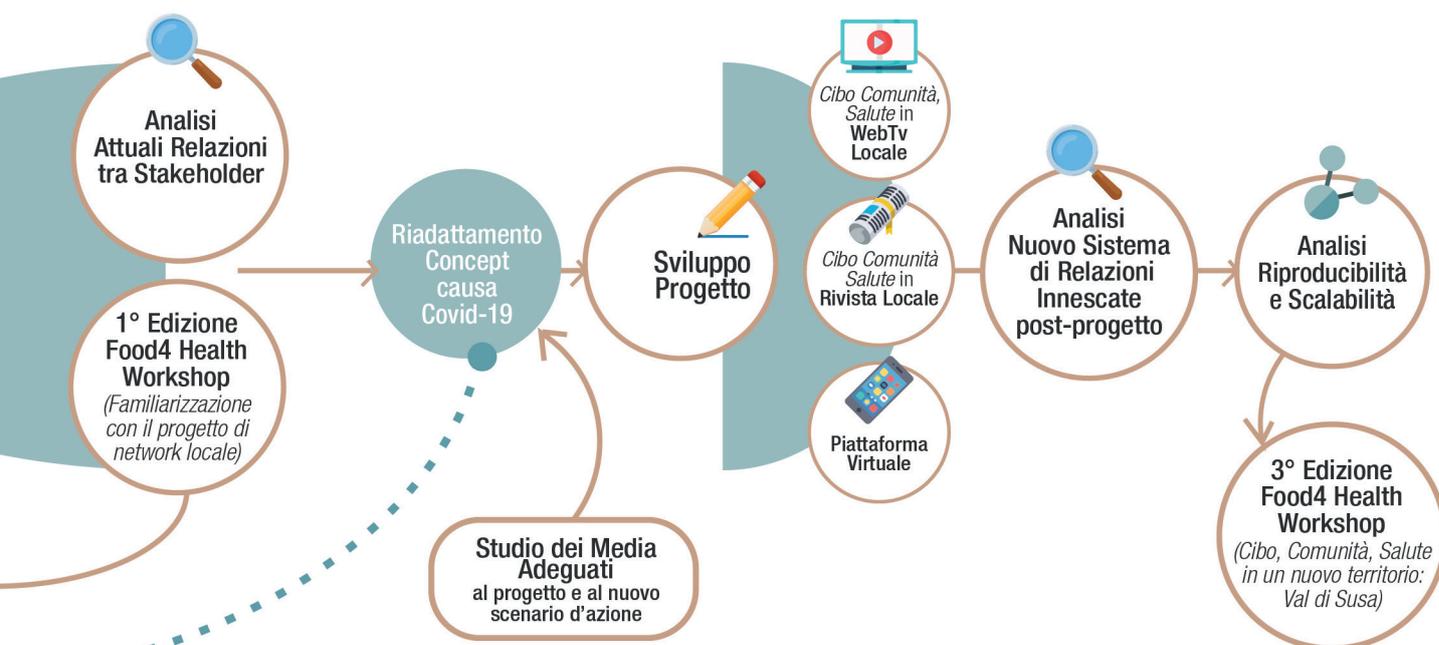
Per concludere, è stata valutata la scalabilità del progetto a livello internazionale e la riproducibilità in nuovi piccoli territori.

Come dimostrerà l'ultimo workshop illustrato nelle pagine di questa tesi, il progetto approderà infatti in un nuovo territorio piemontese (Val di Susa, Torino)

2021

### INIZIO PANDEMIA DA COVID-19 | MODIFICA DELLO SCENARIO

*(distanziamento sociale, impossibilità di spostamento tra comuni, cambio di priorità per i professionisti medici, minacce per produttori e trasformatori alimentari, ecc.)*



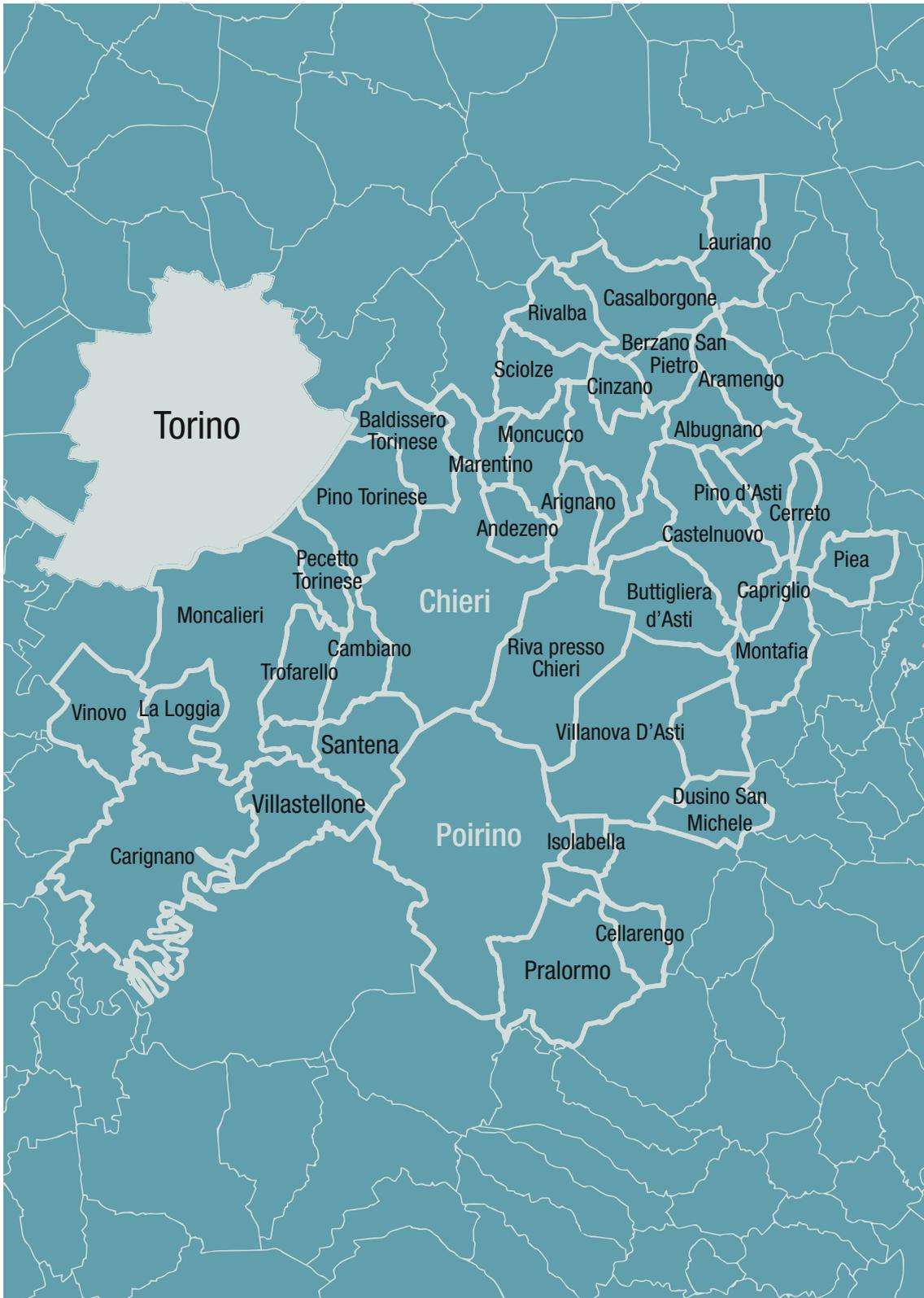


Fig. 37 - Il territorio piemontese coinvolto nel progetto, in prossimità della città di Torino. I comuni attualmente coinvolti sono: Albugnano, Andezeno, Aramengo, Arignano, Baldissero Torinese, Berzano San Pietro, Buttigliera d'Asti, Cambiano, Capriglio, Carignano, Casalborgone, Castelnuovo, Cellarengo, Cerreto, Chieri, Cinzano, Cisterna, Dusino San Michele, Isolabella, La Loggia, Lauriano Marentino, Mombello di Torino, Moncalieri, Moncucco, Montafia, Montaldo, Moriondo, Passerano, Pavarolo, Pecetto, Piea, Pino d'Asti, Pino Torinese, Poirino, Pralormo, Riva presso Chieri, Rivalba, San Paolo Solbitro, Santena, Sciolze, Trofarello, Villanova d'Asti, Vinovo, Villastellone

### 3.3 IL RUOLO DI CIOCHEVALE: ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE E AMBIENTALE

CioCheVale<sup>35</sup> è un'associazione di promozione sociale con sede a Chieri (TO) (Fig. 39) che agisce per sostenere e tutelare la dignità dell'individuo e la salvaguardia di ambienti e territori mediante iniziative atte a favorire il benessere e la salute delle persone, l'aggregazione sociale, lo sviluppo economico locale, l'incontro di interessi e valori finalizzati alla crescita umana e civile (seguendo gli ideali di riscoperta e reciprocità), la ricerca nel campo dell'innovazione, della produzione alimentare ed energetica sostenibile, con una sensibilità particolare alla riduzione degli sprechi.

Essa ambisce a favorire la tutela dell'ambiente e dell'ecosistema attraverso la valorizzazione di stili di vita sostenibili, la promozione dei territori e delle piccole comunità, lo sviluppo dell'ecoturismo, la divulgazione di modelli sistemici, la realizzazione di filiere alimentari che rispettino la microbiologia del suolo e che siano inclini alla permacultura.

Gli obiettivi di CioCheVale spiegano il suo coinvolgimento all'interno del progetto '*Cibo, Comunità e Salute*', il quale desidera connettersi al territorio e alla comunità locale, prima di creare esso stesso relazioni.

Tuttavia quando si fa riferimento a una relazione, sia essa tra esseri umani, territori, enti o realtà, è necessario un processo lento, che richiede non solo le strategie giuste, ma anche il tempo adeguato ad acquisire la fiducia dei cittadini e degli attori coinvolti.

Per tale ragione il progetto '*Cibo, Comunità e Salute*' sceglie di appoggiarsi a una realtà di relazioni già esistente quale quella dell'Associazione CioCheVale e delle sue piattaforme, servendosi del suo legame con il territorio, consolidandolo e rinnovandolo.

È chiaro però che un'alleanza di questo tipo, può

avvenire solo se tra realtà territoriali vi è una condivisione di intenti e valori e se l'utenza di riferimento coincide. Attorno a ogni associazione locale ruotano individui mossi dallo stesso credo, dagli stessi ideali e valori, per questo collaborare con CioCheVale è stato decisamente utile a raggiungere produttori e trasformatori agroalimentari, professionisti sanitari ed esperti di vario genere, tutti accomunati da un agire virtuoso ed etico nello svolgimento delle loro professioni. Questo fattore ha permesso di agevolare il processo di selezione degli stakeholder locali idonei al progetto, superando la diffidenza iniziale e generando maggiore predisposizione all'interazione e alla co-partecipazione. Ma la collaborazione tra Politecnico di Torino e CioCheVale rappresenta un reciproco scambio, in quanto il progetto '*Cibo, Comunità e Salute*' incarna parte degli obiettivi dell'associazione. Pertanto questo ha consentito di mettere la ricerca a servizio del suo territorio e della sua comunità di riferimento.



Fig. 39 - La sede di CioCheVale (Chieri, TO)

<sup>35</sup> Per maggiori informazioni:  
[www.ciochevale.it](http://www.ciochevale.it)

## 3.4 GLI ATTORI COINVOLTI

Gli stakeholder coinvolti all'interno del progetto '*Cibo, Comunità e Salute*', finalizzato alla creazione di un network territoriale che crei una prima ri-connessione tra il sistema agroalimentare locale e i professionisti sanitari del territorio, sono:



### **Professionisti Sanitari**

Medici di base, dietisti, biologi-nutrizionisti, oncologi, ecc.

---



### **Cittadini Locali**

Cittadini di tutte le età appartenenti al territorio di riferimento, senza rigide limitazioni o requisiti

---



### **Produttori Locali Agro-alimentari**

Agricoltori, allevatori, apicoltori, aziende agricole, ecc. inclini a una produzione naturale

---



### **Designer Sistemici**

Con un focus specifico per la progettazione sostenibile, dotati di approccio trans-disciplinare.

---



### **Cuochi**

Cuochi, Chef e Sperimentatori di Cucina Naturale, Salutare, Macro-biotica, ecc

---



### **Altri Esperti**

Agronomi, Sociologi, Antropologi, Storici vicini al tema del cibo e della salute.

---



### **Associazioni**

Associazioni di promozione sociale e ambientale e di valorizzazione e tutela del territorio

### **3.5 ANALISI E MAPPATURA DEGLI STAKEHOLDER: INTERESSI, NECESSITÀ, LIMITI, TENDENZE E STRATEGIE APPLICABILI**

Il network territoriale che il progetto '*Cibo, Comunità, Salute*' intende strutturare sui territori espressi, punta a creare le basi per una solida relazione tra produttori e trasformatori agro-alimentari, cuochi, chef, specialisti sanitari, associazioni locali, designer ed esperti di vario genere connessi al settore alimentare e della salute. Per il raggiungimento di tale obiettivo è stata essenziale un'analisi qualitativa dello stato attuale delle relazioni presenti tra gli attori coinvolti all'interno del territorio selezionato., ovvero all'interno dei 40 comuni piemontesi precedentemente elencati.

Attraverso un questionario e differenti interviste a un panel di 50 professionisti locali e il workshop "*Cibo, Comunità, Salute: i primi passi verso la generazione di un network territoriale*" (descritto nelle pagine successive) che li ha riuniti allo stesso tavolo, è stato possibile formulare delle schede che ben riassumono il loro profilo in cinque sezioni, ovvero interessi, tendenze, necessità, limiti e strategie auspicabili, per poi elaborare uno schema grafico in grado di riassumere le relazioni presenti invece allo stato attuale.

Di seguito sarà possibile consultare le schede descrittive degli attori analizzati.



### 3.5.1 MEDICI DI BASE E SPECIALISTI (in ambienti pubblici e privati)

#### INTERESSI

- Non danneggiare il paziente, non essere responsabile di ulteriori disturbi.
- Giusta/elevata remunerazione.

#### NECESSITÀ

- Cura olistica (organismo come sistema interconnesso e non come singoli organi e disturbi).
- Più confronto e collaborazione con altri specialisti finalizzati alla condivisione degli obiettivi.
- Aumento dei medici e personale sul territorio.

#### LIMITI

- Tempo e personale insufficienti.
- Eccessivo numero di pazienti.
- Risorse scarse.
- Strutture non sempre adeguate.
- Norme ospedaliere non sempre funzionali e salutari.
- Fattori di rischio ambientale non controllabili.
- Fattori socio-economici non sempre vantaggiosi.
- Potere della lobby farmaceutica sulle scelte politiche.

#### TENDENZE

- Vicinanza a benefici provenienti da grandi case farmaceutiche.
- Prescrizioni eccessive di farmaci e antibiotici.
- Scarsa attenzione alle abitudini alimentari e allo stile di vita del paziente.
- Ascolto frettoloso e superficiale del paziente.
- Attività lavorativa basata sull'autotutela legale a discapito del paziente, per ridurre il rischio di denuncia.
- Tendenza alla micro-specializzazione.

#### STRATEGIE AUSPICABILI

- Umanizzazione della medicina.
- Relazione con il territorio, la comunità e le loro peculiarità (maggiore e più funzionale collaborazione tra medici di famiglia e specialisti al fine di ottimizzare tempi e cure).
- Associazionismo.
- Responsabilità condivisa.
- Acquisizione di maggiore fiducia da parte del paziente.
- Aggiornamento costante.
- Direzione corretto del paziente, spiegazione di ruoli e responsabilità.

Per molti aspetti quella del medico è la figura professionale più complessa da coinvolgere in un progetto multidisciplinare di questo tipo. Il campo sanitario è infatti un settore che raramente dialoga con altri attori locali e che, allo stesso modo, raramente mette in discussione il proprio punto di vista, il proprio modo di agire e interagire. L'interesse principale di un medico, sia esso un medico di famiglia o uno specialista, è senz'altro quello di non danneggiare in alcun modo il paziente, non essere quindi responsabile di ulteriori disturbi e malesseri o addirittura di manifestazioni più gravi, attraverso la propria consulenza o il proprio trattamento. Si tratta di un interesse connesso non solo all'etica del lavoro e al benessere dell'individuo, ma anche a una dimensione legale, che spesso mette a rischio l'attività lavorativa di un professionista sanitario. Tale fattore conduce frequentemente a un'attività basata sull'auto-tutela legale e alla cosiddetta *Medicina Difensiva*<sup>36</sup> (Roati, 2012, Genovese, Mariotti, 2013), per ridurre il rischio di complicazioni legali future.

Malgrado tale scenario, tra le tendenze più frequenti è possibile citare le eccessive prescrizioni di farmaci e antibiotici, la ridotta attenzione posta alle abitudini alimentari e allo stile di vita del paziente, un ascolto frettoloso e non approfondito durante le visite e infine, una vicinanza notevole ai numerosi benefici promessi da informatori farmaceutici e dunque dalle grandi case farmaceutiche.

Allo stesso tempo si nota una tendenza sempre maggiore verso la micro-specializzazione che, sebbene stia conducendo a enormi progressi, richiede necessariamente un dialogo tra le parti e una visione olistica dell'organismo umano. Quest'ultima è oggi una necessità urgente, che reclama più confronto e collaborazione reciproca

---

<sup>36</sup> Con Medicina Difensiva si può definire quella pratica con la quale il medico difende la propria posizione da eventuali azioni di responsabilità medico-legali connesse alla propria prestazione medica. Essa può avere valenza positiva o negativa, a seconda del tipo di atteggiamento espresso: sarà positiva se guidata da logiche di prevenzione e cautela, sarà invece negativa se si verifica un'astensione del trattamento di cura per timore di esiti negativi non solo legali.

tra medici di base e specialisti e tra specialisti differenti. Quasi tutti i medici denunciano una disponibilità di tempo limitata, connessa necessariamente a un numero eccessivo di pazienti. Tuttavia, tale eccesso è connesso anche a un numero insufficiente di personale medico sul territorio, da risorse e strutture non sempre adeguate e da norme ospedaliere non sempre funzionali ed efficienti.

Inoltre, tra i maggiori limiti vi sono senz'altro i fattori di rischio ambientale, difficilmente controllabili dal medico e dal cittadino stesso, i quali richiedono un'interazione impegnativa con le amministrazioni locali e nazionali.

## LE STRATEGIE AUSPICABILI

Quello sanitario è uno scenario complesso, composto da componenti critiche differenti, molte delle quali interconnesse tra loro. Per tale ragione, rispondere con un'unica soluzione risulta estremamente difficile e inefficace. Negli ultimi anni, attraverso i successi crescenti della ricerca scientifica e dell'innovazione tecnologica, la medicina ha conquistato traguardi considerevoli, conducendo a un maggiore livello qualitativo di vita. Tuttavia, questa dinamica ha condotto i sistemi sanitari a un'estrema specializzazione e a un'organizzazione incentrata sempre più sulla malattia, dunque sul trattamento curativo, piuttosto che sul paziente. In questo modo, quest'ultimo tende ad affrontare un percorso di cura frammentato e non consono alla guarigione, percependo disorientamento e turbamento. Così, se da una parte il medico ha la necessità di una tutela legale sempre maggiore, dall'altra vi è senza dubbio il paziente, l'essere umano, che subisce un approccio sanitario sempre più focalizzato sul cura, sull'abbattimento di costi e tempi, piuttosto che sulla persona.

Da questo contesto sterile e meccanizzato, si genera l'esigenza di una nuova umanizzazione della medicina<sup>37</sup>, affinché possa essere ricoltivato il carattere umano della relazione tra medico e paziente (Imbasciati, 2008, Virzì, 2012) e un'analisi olistica della persona, nella

totalità delle sue componenti fisiche, emotive, sociali, culturali. In questo modo si riduce il divario medico-malato (quindi medicina-comunità) attraverso un approccio guidato dall'empatia che da sempre ha caratterizzato le relazioni umane. L'obiettivo è quello di coniugare umanità ed efficienza, poichè l'una non nega l'altra. Si tratta di una conversione etica e sostenibile del pensiero e dell'azione medica che coinvolge non solo l'ambito decisionale, ma anche quello strutturale e istituzionale, dunque progettuale e gestionale, e che volge lo sguardo all'intero sistema in cui il paziente è inserito.

Tuttavia, l'umanizzazione è solo una strategia di partenza per tracciare la prima relazione tra medico e individuo malato, ma anche tra medico e medico, tra medico e cittadino sano, tra medico e territorio, ancora, tra medico e altri professionisti locali. Perchè empatia ed efficienza significano connessione e dialogo, quindi comprensione, responsabilità condivisa, azione mirata, sostenibile, efficace.

Ma come raggiungere questi obiettivi?

Primariamente attraverso la formazione e l'acquisizione di un approccio transdisciplinare che coniughi scienze e tecnologie mediche con i saperi umanistici e comportamentali, ma anche con quelli della progettazione sistemica sostenibile. Un approccio che non guardi solo all'interazione tra le varie discipline, ma anche a quella con il territorio, la comunità, le loro peculiarità, poichè malessere e malattia dipendono anche da fattori socio-culturali ed economici fortemente connessi alla realtà in cui si vive. Questo approccio presuppone il dialogo e la collaborazione con altri medici sul territorio, ma anche con altre figure professionali che indirettamente contribuiscono o minacciano il benessere dell'individuo.

Un sistema sanitario aperto, che si nutre delle connessioni territoriali, diverrebbe un terreno fertile di cura per l'individuo che ricerca uno stato di salute ottimale e che ha la necessità di essere guidato nelle scelte e nelle azioni della sua vita quotidiana.

A far parte di questa quotidianità, di questo processo di cura olistico, vi è senz'altro la componente alimentare, che se da un lato nutre e sostiene l'uomo, oggi al contrario è divenuta una delle maggiori cause di disturbi, malesseri e malattie croniche. Per tale ragione è indispensabile che il cibo inizi a essere parte del concetto di benessere, dunque di quello di salute e di cura.

Tutti i medici dovrebbero essere aggiornati sull'impatto che il cibo attuale e la sua produzione industriale hanno sulla salute dei cittadini. I legami tra malattie, alimentazione e produzione alimentare sono oggi numerosi. Lo dimostrano i numerosi studi dell'Istituto Ramazzini di Bologna, quelli del Dott. Franco Berrino dell'Istituto Nazionale dei Tumori e l'Istituto Europeo di Oncologia di Milano e molti altri ricercatori che reclamano un cibo privo di contaminanti chimici. Ma se un cambio di paradigma non può avvenire dall'alto, dal sistema industriale produttivo o dalle istituzioni che si dimostrano in contrasto a riguardo, allora lo si può generare dal basso, attraverso l'informazione di cittadini sani e malati, dunque della comunità.

Tuttavia, questo passo non può essere perseguito senza il coinvolgimento di professionisti sanitari, tra i quali il medico di base riveste una figura imprescindibile, rappresentando un punto di riferimento per ogni individuo, una fonte certa e attendibile di cui fidarsi. Pertanto deve essere il medico, con l'aiuto di altri professionisti appartenenti al settore agroalimentare e territoriale ad avviare un cambio di rotta, guidando gli individui sani e malati a compiere scelte alimentari più salutari, non solo in termini di nutrienti, ma anche in termini di naturalezza.

---

<sup>37</sup> A tale scopo, nel 2009, è stata fondata a Torino la *Rete Euro-mediterranea per la Umanizzazione della Medicina* (HUM MED) con lo obiettivo di riportare la medicina alla sua vocazione primaria, umanistica e olistica. Essa incoraggia l'umanizzazione della sanità attraverso interventi di formazione per i professionisti sanitari. Per maggiori informazioni: [www.humanamedicina.eu](http://www.humanamedicina.eu)

## COINVOLGIMENTO DELLA COMPONENTE ALIMENTARE

- Aggiornamento e divulgazione del legame presente tra cibo, sistemi di produzione alimentare e malattie o disturbi cronici.
- Aggiornamento e divulgazione circa le proprietà benefiche del cibo.
- Valutazione delle abitudini alimentari del paziente durante l'effettuazione delle visite mediche.
- Guida del paziente verso un acquisto alimentare naturale, genuino e una preparazione domestica salubre.
- Considerazione e coinvolgimento della componente alimentare come parte integrante dei programmi di ridimensionamento e prevenzione di disordini cronici e malattie.



### 3.5.2 PICCOLI PRODUTTORI AGRO-ALIMENTARI LOCALI (Produttori indipendenti, aziende agricole, ecc.)

#### INTERESSI

- Giusta remunerazione.
- Tutela della propria salute (ad esempio associata all'uso di fitofarmaci).
- Produzione sicura e costante negli anni.
- Difesa da agenti atmosferici e dal mercato globale.

#### NECESSITÀ

- Sopravvivenza davanti a forme di produzione industriale meccanicizzata più competitive.
- Vendita dei propri prodotti al giusto prezzo.
- Conservazione e difesa del territorio: riqualificazione dell'agro-ecoambiente.

#### LIMITI

- Fattori climatici sempre più imprevedibili a cui non si è adeguatamente preparati.
- Costanti minacce da prodotti importati e da sistemi di produzione intensiva.
- Prezzi di mercato talmente ridotti da non consentire sostentamento.

#### TENDENZE

- Uso e abuso di prodotti chimici.
- Predilizione di colture più remunerative.
- Mancato rispetto dei ritmi biologici della terra e delle colture.
- Abbandono delle buone pratiche.
- Abbandono delle terre.

#### STRATEGIE AUSPICABILI

- Campagne di informazione per il consumatore.
- Associazionismo e adesione a gruppi di acquisto.
- Responsabilità condivisa.
- Aggiornamento sull'impatto dell'utilizzo di sostanze chimiche, per la salute di produttori, consumatori e ambiente.
- Relazione con il territorio, la comunità e le loro peculiarità.
- Rapporto diretto con consumatore.

Quella del piccolo produttore agroalimentare locale è una figura chiave, responsabile da sempre di numerosi equilibri ambientali, sociali ed economici. Tuttavia, nell'epoca attuale non si assegna più il giusto valore a una professione antica quanto indispensabile, sulla quale si fonda il sostentamento di intere comunità.

Tra gli interessi principali di un produttore alimentare vi è senz'altro la garanzia di una produzione sicura e costante nel tempo, tutelata da agenti atmosferici e da calamità naturali che minacciano sempre più frequentemente i raccolti, ma anche da un mercato globale che propone cibo a basso prezzo, proveniente da sistemi intensivi con i quali è difficile competere. Una remunerazione giusta, dunque equa, compatibile con i costi di produzione, è estremamente necessaria affinché chi svolge tale professione possa sopravvivere anche davanti alle minacce ambientali e di mercato più incombenti. È dunque necessario che la figura dei piccoli produttori locali, le loro produzioni, le loro antiche tecniche siano valorizzate, affinché possano continuare a essere parte integrante dell'identità di un sistema territoriale.

I limiti sono tuttavia numerosi: fattori climatici imprevedibili distruggono e perturbano frequentemente le numerose produzioni locali e questo coincide con grandi perdite economiche per i lavoratori che si auto-sostengono e che devono allo stesso tempo fare i conti con prezzi di mercato sempre più competitivi.

Prezzi che quotidianamente dirigono le scelte dei consumatori, i quali tentati da un costo davvero ridotto, scelgono di risparmiare sul fronte alimentare e investire in altri beni consumo. Questo scenario è la ragione per cui numerosi piccoli agricoltori preferiscono abbandonare le proprie terre e le proprie coltivazioni per dedicarsi ad altre attività lavorative più sicure e più redditizie. Diversamente, la tendenza è dunque quella di prediligere colture più remunerative, abbandonare il perseguimento delle buone pratiche in linea con i ritmi naturali della terra, al contrario prediligendo l'uso di sostanze chimiche che apparentemente tutelano

la produzione da parassiti e erbe infestanti. Si tratta di uno scenario che sta perdendo progressivamente il proprio equilibrio naturale e che richiede urgenti strategie d'azione socialmente, ambientalmente ed economicamente sostenibili.

## STRATEGIE AUSPICABILI

Quello alimentare è un sistema delicato tanto quanto quello medico, ma se si considerano le infinite connessioni presenti con il sistema ambientale, allora il suo equilibrio appare ancora più labile.

Da oltre 50 anni le grandi multinazionali agro-alimentari gestiscono la maggior parte delle branche di un sistema alimentare ad alto impatto che ha pervaso in maniera capillare ogni zona del pianeta. Tuttavia, in termini di biomassa, ovvero di input e output organici ancora valorizzabili, i piccoli agricoltori locali nutrono ancora il pianeta cercando di preservare le loro produzioni e le loro cultivar autoctone (Shiva, 2015). Ma come agire per ri-connettere tali produttori con i consumatori? Come tessere nuovamente un legame che la Grande Distribuzione Organizzata (GDO) e la migrazione nelle grandi città, hanno progressivamente dissolto? La pedina di partenza sembrerebbe proprio quella del consumatore, che con le sue scelte indirizza e cambia l'economia. Tuttavia, per raggiungere tale figura è necessario scavalcare letteralmente i consueti canali di vendita, generando nuovi punti di contatto e di scambio che alle volte coincidono con le stesse case dei consumatori o con i loro smartphone. Tra questi è possibile citare i cosiddetti Gruppi di Acquisto, già descritti nel capitolo precedente o quei canali digitali che oggi paradossalmente sono in grado di far dialogare associazioni di produttori e consumatori locali in maniera semplice e immediata. Generare un contatto diretto, *face to face*, sarebbe l'ideale, ma appare spesso complesso laddove ci si riferisce a grandi città industriali lontane dai luoghi di produzione agricola o a ritmi di lavoro e di vita frenetici. Per tale ragione è necessario un utilizzo aggiuntivo

di ulteriori canali che consentano a produttori e consumatori di innescare un mercato alternativo dettato da consapevolezza, dialogo e senso di identità. Difatti, parlare di relazione non è abbastanza, laddove entra in gioco una responsabilità reciproca.

Sebbene quando si parla di abuso di fitofarmaci di origine chimica, si tenda a pensare ai grandi sistemi di produzione intensiva, siano essi allevamenti o monoculture, molto spesso anche i piccoli produttori locali ricorrono a tali prodotti per adottare soluzioni più semplici e apparentemente più efficaci.

Allora risulta indispensabile un aggiornamento diffuso sul rischio di tali sostanze non solo sulla salute dei consumatori, ma anche su quella dei produttori e sugli equilibri ambientali, affinché un aumento di consapevolezza possa divenire coscienza, presa di responsabilità e dunque cambiamento. Cambiamento verso una produzione pulita, che segua la stagionalità dei prodotti e che riscopra le varietà tipiche dei territori e il loro potere nutritivo, una produzione che preveda una distribuzione su piccola scala, preservando la naturalità del cibo (che non necessita di conservanti, viaggiando solo su piccole tratte) ed evitando spreco alimentare e utilizzo di packaging e overpackaging non indispensabili. È necessaria dunque una produzione alimentare che sia simbolo, mezzo, strumento per la conservazione e la difesa dei territori e la riqualificazione degli agro-eco-ambienti. Tuttavia, tale produzione necessita oggi di un'etichettatura adeguata che informi il consumatore, ma che soprattutto segni una distinzione sostanziale tra il cibo proveniente da sistemi intensivi lineari e cibo proveniente dai naturali sistemi locali. Un'etichettatura frontale, chiara e trasparente che guidi, orienti, rassicuri il consumatore, senza speculazioni. Un'etichettatura che non contribuisca al fenomeno del *greenwashing*, che non generi costi ingiustificati, ma che dichiari l'etica di un prodotto salutare per l'uomo e per l'ambiente in cui vive.



### 3.5.3 CUOCHI, CHEF, RISTORATORI

(Attività di ristorazione, mense scolastiche, ospedaliere, sociali ecc)

#### INTERESSI

- Giusta remunerazione.
- Non danneggiare il consumatore attraverso il proprio cibo.
- Creatività e sperimentazione.

#### NECESSITÀ

- Sopravvivere davanti a forme di ristorazione a basso costo e globalizzate (Formule All You Can Eat, Fast Food, ecc)..
- Accesso al cibo sano e di qualità a prezzi equilibrati.
- Maggiore riconoscimento del proprio lavoro da parte dei consumatori.

#### LIMITI

- Costi eccessivamente elevati di prodotti di qualità.
- Richiesta di menù a prezzi sempre più ridotti, minacciati da forme di ristorazione imperanti.
- Ridotto accesso al cibo proveniente da piccoli produttori locali a causa di mancati sistemi di controllo e certificazione (Es. HACCP, ecc)

#### TENDENZE

- Impiego frequente di prodotti di bassa qualità, camuffati attraverso ricette elaborate e miscele con altri ingredienti, al fine di alterare la percezione del consumatore.
- Acquisto di ingredienti tendenzialmente economici, per limitare le spese e incrementare i guadagni.

#### STRATEGIE AUSPICABILI

- Associazionismo e adesione a piattaforme territoriali
- Relazione con il territorio, con la cultura locale, con la comunità.
- Responsabilità condivisa.
- Aggiornamento sull'impatto dell'utilizzo di prodotti provenienti da produzioni di tipo industriale, sulla salute di produttori, consumatori e ambiente.
- Campagne di informazione per il consumatore.

All'interno delle analisi dei sistemi agroalimentari e di quelli sanitari, la figura del cuoco tende a essere molto spesso trascurata, associando ruoli e responsabilità primarie a produttori alimentari e medici. Eppure, in particolare all'interno dei grandi contesti urbani, la tendenza a consumare il proprio pasto al di fuori dell'ambiente domestico, nello specifico nell'ora del pranzo, sta aumentando progressivamente. Ritmi di lavoro e di studio decisamente intensi, distanze eccessive tra abitazioni e luoghi di lavoro, tempi ridotti e frammentati stanno cambiando i comuni luoghi di consumo del cibo, riducendo la predisposizione alla preparazione domestica. Entrano in gioco mense scolastiche, aziendali e ospedaliere e attività di ristorazione che progressivamente stanno andando incontro alle esigenze di un consumatore giornaliero, che richiede un pasto completo, un servizio rapido e un costo accessibile. Laddove la trasformazione del cibo, dunque la sua preparazione, passa dal proprio ambiente domestico a uno spazio in cui è una terza persona a svolgere tale ruolo, si modificano necessità e responsabilità. Pertanto la figura del cuoco e più in generale del ristoratore, entra in gioco più di prima, non essendo più una professione che incontra il consumatore solo saltuariamente, dove il cibo diviene un'occasione per viziare il palato. Prima del periodo di pandemia da Covid-19 in Italia quasi la metà dei pasti settimanali era consumata al di fuori dell'ambiente domestico<sup>38</sup>, dunque si era registrata una disaffezione verso la cucina casalinga e una cessione di responsabilità. In questo scenario è il cuoco che si prende cura dell'alimentazione quotidiana del consumatore, dunque della sua salute. Tuttavia, il consumatore perde la cognizione delle sue responsabilità, essendo il cuoco una figura che lavora dietro le quinte. Difatti tra i primi interessi di un cuoco, oltre a una corretta remunerazione e alla

sperimentazione, vi è senza dubbio l'esigenza primaria di non danneggiare la salute del consumatore attraverso il proprio cibo. Ma davanti alla richiesta crescente di cibo quotidiano a basso costo la tendenza è quella di utilizzare prodotti alimentari di bassa qualità, la cui percezione è alterata attraverso la miscelazione con altri ingredienti e spezie o attraverso la predilezione di ricette più elaborate. L'acquisto di ingredienti tendenzialmente economici risulta alle volte indispensabile per limitare le spese, incrementare i guadagni e sopravvivere davanti a forme di ristorazione a basso costo e/o globalizzate come i fast-food e le cosiddette formule *AllYouCanEat*, per mezzo delle quali è possibile mangiare senza limiti a un prezzo congelato. Perciò, necessità fondamentale per un cuoco è l'accesso a un cibo sano e di qualità a prezzi equilibrati, attraverso la quale è possibile consentire tale accesso a tutti i consumatori e non solo a una nicchia contraddistinta da un potere economico maggiore. Tra i limiti maggiori vi è infatti l'impossibilità, o meglio, il rischio legale di accedere al cibo proveniente da piccoli produttori locali, a causa di mancati sistemi di controllo e certificazione, come ad esempio l'*HACCP - Hazard Analysis and Critical Control Point* (Henson and Caswell, 1999). Questo dimostra che le forme di autoproduzione e scambio alimentare non regolamentato rappresentano una contraddizione: da un lato rappresentano ottime strategie per avere il controllo qualitativo e decisionale del proprio cibo, ma allo stesso tempo presuppongono un consumo basato sulla fiducia, poiché non regolamentato da controlli igienico-sanitari, test micro-biologici, certificazioni, ecc. Questo significa che sebbene ogni consumatore possa decidere cosa mangiare e da dove acquistare il proprio cibo, avendo la piena responsabilità della propria salute, un cuoco/ristoratore non può correre tale rischio, dovendo rispondere della salute di tutti i clienti che consumano il cibo della propria attività.

---

<sup>38</sup> Per maggiori informazioni:  
[www.repubblica.it/economia/rapporti/osserva-italia/trend/2018/01/19/news/cucina\\_di\\_casa\\_tradita\\_sempre\\_piu\\_italiani\\_al\\_ristorante-186804881/](http://www.repubblica.it/economia/rapporti/osserva-italia/trend/2018/01/19/news/cucina_di_casa_tradita_sempre_piu_italiani_al_ristorante-186804881/)  
[www.ilgiornaledelcibo.it/italiani-e-cibo-rapporto-fipe/](http://www.ilgiornaledelcibo.it/italiani-e-cibo-rapporto-fipe/)

## STRATEGIE AUSPICABILI

Sulla base di quanto descritto, è possibile affermare l'urgente necessità di riconoscere maggiormente il ruolo e le responsabilità di una figura che seleziona la qualità del nostro cibo e dei suoi processi di preparazione e che, attraverso tale scelta, è responsabile dei rischi microbiologici e chimici della maggior parte dei nostri pasti tanto quanto un produttore alimentare.

Un maggiore riconoscimento di tale figura non vuole significare una maggiore assegnazione di colpe e responsabilità, bensì una maggiore valorizzazione di una professione che è costretta a produrre pasti di scarsa qualità, davanti a una richiesta di prezzi sempre minori.

Valorizzazione pertanto significa reciproca responsabilità e maggiore predisposizione a spendere somme più elevate per un cibo che è parte integrante del concetto di salute e benessere individuale.

Allo stesso modo, cuochi e ristoratori devono necessariamente prendere coscienza delle proprie responsabilità attraverso un aggiornamento costante circa l'impatto sulla salute di prodotti alimentari provenienti da sistemi intensivi, di ingredienti di derivazione chimica, di metodi di cottura e trasformazione ad alto impatto. Creare relazione con il territorio risulta ancora una volta un percorso vincente per tramandare cultura, rilocalizzare l'economia, perpetuare le tradizioni alimentari perdute, sostenere le produzioni locali, contribuire all'identità territoriale, creare dunque benessere comunitario.



### 3.5.4 CITTADINI (Sani, malati, potenzialmente a rischio)

#### INTERESSI

- Risparmio economico.
- Esperienza alimentare gradevole.
- Tutela della propria salute.
- Apertura a nuove esperienze culinarie.
- Visite Mediche adeguate e accessibili in termini economici e temporali.

#### LIMITI

- Lontananza dai luoghi di produzione alimentare (per chi vive in città mediamente grandi).
- Selezione primaria di alimenti da parte della GDO, quindi limiti nella scelta alimentare.
- Ritmi di lavoro che non consentono di accedere ai mercati locali mattutini.
- Tempi molto estesi nell'effettuazione di visite mediche necessarie.
- Medici non sempre adeguatamente informati sul tema alimentare.

#### NECESSITÀ

- Soluzioni alimentari di qualità, ma al tempo stesso rapide, compatibili a ritmi ed esigenze quotidiane.
- Evitare le frodi.
- Conoscere il reale contenuto del proprio cibo.
- Buon rapporto qualità/prezzo.
- Maggiore e migliore ascolto da parte del medico.
- Maggiori livelli di informazione.

#### TENDENZE

- Acquisto di cibo non stagionale, non locale, al più basso prezzo possibile.
- Predilizione di formule alimentari globalizzate ed economiche.
- Attrazione nei confronti di cibo altamente processato, pronto per il consumo.
- Acquisto presso grandi supermarket (GDO).
- Estremo condizionamento da pubblicità e modelli di consumo.
- Maggiore percezione del rischio microbiologico, rispetto al rischio chimico
- Pretesa di cure economiche e veloci, evitando la modifica di stile di vita e abitudini negative.

#### STRATEGIE AUSPICABILI

- Associazionismo e adesione a piattaforme territoriali, a gruppi di acquisto e di autotutela.
- Relazione con il territorio, gli attori locali, le iniziative informative e divulgative.
- Responsabilità condivisa, ovvero "sono responsabile attraverso le mie scelte".
- Aggiornamento sull'impatto dell'utilizzo di prodotti provenienti da produzioni di tipo industriale, sulla salute di produttori, consumatori e ambiente.
- Rapporto diretto con produttori alimentari locali.
- Aggiornamento costante.
- Spirito critico.

Sebbene la tutela della propria salute dovrebbe essere l'interesse principale di ogni essere umano, davanti alla possibilità di un cospicuo risparmio economico (non solo nel settore alimentare), spesso tale elemento cessa di essere una priorità.

Un cibo gradevole e abbastanza economico incarna la scelta più comune della maggior parte dei cittadini. Oggi il cibo non è uno *status symbol* come numerosi altri beni materiali.

Ci si identifica in uno smartphone, in un abito, in un'auto, in un brand, ma non nel cibo. È per questo che si è disposti a spendere enormi cifre per beni non strettamente necessari. La tendenza è quella di risparmiare il più possibile su ciò che si mangia, poiché ciò che si mangia non dimostra - apparentemente - chi siamo, ciò che possediamo, chi desideriamo essere.

Si è pertanto disposti a correre il rischio di ammalarsi a causa del proprio cibo, poiché in molti casi il consumo alimentare non ha conseguenze immediate e concretamente visibili. Pertanto, difficilmente un medico tratterà una correlazione tra la qualità del cibo consumato e una particolare patologia. A questo punto l'interesse che scavalca la tutela della propria salute è quello di avere accesso a visite mediche efficienti in termini di tempo, denaro e prestazione, senza agire sul problema che vi è a monte, bensì sulla malattia o sul disturbo.

La tendenza più diffusa è, infatti, quella di acquistare cibo non stagionale, non locale o/e al più basso prezzo possibile all'interno dei mercati alimentari e prediligere forme di ristorazione globalizzate, convenienti e fantasiose.

L'attrazione nei confronti di un cibo altamente processato, pronto per il consumo, per tale ragione "comodo" cresce progressivamente, anche a causa della pubblicità e di modelli di consumo ad alto impatto per la salute umana e ambientale (Scaffidi, 2018). La preoccupazione più concreta è quella di avere un cibo sicuro, ma da un punto di vista microbiologico, privo cioè di batteri, funghi e micotossine. Come già descritto in precedenza, la percezione del rischio microbiologico predomina su quella del

rischio chimico, un rischio invisibile nel momento dell'acquisto, in quello del consumo, e purtroppo anche nel breve periodo successivo. In questo modo si perpetuano stili di vita dannosi con un livello di consapevolezza sottile che conduce alla pretesa di cure mediche economiche e veloci, senza essere disposti a modificare la propria vita, le proprie abitudini, le proprie scelte. Quindi dal punto di vista alimentare e sanitario, quali sono le necessità di un cittadino? Esse cambiano a seconda del contesto e del livello di informazione di ogni individuo, tuttavia malgrado questi fattori, la necessità di un cibo sano di qualità e di uno stato di salute ottimale rimane il diritto imprescindibile di ogni uomo. Attualmente i limiti per garantire tale diritto sono numerosi. La distanza dai luoghi di produzione alimentare, in particolare per chi vive all'interno di città di grandi dimensioni e i ritmi di lavoro intensi e prolungati, rendono difficoltoso rintracciare cibo sano, locale e di qualità, se non all'interno dei grandi supermercati, nei quali la scelta alimentare è comunque limitata a una prima - seppur vasta - selezione effettuata dalla Grande Distribuzione Organizzata.

Dal punto di vista medico, invece, il tema del cibo non è ancora sufficientemente affrontato, pertanto la divulgazione delle informazioni a riguardo viene meno, proprio da parte di una figura cardine e di estrema importanza come quella del medico, sia esso di base o specialista.

### **STRATEGIE AUSPICABILI**

In un contesto ostile come può agire un cittadino per intraprendere delle strategie ottimali di autotutela? Come può facilitare le proprie scelte etiche e sostenibili? E ancora, come può innescare e nutrire una solida relazione con il proprio territorio? Come può informarsi correttamente ed essere informato? Se si auspica a un cambiamento bottom up, come risposta ad un sistema politico ed economico basato sul profitto, allora le forme di associazionismo, l'adesione a piattaforme territoriali basate sui valori della sostenibilità, dell'etica e della solidarietà, si dimostrano essere vincenti.

Tuttavia, è necessario partire dal presupposto che non tutti i cittadini si avvalgono dello stesso livello di consapevolezza, pertanto è necessario riflettere su come innescare uno spirito critico e una presa di coscienza e su come incrementare i livelli di informazione in un pubblico quanto più eterogeneo possibile.

Come per ogni forma di consapevolezza, anche sulla consapevolezza alimentare agiscono flussi negativi e/o positivi di influenza (Fig. 40). Generalmente la diffusione di modelli di consumo ad alto impatto, sostenuti anche e non solo da una pubblicità sempre più persuasiva, influisce sulle scelte del consumatore alimentare. Un'adeguato livello di informazione può rappresentare però una buona barriera di contrasto per l'attaccamento di pratiche alimentari errate. Le associazioni locali di categoria, a cui fanno capo produttori agroalimentari e professionisti sanitari, e le differenti piattaforme oggi esistenti, possono

contribuire alla divulgazione di una buona informazione e alla generazione di cittadini consapevoli o moderatamente consapevoli. Tra questi elementi di contrasto a modelli pubblicitari e di consumo ad alto impatto, possiamo citare anche le campagne informative pubbliche e private connesse a iniziative e attività coerenti allo scopo, eventi e contenuti social e molto altro ancora, in grado di sfavorire l'attaccamento di cattive abitudini alimentari e di produrre livelli di consapevolezza adeguata.

### Consapevolezza Alimentare: flussi negativi e positivi d'influenza

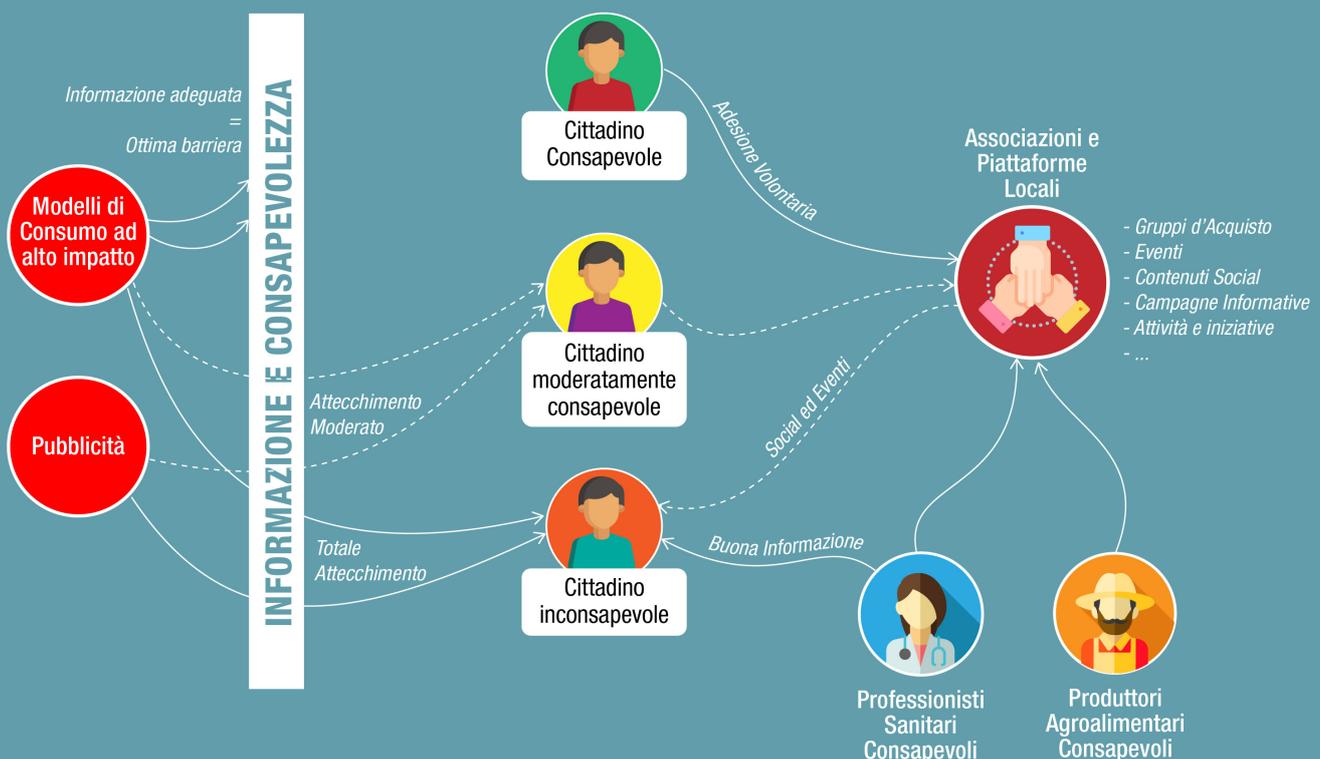


Fig. 40 - Flussi positivi e negativi sui livelli di consapevolezza alimentare dei cittadini



### 3.5.5 ASSOCIAZIONI LOCALI

(di promozione, valorizzazione, tutela sociale e ambientale)

#### INTERESSI

Variabili a seconda del tipo di associazione. Generalmente:

- Tutela degli associati.
- Divulgazione di informazioni e ideologie.
- Organizzazione di attività formative, ma allo stesso tempo ludiche.
- Coinvolgimento territoriale.
- Azioni concrete che aiutino realtà che necessitano di attenzione, sensibilità, tutela, valorizzazione, promozione, ecc.

#### NECESSITÀ

- Autofinanziamento, dunque sopravvivenza nel tempo.
- Donazioni costanti e partecipazione attiva.
- Dedizione e passione costante.
- Spirito di appartenenza e identità.
- Reciprocità.

#### LIMITI

- Adesione spesso disinteressata dei soci.
- Tempo insufficiente a causa di ritmi di lavoro intensi.
- Contributi non costanti, dunque non sempre garantiti.
- Risorse economiche limitate, alle volte assenti.
- Sede non sempre presente e/o inadeguata.

#### TENDENZE

- Auto-sponsorizzazione attraverso social network e newsletter.
- Mancata costanza nelle attività e nel coinvolgimento dei soci.
- Picco iniziale di iniziative che tende a ridursi nel tempo.
- Estremizzazione di punti di vista, ideali, esigenze, ecc.

#### STRATEGIE AUSPICABILI

- Ricerca di sponsor e patrocini.
- Suddivisione di ruoli e responsabilità a seconda di inclinazione e interessi.
- Divulgazione periodica di contenuti virtuali per generare continuità apparente.
- Appuntamenti comunitari periodici.

Perché inserire le associazioni di promozione sociale e ambientale all'interno di un network territoriale che promuova una forma di benessere e salute a partire dal cibo? Generalmente le associazioni rappresentano un insieme di persone che si auto-organizzano per il conseguimento di un fine comune caratterizzato da ideali e valori condivisi. Tale dinamica prevede una partecipazione costante che assicuri continuità. Le forme di associazionismo e autorganizzazione talvolta rappresentano il primo passo per un cambiamento bottom-up. Si tratta di un cambiamento che contiene intrinsecamente le esigenze di un gruppo di persone che desiderano comunicare un problema, dare voce alla loro presa di posizione, svolgere delle attività concrete per la risoluzione o il ridimensionamento del problema, divulgare soluzioni, informazioni e buone pratiche, agire dal micro al macro, ovvero stimolare un cambiamento individuale per arrivare a una soluzione collettiva, potenzialmente accettabile dalle istituzioni in una fase successiva.

Attuare un cambiamento di stampo alimentare-sanitario dall'alto, richiede necessariamente strategie differenti a seconda delle peculiarità di ogni territorio e molto spesso tempi estremamente lunghi, i quali possono condurre a un mancato raggiungimento degli obiettivi prefissati. Per tale ragione, associarsi in un gruppo che si autogestisce rappresenta un modo alternativo per agire concretamente, ma soprattutto per condurre al dialogo figure appartenenti ad ambiti disciplinari e professionali differenti che nella loro vita quotidiana non interagiscono facilmente, pur condividendo stessi ideali e valori. In questo modo le associazioni fungono da realtà che agevolano il dialogo, ma soprattutto da vettore di cambiamento. Ovviamente interessi e obiettivi si differenziano a seconda del tipo di associazione, ma quando ci si riferisce ai temi del cibo e della salute, non si può che fare riferimento ad associazioni di promozione sociale e ambientale che incarnano come valori base quello della sostenibilità e dell'identità territoriale.

Generalmente tali associazioni si occupano dell'organizzazione di attività formative e azioni concrete per sostenere realtà (locali e non) che necessitano di maggiore sensibilità, tutela, valorizzazione, promozione, ecc.

Un'associazione auspica quindi a un coinvolgimento territoriale allargato che possa crescere nel tempo attraverso forme di auto-finanziamento. Vi è dunque la necessità di ricevere donazioni costanti e una partecipazione attiva che possa permetterne la sopravvivenza. Tra i limiti di queste realtà vi è però un'adesione spesso disinteressata dei soci, contributi economici non costanti, dunque risorse economiche limitate e alle volte addirittura assenti, sedi inadeguate e non sempre presenti e ancora tempo insufficiente a causa dei ritmi di lavoro intensi che negano agli associati di condurre un'attività parallela di volontariato. Dunque tra le tendenze comuni, si nota un picco iniziale di iniziative che tende a ridursi nel tempo e che si traduce in una mancata costanza nelle attività e nel coinvolgimento dei soci, benché il tentativo sia quello di auto-sponsorizzarsi e creare relazioni virtuali attraverso social network e newsletter. Tra le strategie auspicabili vi è senza dubbio la ricerca costante di sponsor e patrocini di realtà avviate che condividono gli stessi valori e interessi dell'associazione. Inoltre, la suddivisione di ruoli e responsabilità a seconda di inclinazioni, interessi e passioni può incrementare la costanza del contributo degli associati. La divulgazione periodica di contenuti virtuali, infatti, può generare continuità apparente, ma restano indispensabili gli appuntamenti comunitari periodici, reciprocità e un forte spirito di appartenenza e identità.

### 3.6 ANALISI QUALITATIVA DELLE ATTUALI RELAZIONI TRA GLI STAKEHOLDER

Sulla base dell'analisi effettuata di ogni potenziale stakeholder del progetto 'Cibo, Comunità, Salute', è stato lecito chiedersi in che modo essi interagiscono allo stato attuale.

Per maggiore semplicità e per agevolarne la comprensione, le relazioni indagate sono state categorizzate all'interno di uno schema grafico (Fig. 41) in:

- relazioni critiche e/o frammentarie
- relazioni buone o in crescita
- relazioni assenti

Al fine di descrivere i risultati emersi, è doveroso partire dalla figura del medico che, come già citato, rappresenta una figura di riferimento per la comunità, una fonte attendibile e autorevole a cui porre ascolto. Numerosi medici oggi lamentano una scarsa collaborazione, non solo tra specialisti differenti, ma anche tra specialisti e medici di base. In molti ritengono che una maggiore collaborazione e una maggiore interazione ridurrebbe le diagnosi errate, incrementerebbe la ricerca di cure efficaci, ridurrebbe tempi d'attesa e sentimenti di incertezza e confusione nel paziente, abbatterebbe i costi sanitari. La maggior parte dei professionisti sanitari si limita a condurre un check up della documentazione che il paziente nel migliore dei casi conserva, senza interagire direttamente con gli altri specialisti. La raccolta, la cura e l'esibizione di tale documentazione, non sempre completa, oggi è responsabilità del paziente, se facciamo riferimento ai casi esterni agli ambienti ospedalieri. L'interazione con il cittadino malato risulta così frammentata e quasi assente nei casi di individui sani, dove, le informazioni sanitarie per la prevenzione e un corretto stile di vita arrivano da politiche comunali o governative.

La relazione tra medico e produttore alimentare

è del tutto assente. I produttori alimentari si attengono alle leggi e ai sistemi di controllo nazionale per la gestione del rischio microbiologico e per l'utilizzo di contaminanti chimici, ma non vi è alcun rapporto diretto tra figure sanitarie territoriali e produttori locali. La medesima valutazione può essere condotta per chef, cuochi e trasformatori. Per quanto concerne le associazioni, si nota una prevalente adesione a piattaforme di categoria, come l'*Associazione Medici per l'Ambiente* (ISDE)<sup>39</sup> o altre forme di associazionismo tradizionale come l'*Associazione Italiana Medici* (AIM)<sup>40</sup>. Non si tratta quindi di realtà eterogenee e multidisciplinari, nelle quali invece i medici presenti aderiscono come cittadini membri connotati da specifici i valori e ideologie, a prescindere dalla loro professione.

Al contrario, nelle forme eterogenee di associazionismo locale appaiono molto più presenti i produttori alimentari locali, che per la vendita e la distribuzione dei loro prodotti stanno superando i classici canali di vendita, aderendo a piattaforme che non solo facilitano l'interazione con il cittadino, ma che li connota come produttori di una determinata categoria, contraddistinti da specifici valori o caratteristiche. È possibile dunque definire il legame tra produttori locali e associazioni territoriali una tra le poche relazioni che ha già preso fortemente piede e che ha già dimostrato i benefici ottenibili, ma comunque ancora potenziabile. Rispetto all'interazione medico-medico, quella produttore-produttore è abbastanza radicata, soprattutto se ci si riferisce alle cooperative locali, ma anche in questo caso

---

<sup>39</sup> Per maggiori informazioni: [www.isde.it](http://www.isde.it)

<sup>40</sup> Per maggiori informazioni: [www.associazioneanalianamedici.com](http://www.associazioneanalianamedici.com)

sarebbe auspicabile un'interazione che, in una nuova ottica di circolarità, possa innescare una produzione a impatto zero, con una maggiore valorizzazione degli output organici e con una maggiore generazione di valore.

La relazione tra produttore alimentare locale e cittadino varia invece a seconda dei territori, delle loro dimensioni e della loro struttura. In siti urbani decisamente ampi predomina il potere della Grande Distribuzione Organizzata e la forza magnetica di un'offerta alimentare internazionale, tuttavia nei piccoli siti periferici caratterizzati da una prossimità alle zone rurali, il rapporto tra consumatore e produzione locale si intensifica, poiché semplificato.

In tale scenario, cuochi e trasformatori appaiono figure che agiscono dietro le quinte e che pertanto non coltivano alcun rapporto diretto con cittadini e medici se non attraverso la preparazione del loro cibo. Per ovvie ragioni è maggiormente presente la relazione tra cuoco e produttore alimentare, sebbene spesso minacciata da forme di vendita e distribuzione di prodotti all'ingrosso non locali e a basso costo. Anche in questo caso, la predilezione di forme di associazionismo di settore ha lasciato meno spazio all'adesione a piattaforme e associazioni multidisciplinari.

L'associazionismo settoriale manifesta in maniera tangibile la disconnessione e il mancato dialogo tra gli stakeholder analizzati, che nel migliore dei casi dialogano solo con i professionisti del loro medesimo campo disciplinare.

L'elenco di associazioni, organizzazioni, piattaforme e realtà in cui identificarsi e del quale poter essere membri, oggi è estremamente ampia. Ma se si fa riferimento al binomio cibo-salute, la lista si riduce a pochi sforzi di natura prevalentemente alimentare, dove le figure dei professionisti agro-alimentari sono marginalmente coinvolte. Pertanto, sfortunatamente, rimane responsabilità del cittadino o nel migliore dei casi dei gruppi di consumatori, perseguire scelte e azioni in grado di innescare un'inversione di tendenza.

La figura del progettista sistemico deve pertanto

agire agevolando tale dinamica e progettando punti di contatto e interazione che possano consolidare le buone relazioni, nutrire quelle frammentarie e instabili, tessere di nuove e fruttuose attraverso la pianificazione di una piattaforma multisettoriale dove professionisti differenti che condividono stessi valori, obiettivi e stesso codice etico, possano mettere le proprie competenze o la propria produzione a disposizione del cittadino e degli altri professionisti aderenti.

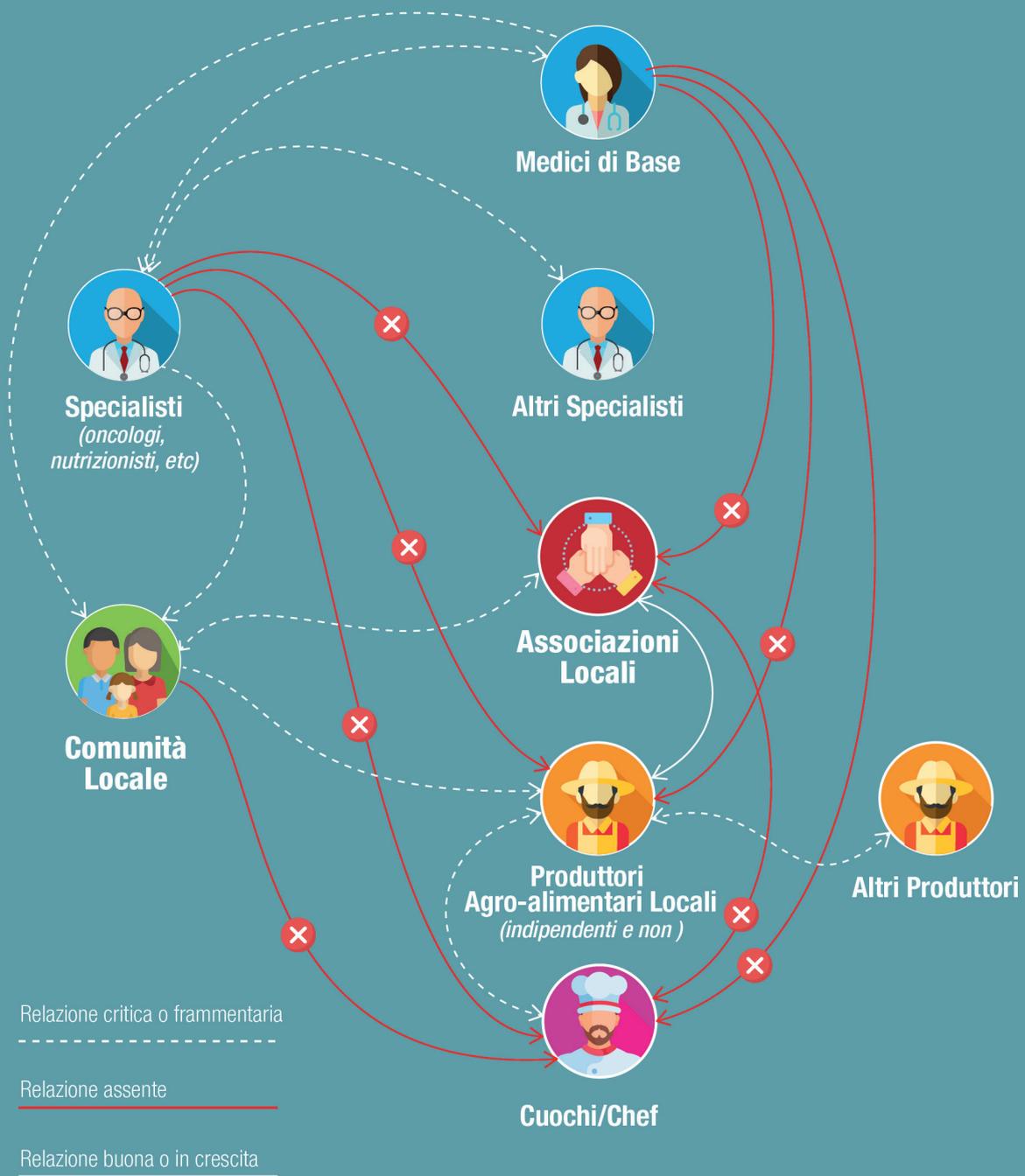


Fig. 41 - Analisi qualitativa delle attuali relazioni tra gli stakeholder coinvolti nel progetto *Cibo, Comunità, Salute*

## 3.7 Linee Guida Progettuali

A seguito dell'analisi di scenario condotta e della ricerca sul campo descritta nei capitoli precedenti, è stato possibile elaborare cinque linee guida fondamentali, direzioni potenzialmente percorribili all'interno del progetto 'Cibo, Comunità, Salute'. Tali direzioni progettuali hanno rappresentato le basi della progettazione del network territoriale tra gli stakeholder selezionati.



### 1. RESTITUIRE VALORE

ovvero riportare il **cibo naturale** a essere un elemento cardine del processo di prevenzione delle malattie croniche e del mantenimento di uno stato di salute ottimale del cittadino.

---



### 2. RICONNETTERE

ovvero condurre i professionisti del settore sanitario ad affrontare con maggiore vigore l'importanza di una produzione e di un consumo alimentare di tipo naturale, traendo forza da un approccio transdisciplinare che contempi il **confronto con il settore agroalimentare**.

---



### 3. GENERARE CONSAPEVOLEZZA

ovvero divulgare una conoscenza di base circa i **rischi/costi sanitari connessi a un cibo di bassa qualità**, prodotto con metodi intensivi e ad alto impatto. Aumentare la percezione del rischio chimico, alla pari del rischio microbiologico attraverso la disseminazione di informazione e esperienze dirette all'interno delle comunità.

---



### 4. CREARE RELAZIONE E RECIPROCA RESPONSABILITÀ

connettere attori appartenenti a scenari che oggi difficilmente dialogano tra loro. Creare **scambio di competenze** e un **agire comunitario** che abbia come fine ultimo la tutela dell'individuo e del suo territorio.

---



### 5. PRODURRE UN IMPATTO POSITIVO A LUNGO TERMINE, A LIVELLO SOCIALE, AMBIENTALE ED ECONOMICO

dunque incrementare il benessere di una comunità che sia in grado di perpetuare nel tempo **comportamenti virtuosi e sostenibili**.

## 3.8 GLI OBIETTIVI PROGETTUALI

Gli obiettivi a cui ambisce il progetto '*Cibo, Comunità e Salute*' sono molteplici:

-  **OBIETTIVO 1**  
Condurre a una riflessione partecipata sui temi interconnessi del consumo e della produzione alimentare, della salute e della prevenzione, generando un'interazione concreta tra professionisti che generalmente non dialogano tra loro.
-  **OBIETTIVO 2**  
Generare maggiore consapevolezza alimentare, attraverso relazioni dirette, eventi, esperienze.
-  **OBIETTIVO 3**  
Guidare a un consumo alimentare consapevole, sano, sostenibile e locale, riducendo la dipendenza da un cibo altamente processato o prodotto con metodi intensivi, proveniente dalle grandi compagnie agro-industriali (Petrini, 2016).
-  **OBIETTIVO 4**  
Riumanizzare, a livello locale, il processo di produzione e vendita del cibo, tracciandone le connessioni con la sfera sanitaria.
-  **OBIETTIVO 5**  
Produrre un impatto positivo a lungo termine a livello sociale, ambientale ed economico.

Tali obiettivi, spiegano l'esigenza di progettare un network territoriale virtuoso che coinvolga gli attori generalmente presenti all'interno dei sistemi agroalimentari e sanitari. All'interno di questo network entrano in gioco però nuove figure, ovvero quella del designer sistemico come mediatore e progettista di relazioni e quella delle associazioni locali, che divengono elemento di connessione strategico con il territorio e la sua comunità.

A tal proposito, per la persecuzione di tali obiettivi, all'interno del territorio individuato, ovvero quello del chierese (Piemonte, Italia) è stato organizzato un primo workshop tra possibili stakeholder locali coinvolgibili all'interno del progetto '*Cibo, Comunità e Salute*'.

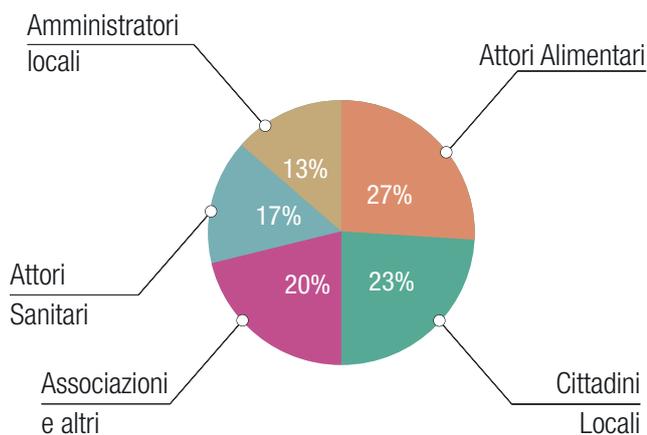
Gli obiettivi, lo svolgimento e i risultati ottenuti durante l'evento saranno descritti nelle pagine seguenti.

### 3.9 Cibo, Comunità, Salute: i primi passi verso la generazione di un network territoriale

**Luogo**  
Chieri (TO, Piemonte, Italia)

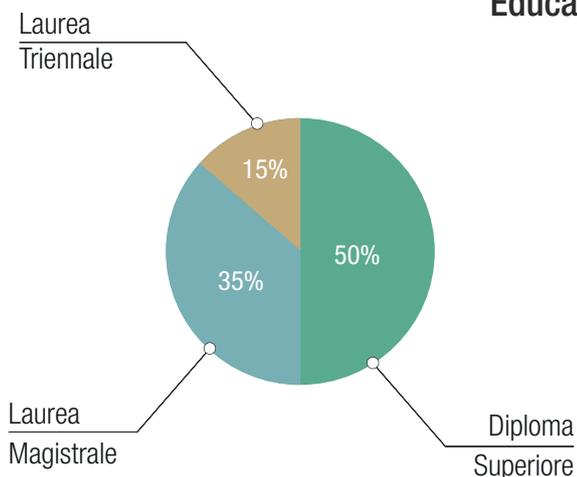
**Durata**  
2 ORE

**Partner**  
Associazione CiòCheVale



L'08 Gennaio 2020, all'interno della sede dell' associazione di promozione sociale e ambientale CiòCheVale, presso il Comune di Chieri (Torino, Piemonte, Italia), è stato organizzato un workshop tematico dal titolo "Cibo, Comunità, Salute: i primi passi verso la generazione di un network territoriale" (Fig.42). L'obiettivo dell'evento è stato quello di condurre un team eterogeneo di 30 cittadini dei 40 comuni coinvolti all'interno del progetto 'Cibo, Comunità, Salute' a interrogarsi sul reale significato di cibo sano, sulle responsabilità di ogni attore coinvolto nel settore agroalimentare e sanitario, sulle possibilità di collaborare assieme per riconnettere due sistemi oggi profondamente distanti, quale quello sanitario e agroalimentare. All'interno dei partecipanti, difatti vi sono stati produttori agroalimentari, cuochi, ristoratori e agronomi, ma anche medici di base, oncologi, nutrizionisti, e dietisti. Inoltre, vi è stato un piccolo gruppo di cittadini curiosi, alcuni dei quali sono oggi impegnati nel progetto sociale *Reciprocamensa*<sup>41</sup>. Presenti anche alcuni amministratori locali, tra cui Alessandro Sicchiero,

#### Educazione





POLITECNICO  
DI TORINO

Dipartimento di  
Architettura e Design

CIÒ  
CHE  
VALE



# Cibo, Comunità, Salute:

i primi passi verso la progettazione  
di un Network Territoriale

Food For Health Workshop  
1° Edizione

**08 Gennaio 2020**

18.30 - 20.30

Associazione CiòCheVale

Via Guglielmo Marconi, 15  
10023 Chieri (TO)

**Per registrarsi:**

Alberto - CiòCheVale  
335-726 7159  
associazione.ciochevale@gmail.com

Alessandra - Politecnico di Torino  
389-3435866  
alessandra.savina@polito.it

*Perchè parlare di  
"cibo sano"?  
Siamo davvero  
consapevoli degli attuali costi  
sociali di ciò che mangiamo?  
Che ruolo abbiamo come  
produttori, medici, associazioni,  
cuochi, distributori, cittadini?  
Proviamo a riflettere assieme...*

Fig. 42 - Locandina del workshop "Cibo, Comunità, Salute: i primi passi verso la progettazione di un Network Territoriale".

Sindaco del Comune di Chieri, Ferdinando Scimone, Sindaco del Comune di Arignano e Aurora Grassi, vicesindaco del Comune di Cambiano. Si è trattato del primo momento interattivo che ha condotto a un confronto diretto realtà e professionalità che raramente comunicano tra loro. L'evento ha assistito a una prima auto-presentazione affinché tutti i partecipanti potessero conoscersi reciprocamente, stimolando pertanto possibili nuove relazioni e collaborazioni. Il workshop è stato aperto con un quesito apparentemente banale, posto volontariamente senza alcuna introduzione, ovvero "Qual è per voi il reale significato di cibo sano?". Con tale domanda è stato possibile vagliare il concetto mentale di cibo salutare che ogni partecipante possedeva, senza interferire con esso. I partecipanti hanno avuto la possibilità di esprimersi anonimamente

<sup>41</sup> L'obiettivo di *Reciprocamensa* è quello di trasformare lo spreco alimentare in risorsa per i cittadini meno abbienti attraverso l'attivazione di una mensa popolare basata sulla reciprocità, il recupero, la restituzione e la relazione. Per maggiori informazioni: [www.sartoriagelso.it/cooperativapatchanka/mensa/](http://www.sartoriagelso.it/cooperativapatchanka/mensa/)

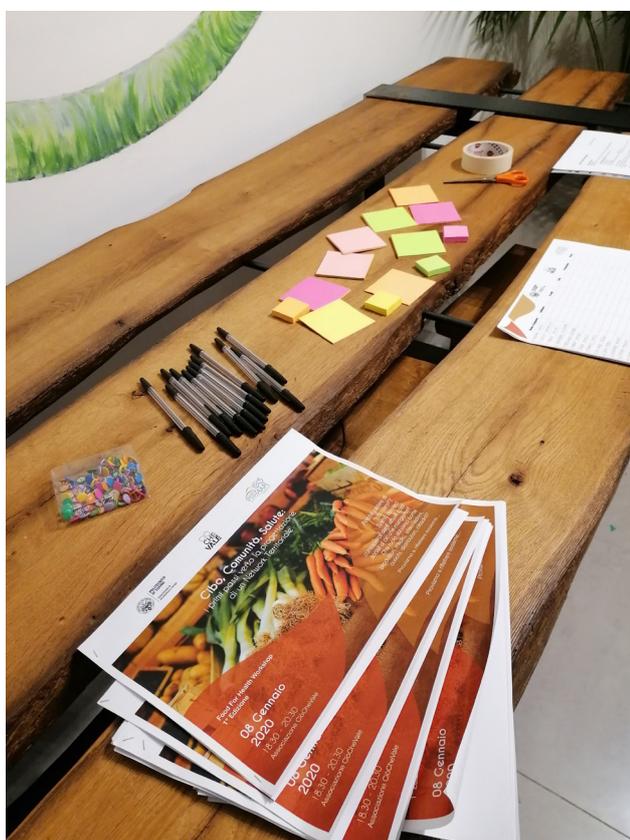


Fig. 43 - Materiale a disposizione dei partecipanti per le attività interattive

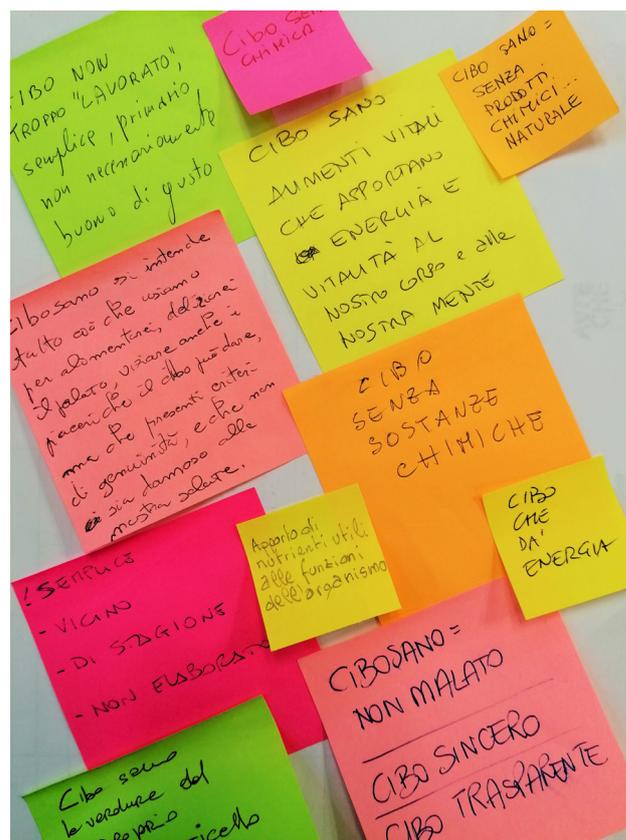


Fig. 44 - Opinioni espresse dai partecipanti circa il vero significato di cibo sano.

attraverso la scrittura delle loro opinioni su piccoli post-it, in seguito letti collettivamente (Fig. 43 - 44). Per più della metà degli individui presenti il concetto di cibo sano combaciava con quello di un cibo coltivato senza l'uso di sostanze chimiche. Per qualcuno si trattava di un cibo prodotto con metodi di produzione biologica, che non avesse sostanze estranee, sebbene vi fosse poca chiarezza sul significato di "sostanza estranea". Interessanti sono state le risposte di chi ha espresso che un prodotto salutare è in grado di conferire energie al corpo e alla mente, attraverso un apporto di nutrienti adeguato per l'organismo umano. Se per alcuni partecipanti un cibo sano rappresentava prevalentemente un cibo poco gustoso e stuzzicante, per altri si trattava invece di un cibo genuino, in grado di deliziare il palato e che, alla pari di un cibo altamente processato, può essere in grado di viziare l'uomo. Per più del 35% dei presenti, cibo salutare significava cibo privo di manipolazioni,

non elaborato, non snaturato, semplice, naturale, stagionale. Un cibo trasparente, con valore etico, che non crei ingiustizia, dunque prodotto nel rispetto dell'ambiente e delle persone, proveniente da aziende qualificate locali o meglio ancora, dal proprio orto. Pertanto, si può notare come, sebbene con opinioni distinte, il concetto di cibo sano sia stato pienamente ricostruito dai partecipanti. Tuttavia, nessuno ha espresso la caratteristica forse più ovvia di cibo salutare, ovvero quella di un cibo non alterato, privo di rischi microbiologici, dunque correttamente prodotto, trasformato e conservato, privo di micotossine, funghi, lieviti e batteri dannosi per la salute. Il passo successivo, forse più complesso, è stato guidare i presenti a domandarsi se il cibo, così come altre merci e attività umane, oggi può presentare delle ricadute sociali: un quesito fondamentale posto con l'obiettivo di condurre a riflettere su quanto un'attività che sostiene la nostra sopravvivenza, sia oggi divenuta allo stesso tempo una realtà che danneggia profondamente l'uomo e l'ambiente (Fig. 45).

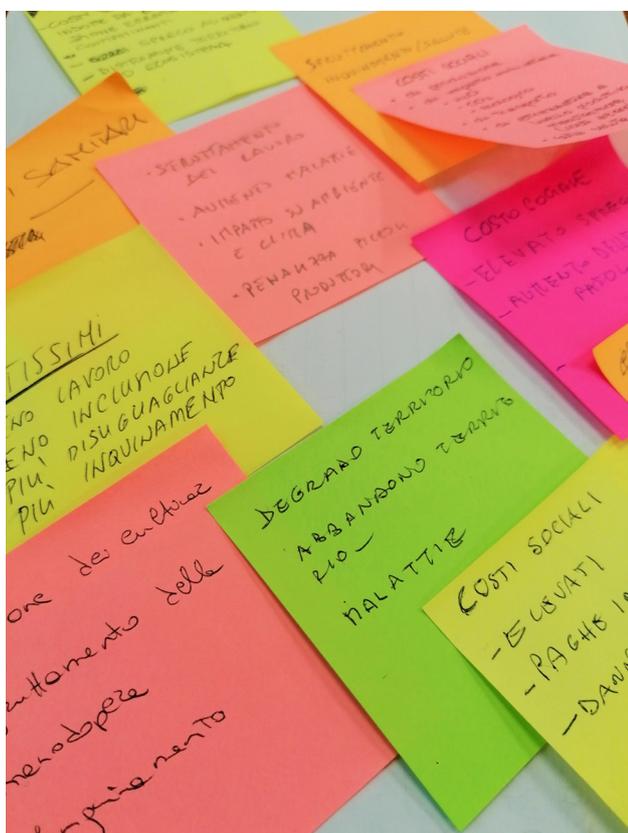


Fig. 45 - Opinioni espresse dai partecipanti circa il concetto di costo sociale connesso al cibo attuale e alla sua produzione.

Quindi, oggi, quali sono i costi sociali del cibo e della sua produzione? La prima forma di costo sociale connesso alla produzione alimentare è emerso velocemente nei primi minuti dell'evento. In tanti hanno parlato di sfruttamento della manodopera, quindi di grandi speculazioni su agricoltori e raccoglitori. Tuttavia, se da un lato è stato citato il caporalato e lo sfruttamento dei raccoglitori, in Italia perlopiù di origine straniera, dall'altro si è fatto riferimento alla penalizzazione dei piccoli agricoltori, alla compressione dei loro salari e al conseguente abbandono delle coltivazioni non redditizie e di veri e propri territori. Difatti, alcuni partecipanti hanno giustamente interpretato il degrado del territorio come una delle componenti appartenenti alla sfera dei costi sociali legati al cibo: il cambiamento climatico, l'inquinamento del suolo e delle falde acquifere, lo sviluppo di nuove emergenze fitosanitarie. Si tratta propriamente di costi ambientali, ma i danni ambientali non sono forse strettamente correlati a quelli che perturbano l'equilibrio e la salute degli esseri umani? Questa riflessione ha condotto la produzione di nuovi pensieri, dunque di nuovi post-it, sui quali i partecipanti hanno espresso un concetto di costo sociale molto vicino a quello di costo sanitario. *“Malattie provenienti da prodotti trattati chimicamente e da un'alimentazione errata, aumento delle patologie secondarie, perturbazione della salute di produttori e consumatori”*. Solo un partecipante ha parlato di disuguaglianza nell'accesso al cibo sano (soprattutto all'interno di grandi realtà urbane), di spreco alimentare e di sovra-produzione di packaging difficilmente smaltibili.

Una volta percorso assieme l'ampio panorama dei costi sociali legati al cibo, è stato lecito interrogarsi su chi siano oggi i responsabili di questo scenario (Fig. 46). In genere è già molto complesso riuscire a sviluppare un adeguato livello di consapevolezza su quanto il cibo possa nutrire e ammalare allo stesso tempo, ma ancor

più complesso è tracciare un legame tra tale fenomeno e le sue cause, riconoscerne le molteplici responsabilità e i meccanismi diretti e indiretti che concorrono al suo sviluppo. A tale interrogativo si prevedevano risposte e pensieri molto comuni che generalmente colpevolizzano il modello capitalista, la struttura governativa, le politiche economiche, le scelte poco trasparenti delle istituzioni nazionali e globali, la realtà sociale e il modello di sviluppo imperante, le multinazionali agroalimentari e farmaceutiche, la Grande Distribuzione Organizzata.

Tali risposte sono in effetti emerse, ma in maniera inaspettatamente ridotta. Difatti, la maggior parte dei partecipanti ha definito il consumatore, quindi la comunità civile, il principale responsabile di uno scenario alimentare ad alto impatto sociale, ambientale ed economico. Alcune delle risposte sono difatti state: *“Il consumatore non desidera informarsi circa i prodotti che acquista, circa ciò che mangia”* – *“Attraverso le sue scelte decide il*



Fig. 46 - Opinioni espresse dai partecipanti circa le responsabilità dei costi sociali connessi all'attuale modello di produzione e consumo alimentare.



Fig. 47 - Momento di confronto tra i partecipanti coinvolti.

*livello del suo impatto”* – *“Desideriamo cibo sempre più economico, perché mangiare prodotti di qualità non è più una priorità”*. Questo estremo livello di consapevolezza lascerebbe ben sperare in un cambiamento bottom-up, che parta dunque dal basso, da una comunità cosciente e bramosa di una trasformazione sociale. Tuttavia, se da un lato scorgiamo una presa di coscienza molto forte, dall'altra qualcuno ha parlato di informazione distorta o mancante, di pubblicità accattivante e poco trasparente, di stampa e media poco attenti al problema. Tutti questi elementi disorientano il consumatore che tende in questo modo a elaborare un pensiero molto comune, ovvero *“Se è sul mercato, allora non fa male a nessuno”*. Questa riflessione di grande valore ha toccato decisamente alcuni dei partecipanti coinvolti, quali i giornalisti presenti della testata *Italia che cambia*<sup>42</sup> che ogni giorno tentano di divulgare realtà positive, inclini al

<sup>42</sup> Per maggiori informazioni, consultare: [www.italiachecambia.org](http://www.italiachecambia.org)

cambiamento, dando speranza e descrivendo una nazione che desidera percorrere la strada virtuosa della sostenibilità, della cooperazione, della cultura.

E allora se le responsabilità sono quelle di una lunga lista di attori all'interno della quale non sono assenti i consumatori, quali sono i ruoli di produttori alimentari, medici, associazioni, cuochi, distributori, ricercatori, giornalisti e cittadini in questo scenario? Quali sono le responsabilità di ogni figura coinvolta in questo processo multidimensionale? Alla luce di questi interrogativi, è stato incredibile notare come tutti i partecipanti, nella loro diversità, abbiano espresso un'opinione comune circa l'estremo valore di un'informazione adeguata, che distribuisca conoscenza, che incrementi il livello di consapevolezza generale, che conduca attraverso dimostrazioni scientifiche a scelte corrette, ad azioni virtuose, che veicoli l'immenso potere delle connessioni locali, della cooperazione territoriale.

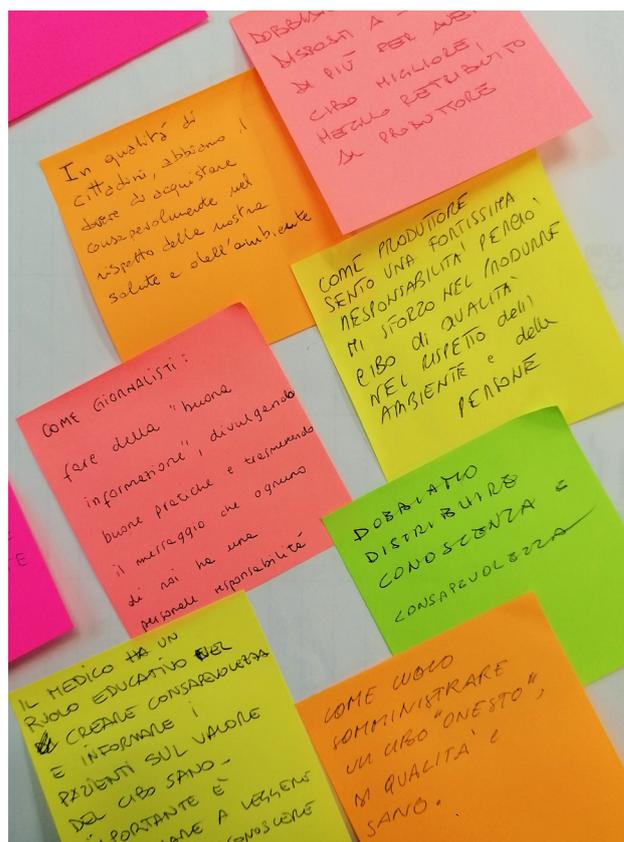


Fig. 49 - Opinioni espresse dai partecipanti circa il proprio ruolo e le proprie responsabilità nel settore agroalimentare e sanitario attuale.



Fig. 48 - Intervento di Aurora Grassi, medico e vicesindaco del Comune di Cambiano.

Ogni partecipante, attraverso un piccolo momento di introspezione ha espresso in seguito le responsabilità della propria professione, generando un'atmosfera intima e decisamente ricca di emozioni (Fig.49) - *"Come cuoco, da anni cerco di privilegiare materie prime salutari, anche se nella ristorazione perseguire questa scelta è molto difficile"* - *"Sono un cuoco e ho la responsabilità di somministrare cibo sano, onesto, di qualità"* - *"Come produttore percepisco in me una fortissima responsabilità, perciò mi sforzo nel produrre cibo di qualità nel rispetto dell'ambiente e delle persone"* - *"Come giornalista ho il dovere di fare della buona informazione. Allo stesso tempo desidero divulgare buone pratiche, per condurre alla comprensione di ogni singola responsabilità"* - *"Come medico, ho ruolo educativo basilare che precede il ruolo sanitario. È tra i nostri doveri creare consapevolezza, informare i pazienti sul valore del cibo sano, sull'impatto di quello non*

sano, aiutarli a compiere delle scelte alimentari corrette, a leggere le etichette e ad acquisire in genere delle abitudini più sane” (Fig.48).

In questo momento estremamente confidenziale ogni partecipante ha preso coscienza delle proprie responsabilità, condividendole con gli altri, in quanto attore di un sistema agroalimentare e sanitario, dunque sociale, che necessita di un cambiamento di rotta.

Tuttavia, è bene premettere che ogni professionista è allo stesso tempo cittadino e consumatore, per tale ragione ha anch'esso il dovere di effettuare un acquisto consapevole che rispetti gli equilibri umani e ambientali.

Tra i partecipanti, qualcuno ha ammesso di cedere frequentemente alla lusinga del prezzo, alla pigrizia nel fare una spesa più riflessiva, senza valutare il costo apparentemente invisibile di un cibo a basso prezzo.

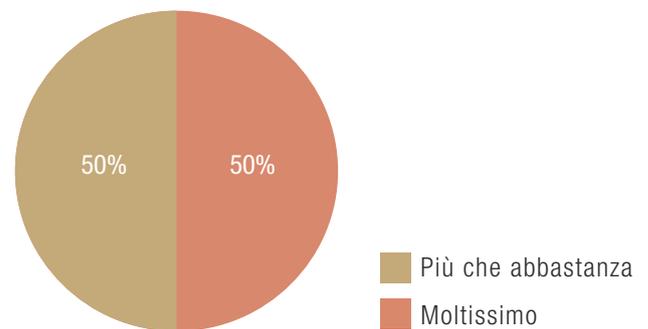
Quest'ultima fase riflessiva ha dato origine a un ampio dibattito in cui medici, produttori, cittadini, amministratori e cuochi hanno avuto modo di confrontarsi molto, a tratti anche animatamente, condividendo punti di vista, opinioni e difficoltà professionali, innescando un clima di confidenza e reciproca comprensione.

A conclusione delle attività, è stato somministrato un brevissimo questionario (Fig. 51 - 52) atto ad avere una visione più precisa del punto di vista degli attori coinvolti, della loro volontà di cambiamento, della loro predisposizione ad essere parte integrante di un network territoriale che possa continuare a riconnettere reti alimentari e sistemi sanitari, incrementando il benessere delle comunità locali.

Di seguito è possibile consultare i quesiti posti e i risultati ottenuti.

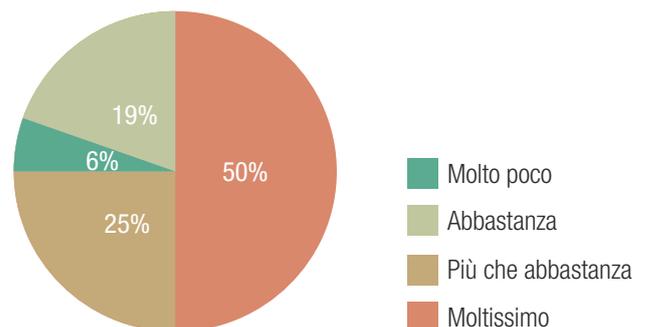
## Riconoscimento e condivisione dei valori

*Ti sei riconosciuto nei valori di questo workshop?*



## Incremento della conoscenza pregressa

*Le informazioni acquisite hanno incrementato la tua conoscenza?*

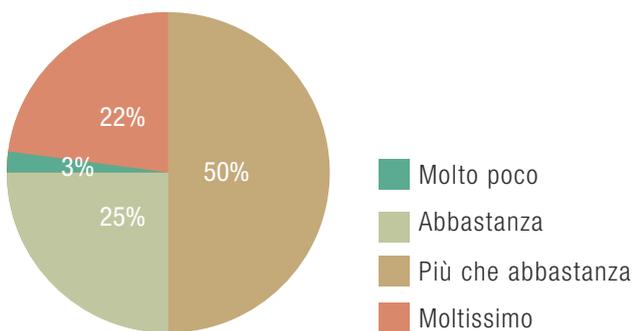


Tutti i partecipanti hanno dimostrato un forte interesse per i temi trattati, ma soprattutto un'estrema propensione a interagire con gli altri, a prendere parola, a descrivere situazioni difficili o fallimentari, proponendo punti di vista e alternative utili (Fig. 50). È bene premettere che si è trattato di un team di individui non estranei al tema, per cui il workshop ha contribuito ad una conoscenza in parte già pregressa, dovuta alle loro attività professionali o alle loro inclinazioni. Tuttavia, vi sono stati alcuni aspetti trattati (quali le potenzialità del design sistemico in un progetto territoriale, la descrizione dei concreti effetti che i contaminanti chimici alimentari producono

sulla nostra salute e quella delle generazioni future o la possibilità di creare un network territoriale virtuoso che incrementi il benessere di ogni singola parte coinvolta, ma anche quello dell'intera comunità), che hanno suscitato e incrementato una curiosità più ampia sul tema.

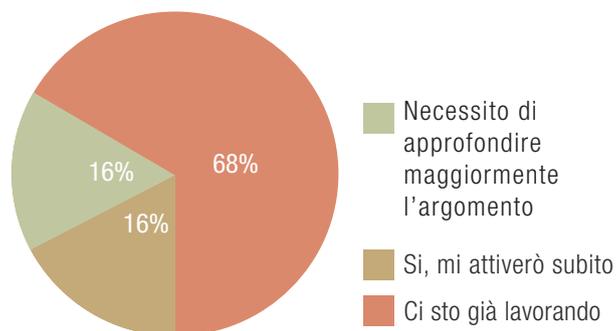
### Incremento della curiosità sul tema

*Le informazioni acquisite hanno incrementato la tua curiosità sull'argomento?*



### Influenza sulle attività lavorative

*Pensi che tali conoscenze possano influenzare in futuro il tuo modo di lavorare e/o la tua attività?*



Dato la partecipazione attiva e l'ampio interesse manifestato, è stato interessante comprendere quanto la riflessione innescata durante l'evento potesse generare in futuro un'influenza positiva sulle attività lavorative dei presenti, che con i loro valori, i loro modi di agire, produrre, pensare, ogni giorno contribuiscono alla tessitura del grande sistema agroalimentare e sanitario territoriale.



Fig. 50 - Momento di confronto e condivisione tra i partecipanti del workshop.

Quasi il 70% dei presenti ha dichiarato di lavorare già molto su questi temi, ma nel 30% rimanente vi è chi ancora desidera informazioni aggiuntive e chi invece ha il desiderio di innescare da subito un piccolo cambiamento.

I medesimi risultati sono emersi in riferimento alla potenziale influenza positiva dell'evento sulle scelte quotidiane, scelte che accomunavano tutti i presenti in quanto cittadini e comunità di un territorio che desidera cambiare.

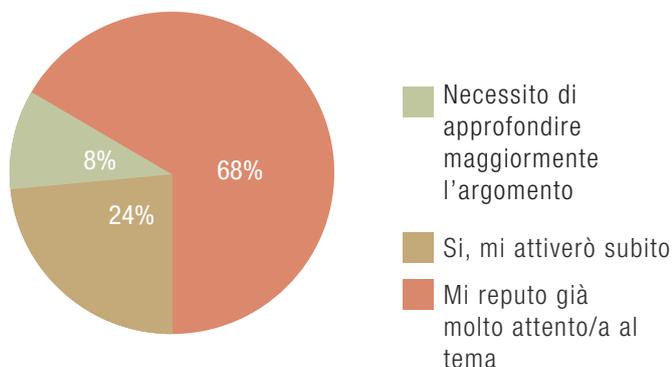
Per tale ragione lo stesso 70% dei presenti si è dimostrato più che predisposto a essere parte integrante di un network virtuoso che contribuisca alla riconnessione delle reti alimentari e dei sistemi sanitari locali.

Qualcuno ha giustamente dimostrato leggera preoccupazione verso la quantità di tempo necessaria e i possibili benefici ottenibili da questo nuovo impegno.

Il livello di soddisfazione generale è risultato però abbastanza alto e il 95% dei presenti si è dimostrato interessato a partecipare a nuovi eventi di questo tipo, a rimanere informato e a dare il proprio piccolo contributo. In questo scenario l'Associazione di Promozione Ambientale e Sociale CiòCheVale ha giocato un ruolo chiave, in quanto ente connettore, mediatore e divulgatore tra figure locali professionalmente distanti.

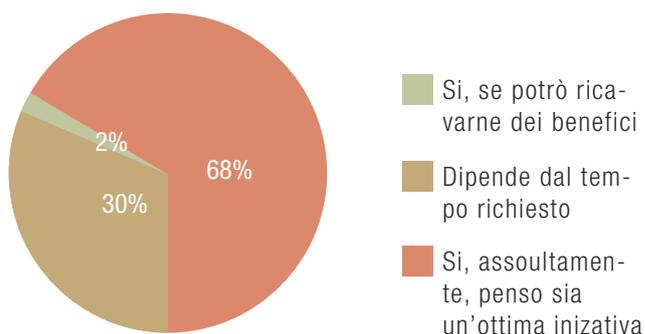
## Influenza sulle scelte quotidiane

*Pensi che tali conoscenze possano influenzare in futuro le tue scelte quotidiane? (Es. Abitudini alimentari, scelte d'acquisto, stile di vita, ecc.)*



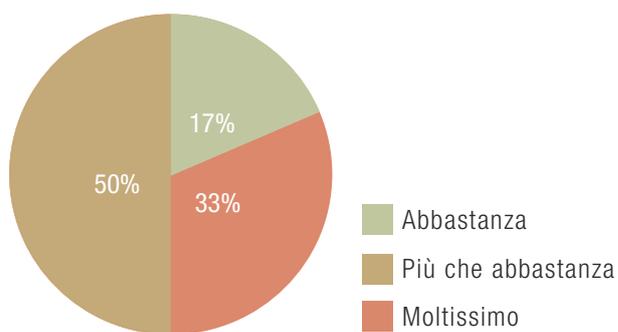
## Predisposizione all'adesione di una piattaforma virtuosa collettiva

*Ti piacerebbe divenire parte integrante di una piattaforma multifunzionale di produzione alimentare, consultazione medica, scambio, informazione e divulgazione, che perpetui la relazione tra cittadini, produttori organici, medici virtuosi, cuochi/chef e organizzazioni di promozione sociale e ambientale, contribuendo così allo sviluppo e al benessere del tuo territorio?*



## Livello di soddisfazione

*Quanto sei soddisfatto di questa esperienza?*



Tra i commenti e le opinioni più significative troviamo quelli di chi ha definito estremamente interessante l'approccio del Design Sistemico, brevemente illustrato nella fase iniziale del workshop, il confronto e le idee generatesi attraverso un'iniziativa che mira a divulgare dei principi virtuosi. Tuttavia, emerge anche un energico desiderio di agire concretamente - *Meno*

*teoria, più pratica, condividiamo tutto questo con altri cittadini! - Affrontiamo il tema dei Gruppi d'Acquisto e quello dei costi sostenibili dalle famiglie - Contattiamo chi già muove sul tema, le associazioni e gli enti locali, coinvolgiamo studenti e docenti delle scuole e delle università locali! - La cosa più importante è riuscire a riconnettersi con la natura.*

Si tratta di reazioni colme di spirito propositivo e di volontà a estendere il tema anche ai meno informati e alle realtà locali più preparate, al fine di avere ricadute più ampie. Questo genere di opinioni inducono a percepire uno scenario pronto ad accogliere con reattività un progetto territoriale sistemico che porti a dialogare figure che non hanno mai avuto un confronto diretto in precedenza. A seguito dell'evento, i partecipanti hanno scambiato reciprocamente contatti e informazioni utili, un primo passo verso un virtuoso percorso di autogestione, che merita cura, corretta gestione, nutrimento costante.

# Comunicaci le tue impressioni...!

Sei un....?

- Produttore/Distributore Alimentare     Cittadino     Medico/Specialista  
 Cuoco/Chef/Ristoratore     Amministratore Locale     Altro.....

Qual è la tua età?

- 18-30     31-45     46-60     61-89

Qual è il tuo livello di istruzione?

- Nessun Titolo     Licenza Scuola Media Inferiore     Diploma Scuola Superiore  
 Laurea Triennale     Laurea Specialistica     Altro.....

---

1. Ti sei riconosciuto nei valori di questo workshop?

- No, per niente     Molto poco     Abbastanza     Più che abbastanza     Sì, moltissimo
- 

2. Le informazioni acquisite hanno incrementato la tua conoscenza?

- No, per niente     Molto poco     Abbastanza     Più che abbastanza     Sì, moltissimo
- 

3. Le informazioni acquisite hanno incrementato la tua curiosità sull'argomento?

- No, per niente     Molto poco     Abbastanza     Più che abbastanza     Sì, moltissimo
- 

4. Pensi che tali conoscenze possano influenzare in futuro il tuo modo di lavorare e/o la tua attività?

- No, non ho abbastanza tempo e non credo sia indispensabile  
 No, non per il momento  
 Necessito di approfondire maggiormente l'argomento  
 Sì, mi attiverò subito  
 Ci sto già lavorando
- 

5. Pensi che tali conoscenze possano influenzare in futuro le tue scelte quotidiane? (es. Abitudini alimentari, scelte d'acquisto, stile di vita, ecc).

- No, non ho abbastanza tempo e non credo sia indispensabile  
 No, non per il momento  
 Necessito di approfondire maggiormente l'argomento  
 Sì, mi attiverò subito  
 Mi reputo già molto attento al tema

Fig. 51 - Questionario somministrato nella fase conclusiva del workshop (Pagina Frontale)

6. Ti piacerebbe divenire parte integrante di una piattaforma multifunzionale di produzione alimentare, consultazione medica, scambio, informazione e divulgazione, che perpetui la relazione tra cittadini, produttori organici, medici virtuosi, cuochi/chef e organizzazioni di promozione sociale e ambientale, contribuendo così allo sviluppo e al benessere del tuo territorio?

- No, non ho abbastanza tempo e non è di mio interesse
- No, non per il momento
- Dipende dal tempo richiesto
- Sì, se potrò ricavarne dei benefici
- Sì, assolutamente. Penso sia un'ottima iniziativa.

7. Quanto sei soddisfatto di questa esperienza?

- Per niente
- Molto poco
- Abbastanza
- Più che abbastanza
- Moltissimo

8. Ti piacerebbe rimanere informato e partecipare ad altri workshop ed eventi di questo tipo?

- No, non ho abbastanza tempo e non sono di mio interesse.
- No, non per il momento
- Sì, saltuariamente
- Sì, certamente.
- Sì, partecipo già molto spesso a eventi di questo tipo.

Se hai piacere, condividi con noi un'idea o un suggerimento....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Fig. 52 - Questionario somministrato nella fase conclusiva del workshop (Pagina Secondaria)

### 3.10 LA RICONVERSIONE DEL PROGETTO A CAUSA DELLA PANDEMIA DA COVID - 19

A seguito dello svolgimento del workshop appena descritto con i potenziali stakeholder del progetto '*Cibo, Comunità, Salute*', l'Italia, e progressivamente tutto il mondo, ha assistito allo sviluppo inaspettato della pandemia da Covid-19. Nell'anno 2020, tale virus ha obbligato a un cambio drastico delle abitudini comportamentali quotidiane, toccando non solo la sfera sanitaria, ma anche quella del consumo alimentare. Il distanziamento sociale forzato ha condotto a una minore predisposizione all'incontro come forma di tutela e prevenzione anche nelle fasi che hanno seguito il periodo di quarantena. Le nuove modalità di smart-working hanno reso maggiormente flessibili gli orari di lavoro, permettendo ai cittadini di avere più tempo da dedicare ad altre attività, in particolar modo nel primo periodo di lockdown esteso da Marzo a Maggio 2020. Tali condizioni hanno prodotto uno scenario di grande fermento online negli ambiti più disparati, creando un'opportunità proficua per il progetto '*Cibo, Comunità e Salute*' e per il dialogo multidisciplinare che esso intendeva e intende tuttora creare.

È bene premettere che l'impossibilità di spostamento al di fuori del proprio comune, l'obbligo di distanziamento sociale, il divieto di qualsiasi forma di assembramento, hanno dapprima portato a un rallentamento delle attività di ricerca e progetto intraprese all'interno di questa tesi, sino a crearne un vero e proprio congelamento.

La situazione di staticità generatasi ha richiesto obbligatoriamente un ripensamento delle modalità con cui realizzare il progetto '*Cibo, Comunità e Salute*', che tuttavia ha cercato di mantenere salda la sua identità. Pertanto, attraverso una nuova fase di interazione tra il Dipartimento di Architettura e Design del Politecnico di Torino e l'Associazione CioCheVale è stata avviata una fase di riprogettazione dello sviluppo del progetto che ha richiesto necessaria-

mente l'utilizzo dei canali online per garantire la sicurezza degli individui coinvolti e rispondere alle normative sulla prevenzione e la limitazione di diffusione del virus emanate dal governo italiano. Le difficoltà non sono state poche in quanto il critico scenario sviluppatosi ha condotto a dei cambiamenti drastici anche all'interno delle professioni coinvolgibili all'interno del progetto '*Cibo, Comunità, Salute*'.

Per ovvie ragioni, la priorità dei professionisti sanitari è divenuta la lotta al Covid-19 e la ricerca di ogni possibilità di autotutela dai potenziali rischi e contagi in ambienti sanitari, mentre quella dei piccoli produttori agro-alimentari è stata quella di raggiungere attraverso canali differenti le dimore dei propri acquirenti, tentando di sconfiggere le minacce rappresentate dalla Grande Distribuzione Organizzata, la quale ha assistito a un incremento degli acquisti, essendo già prontamente preparata ai sistemi di acquisto online e di delivery ad ampio raggio. Infine, i ristoratori e altre attività di consumo alimentare sono stati obbligati a chiudere i battenti. È stato quindi chiaramente difficoltoso riuscire a sviluppare un progetto basato sulle relazioni, in un momento storico in cui ogni individuo e ogni professione, è impegnato a reinventarsi e a tener salda la propria attività.

Tuttavia, basandosi sulla forza delle relazioni e sul concetto di cooperazione, l'obiettivo del progetto '*Cibo, Comunità, Salute*', ovvero quello di creare un network territoriale di relazioni tra gli stakeholder del settore sanitario e agroalimentare, rimane inalterato, così come le linee guida precedentemente elaborate.

La pandemia da Covid-19 ha difatti reso più urgente la riconessione di due sistemi che potrebbero rafforzarsi vicendevolmente, ripartendo proprio dal concetto di cibo sano.

### 3.11 I CANALI DEL PROGETTO

A seguito della fase di ripensamento progettuale dovuta ai differenti disagi condotti dalla pandemia da Covid-19, il progetto '*Cibo, Comunità, Salute*' si è sviluppato seguendo strategie differenti.

In che modo creare relazione, dialogo, confronto, collaborazione e co-partecipazione tra professionisti sanitari, agroalimentari, esperti di vario genere e cittadini senza alcuna possibilità di incontro reale?

In che modo tessere il network territoriale a cui il progetto ambisce senza essere fisicamente presenti all'interno dei comuni coinvolti?

I canali che nel periodo critico vissuto più si sono prestati alle svariate attività professionali e di svago sono stati senza dubbio quelli online, i quali attraverso la moltitudine di piattaforme esistenti hanno permesso di abbattere le distanze, nutrendo le relazioni esistenti secondo nuove modalità e creando nuovi spazi virtuali di incontro. Queste dinamiche sono andate certamente a favore degli individui più giovani, già ampiamente predisposti alla tecnologia, ma anche dei più adulti, i quali messi alla prova e in parte anche obbligati, hanno aperto i loro orizzonti a nuove possibilità di interazione estremamente utili ad affrontare il critico periodo di isolamento e solitudine. Canali online, riviste cartacee e digitali e piattaforme di interazione sono state le protagoniste del periodo.

Per tale ragione si è deciso di sviluppare il progetto '*Cibo, Comunità, Salute*' secondo un duplice sistema di comunicazione che ha coinvolto realtà già esistenti come *ChieriWebTV*<sup>43</sup> e *Picchioverde*<sup>44</sup>, rispettivamente webtv locale e rivista territoriale interni all'Associazione CioCheVale. Il progetto ha dato dunque vita a una piattaforma virtuale, ovvero a una serie di canali di connessione e divulgazione, in relazione

tra loro, che si servono di realtà locali già esistenti e affini al progetto. Nello specifico, tale piattaforma virtuale si basa sulla progettazione di tre canali fondamentali (Fig. 53).



Una rubrica multidisciplinare settimanale all'interno di *ChieriWebTV*. Essa prende il nome del progetto da cui si sviluppa (ovvero *Cibo, Comunità e Salute*) e ne è divenuta il programma di punta nel periodo di Maggio-Luglio 2020;



Una rubrica dal medesimo nome all'interno di *Picchioverde*, rivista di cultura e promozione del territorio, disponibile online e in tutte le edicole dell'area geografica coinvolta nel progetto (pianalto, chierese, collina torinese e basso monferrato),



Una piattaforma virtuale (ancora in fase di progettazione) in grado di raccogliere i contenuti dei primi due canali e perpetuare le relazioni create tra gli attori in gioco, offrendo tuttavia un kit di servizi aggiuntivi.

La sede del progetto è quella dell'Associazione CioCheVale, ovvero Via Guglielmo Marconi, 12/A, 10023 Chieri (Città Metropolitana di Torino), tuttavia data la sua nuova natura virtuale esso ha coinvolto gli spazi agricoli delle realtà agroalimentari aderenti e le singole abitazioni di cuochi, esperti e professionisti sanitari.

<sup>43</sup> Per maggiori informazioni:  
[www.ciochevale.it/chieriwebtv/](http://www.ciochevale.it/chieriwebtv/)

<sup>44</sup> Per maggiori informazioni:  
[www.picchioverderivista.altervista.org](http://www.picchioverderivista.altervista.org)

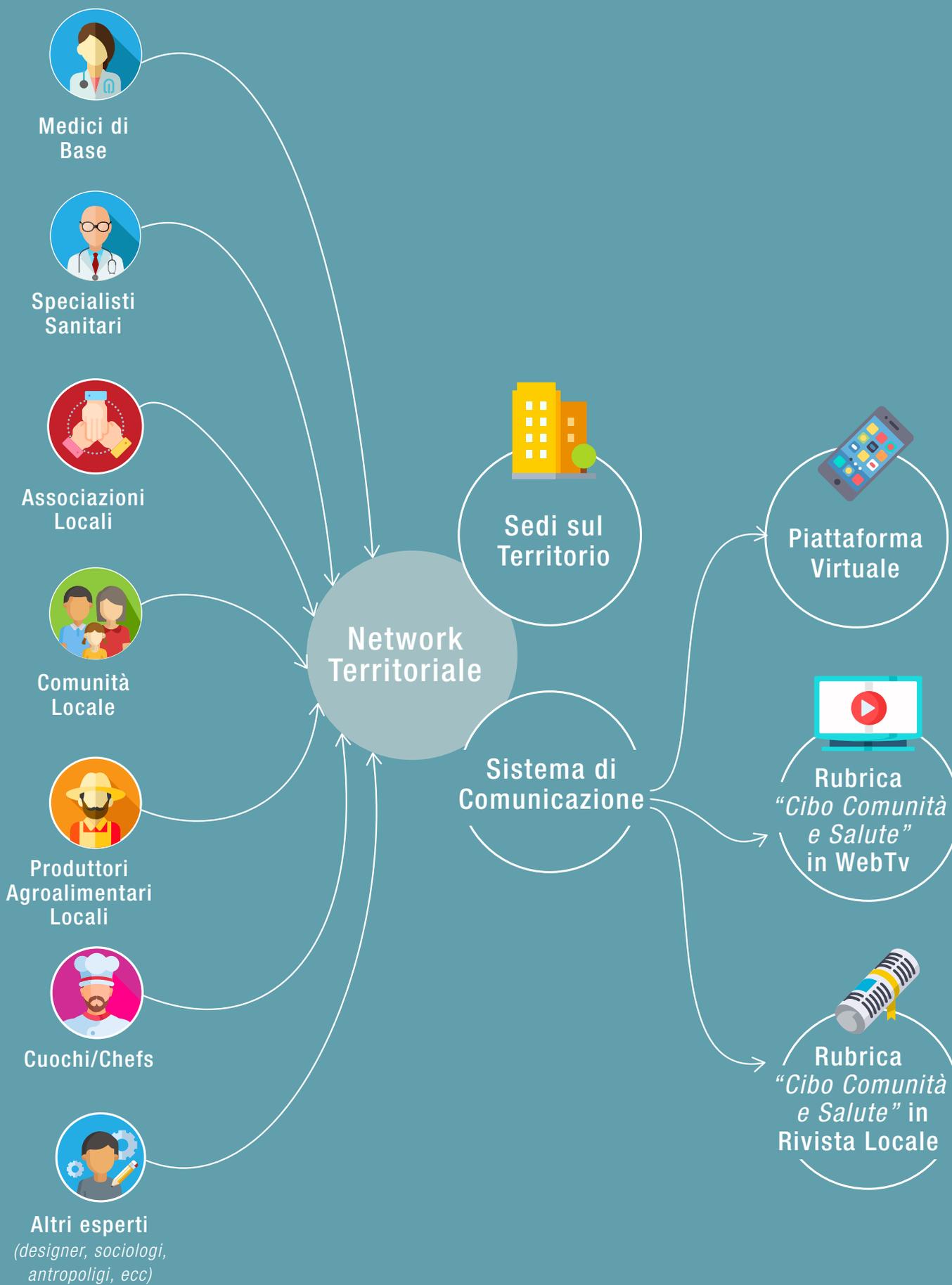


Fig. 53 - I canali del progetto 'Cibo, Comunità, Salute'.

### 3.11.1 CHIERIWEBTV: LA STRUTTURA DELLA VIDEO-RUBRICA 'CIBO, COMUNITÀ, SALUTE'

La rubrica settimanale *'Cibo, Comunità, Salute'* sul canale di ChieriWebTv (Fig. 54) ha visto il suo pieno sviluppo da Maggio a Luglio 2020. Essa prevede un tema multidisciplinare per ogni appuntamento, basato sulle intersezioni tra lo scenario agroalimentare e quello del benessere sostenibile. Tra i temi trattati vi sono quello del cibo naturale come strumento di prevenzione, del cibo locale come elemento di sostegno per territori e comunità, quello dei sistemi agroalimentari globali, quello delle erbe spontanee, della sensorialità e della creatività, delle realtà che connettono i concetti di cultura, coltura e condivisione. Come per tutti i programmi di ChieriWebTv la rubrica è stata inserita all'interno di un palinsesto ben strutturato divulgato sul sito e sui canali social dell'Associazione CioCheVale e su quelli specifici di ChieriWebTv. I temi selezionati sono stati fondamentali per la creazione di un dialogo in cui tutte singole voci di produttori agroalimentari, medici ed esperti sono state fondamentali per la costruzione di

uno scenario tematico completo. Per assegnare un filo logico al dialogo e per creare coerenza tra una puntata e l'altra, la rubrica *'Cibo, Comunità Salute'* è stata strutturata essenzialmente in due sezioni (Fig. 56):

#### SEZIONE TEORICA

Essa prevede un'introduzione al tema della puntata da parte del designer, progettista e mediatore, una presentazione degli ospiti in connessione, ma soprattutto un dibattito con un professionista sanitario o un esperto del settore agroalimentare;

#### SEZIONE PRATICA

Essa prevede invece lo sviluppo di una ricetta adeguata ai contenuti teorici precedentemente presentati e la presentazione dei prodotti locali e stagionali utilizzati (selezionati sulla base delle loro proprietà) attraverso un dibattito con cuochi e produttori agroalimentari.

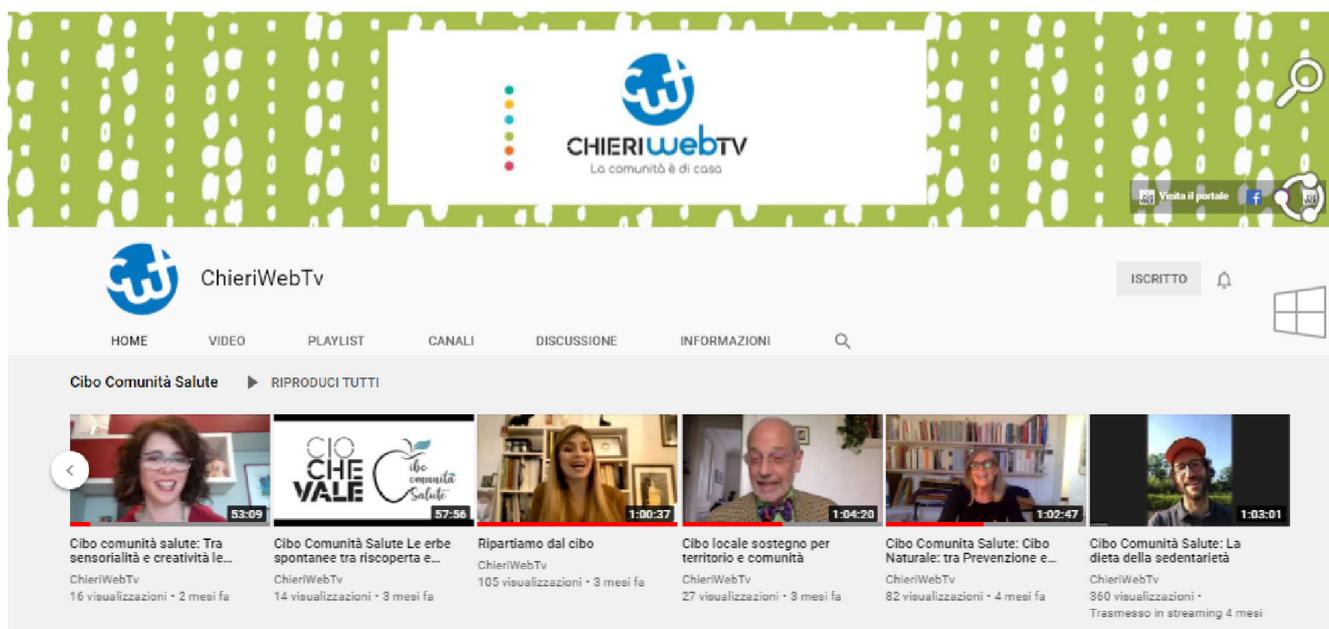


Fig. 54 - Il canale di ChieriWebTv e la raccolta degli incontri multidisciplinari tra professionisti sanitari, esperti, designer, cuochi e produttori agroalimentari della rubrica *Cibo, Comunità, Salute* (credit: [www.ciochevale.it/chieriwebtv/](http://www.ciochevale.it/chieriwebtv/), 2020).

Entrambe le sezioni sono seguite da tempi di interazione con il pubblico che, collegandosi sulle piattaforme online utilizzate, può intervenire, esternando commenti, curiosità, dubbi o quesiti, scrivendo in chat o prendendo direttamente parola. ChieriWebTv si basa infatti sull'utilizzo di differenti piattaforme, ovvero Zoom, Youtube, Facebook e la propria pagina ufficiale sul sito dell'Associazione CioCheVale (Fig. 55).

In particolare la piattaforma di Zoom ha rappresentato lo spazio virtuale di incontro tra gli attori della puntata e gli utenti che desideravano interagire in maniera diretta, esibendo il proprio volto e la propria voce. La piattaforma di Facebook ha reso possibile un'estrema divulgazione della diretta e la condivisione di quest'ultima da parte degli utenti anche al di fuori del territorio di riferimento<sup>45</sup>, la piattaforma di Youtube e il sito di CioCheVale hanno invece permesso di creare una sorta di biblioteca aperta degli incontri, sempre consultabile dagli utenti. Tali canali sono stati scelti proprio per la semplicità con cui questi ultimi possono interagire con produttori, medici ed esperti coinvolti.

Nel mese di Agosto 2020, la rubrica '*Cibo, Comunità, Salute*' ha subito una sospensione atta a progettare in che modo portare il progetto di network territoriale sul territorio, in presenza e senza l'ausilio di piattaforme virtuali dato il periodo di ripartitura di quasi tutte le attività. Tuttavia, le difficoltà non sono state assenti in quanto il rischio elevato di contagio anche dopo il primo periodo di quarantena ha limitato l'organizzazione di eventi e occasioni di incontro. Inoltre nel mese di Novembre il secondo periodo di lockdown e l'aumento cospicuo di contagio ha assistito a una nuova chiusura dei comuni e alla nuova impossibilità di raggiungere i comuni coinvolti all'interno del progetto. La rubrica riprenderà pertanto nel mese di Gennaio 2021 e auspica a una conversione tangibile all'interno del territorio delle relazioni istaurate.

---

<sup>45</sup> Molti collegamenti sono infatti arrivati da territori distanti rispetto a quello in cui il progetto nasce, in particolare da altre regioni italiane (principalmente Puglia e Calabria), dal Messico e dal Canada, ovvero dai circuiti di persone già a conoscenza del progetto di ricerca attraverso i periodi all'estero effettuati.



Fig. 55 - Il sito di ChieriWebTv. Per maggiori informazioni: [www.ciochevale.it/chieriwebtv](http://www.ciochevale.it/chieriwebtv)



ChieriWebTv

**'CIBO, COMUNITÀ E SALUTE'**

60 MINUTI

SEZIONE TEORICA



Introduzione al tema, avvio dell'interazione tra gli stakeholder. Mediazione, creazione di dialogo, guida alla discussione.



Argomentazione scientifica, ma accessibile a tutti. Guida alle buone pratiche.



Interazione con la comunità (commenti, dubbi e domande)



Mediazione e Connessione

SEZIONE PRATICA



Presentazione delle caratteristiche dei tipici prodotti alimentari stagionali. Particolarità dell'azienda agricola.



Preparazione di ricette locali salutari riproducibili, pertanto accessibili a chiunque voglia sperimentare.



Interazione con la comunità (commenti, dubbi e domande)



Conclusioni, argomentazione dei risultati raggiunti, consolidamento delle connessioni createsi.



Mediazione e Connessione



Rivista Picchioverde

**Territorio Locale**

Fig. 56 - Struttura della rubrica 'Cibo, Comunità, Salute' in ChieriWebTv

### 3.11.2 PICCHIOVERDE: LA RUBRICA 'CIBO, COMUNITÀ, SALUTE' ALL'INTERNO DI UNA RIVISTA TERRITORIALE DIGITALE E CARTACEA

Come coinvolgere gli utenti meno predisposti alla tecnologia, le fasce più anziane a cui il tema del cibo è in genere tanto caro e gli appassionati delle rubriche cartacee?

Per rispondere a tali esigenze e allargare l'utenza di riferimento, tutti i contenuti del programma 'Cibo, Comunità, Salute' mandati in onda su ChieriWebTv sono stati elaborati in forma grafica e testuale al fine di essere divulgati anche in formato stampa, sulla rivista quadrimestrale di cultura e promozione del territorio *Picchioverde* (Fig. 57). Tale scelta è stata affrontata per offrire la possibilità a chi non ha l'opportunità di accedere alle modalità online,

di conoscere il contenuto degli incontri e accedere alle informazioni divulgate. La rivista è venduta in tutte le edicole del territorio coinvolto all'interno del progetto (pianalto, chierese, collina torinese e basso Monferrato), ma in formato digitale permette l'accesso a qualsiasi territorio.

Perché proprio la rivista *Picchioverde*?

Innanzitutto perché essa si presta molto bene ai temi trattati all'interno della rubrica e rappresenta la reale possibilità di raggiungere in maniera tangibile gli utenti del territorio non raggiunti online. Inoltre lo stesso comitato scientifico desiderava introdurre all'interno del giornale una sezione permanente che trattasse il tema dell'agroalimentare, in modo da allargare il significato di promozione e cultura del territorio anche alla sfera alimentare che ne è certamente parte. La decisione del coinvolgimento della rivista (di cui l'Associazione CioCheVale oggi è editore) all'interno del progetto non è stata immediata ed è stata intrapresa solo dopo l'inizio delle prime puntate della rubrica 'Cibo, Comunità, Salute' su ChieriWebTv. Pertanto solo due mesi dopo, precisamente nel Luglio 2020, nasce la nuova e omonima rubrica Cibo, Comunità e Salute all'interno della rivista locale *Picchioverde* con il primo articolo intitolato "Per un Territorio Sostenibile: Seminare Benessere. Ricerca, università e associazioni oggi si uniscono per sviluppare una rete locale che conduca al dialogo sistemi agroalimentari e sanitari" (Savina, 2020).

La rivista ha poi deciso di coinvolgere ulteriormente articoli e spunti provenienti dai produttori locali agroalimentari inserendo ulteriori articoli da essi redatti che possano ben inserirsi nella nuova sezione alimentare formulata. Essendo una rivista quadrimestrale non ha consentito di pubblicare gli articoli della rubrica Cibo, Comunità, Salute parallelamente allo svolgimento delle puntate sul canale di ChieriWebTv. Tuttavia la maggior parte dei contenuti delle puntate ben si prestano a una divulgazione senza tempo.



Fig. 57 - La nuova rubrica 'Cibo, Comunità, Salute' e il suo primo articolo all'interno di *Picchioverde*, rivista di cultura e promozione del territorio (pianalto, chierese, collina torinese e basso Monferrato) - (credits: Savina A., 2020).

### 3.11.3 LA PIATTAFORMA MULTIFUNZIONALE ‘CIBO, COMUNITÀ, SALUTE’ LO SVILUPPO DI UNA POSSIBILE NUOVA REALTÀ VIRTUOSA PER IL BENESSERE DELLA COMUNITÀ LOCALE

A seguito dello sviluppo dei due canali precedentemente descritti (video-rubrica online su ChieriWebTv e rubrica cartacea su Picchioverde) è stata ipotizzata la progettazione di una piattaforma virtuale multifunzionale che inglobi i due canali elaborati e che offra alla comunità dei servizi concreti, oltre che maggiore possibilità di reale interazione.

Tale piattaforma prevede il coinvolgimento concreto degli stakeholder locali coinvolti e delle loro professionalità e mira a offrire ai cittadini locali differenti servizi, quali:

- una rete di acquisto alimentare sostenibile;
- la possibilità di una consultazione medica coerente ai principi del progetto;
- una collezione di ricette salutari per condurre un'alimentazione sana e sostenibile;
- una possibilità di svago, educazione e intrattenimento sui temi dell'agroalimentare, della sostenibilità e della salute.

Una volta registrato alla piattaforma, sia essa un sitoweb o un app mobile, l'utente visualizzerà quattro sezioni che coincidono con i servizi appena elencati e allo stesso tempo con dei bisogni primari, quali quelli di ricercare il proprio cibo, dunque nutrirsi, cucinare, curarsi e imparare.

Tali sezioni sono (Fig. 58):

#### 1) FAI LA SPESA

(all'interno del quale si prevede il coinvolgimento dei produttori agroalimentari locali);

#### 2) CUCINA

(all'interno del quale si prevede il coinvolgimento di produttori agroalimentari, cuochi e professionisti sanitari del territorio);

#### 3) CURA E PREVIENI

(all'interno del quale si prevede il coinvolgimento di cuochi e professionisti sanitari locali);

#### 4) IMPARA E DIVERTITI

(all'interno del quale si prevede il coinvolgimento di tutte le professionalità coinvolte all'interno delle precedenti aree).



Fig. 58 - Le quattro sezioni della piattaforma “Cibo, Comunità, Salute” e gli stakeholder coinvolti in esse.

## FAI LA SPESA

### UNA RETE DI ACQUISTO ALIMENTARE SOSTENIBILE

Tale sezione si ispira ai servizi offerti dalle piattaforme di acquisto alimentare precedentemente citate all'interno dei casi studio analizzati, ovvero *Cortilia* e *L'Alveare che dice Sì* (Vedi pag. 86 - 90).

All'interno di quest'area, i produttori agroalimentari locali, (selezionati sulla base dei requisiti di territorialità, naturalezza, stagionalità, etica e responsabilità a lungo termine) potranno vendere i loro prodotti stagionali, pubblicare lo scenario dei prodotti in arrivo nelle settimane o nei mesi seguenti e distribuire kit di prodotti stagionali per specifiche esigenze o ricette.

All'interno di questa sezione, l'utente potrà decidere se (Fig. 59):

- acquistare direttamente da uno specifico produttore locale;
- comporre una cassetta di prodotti misti provenienti da diversi produttori;
- acquistare un kit di prodotti pre-composto per specifici bisogni (rintracciabile anche nelle sezioni "Cucina" e "Cura e Prevenieni").

Attraverso tale sezione l'utente ha la possibilità di effettuare una spesa non solo stagionale, ma anche salutare. Al suo interno sono infatti presenti kit di prodotti alimentari utili a preparare ricette salutari per tutti o per specifici bisogni

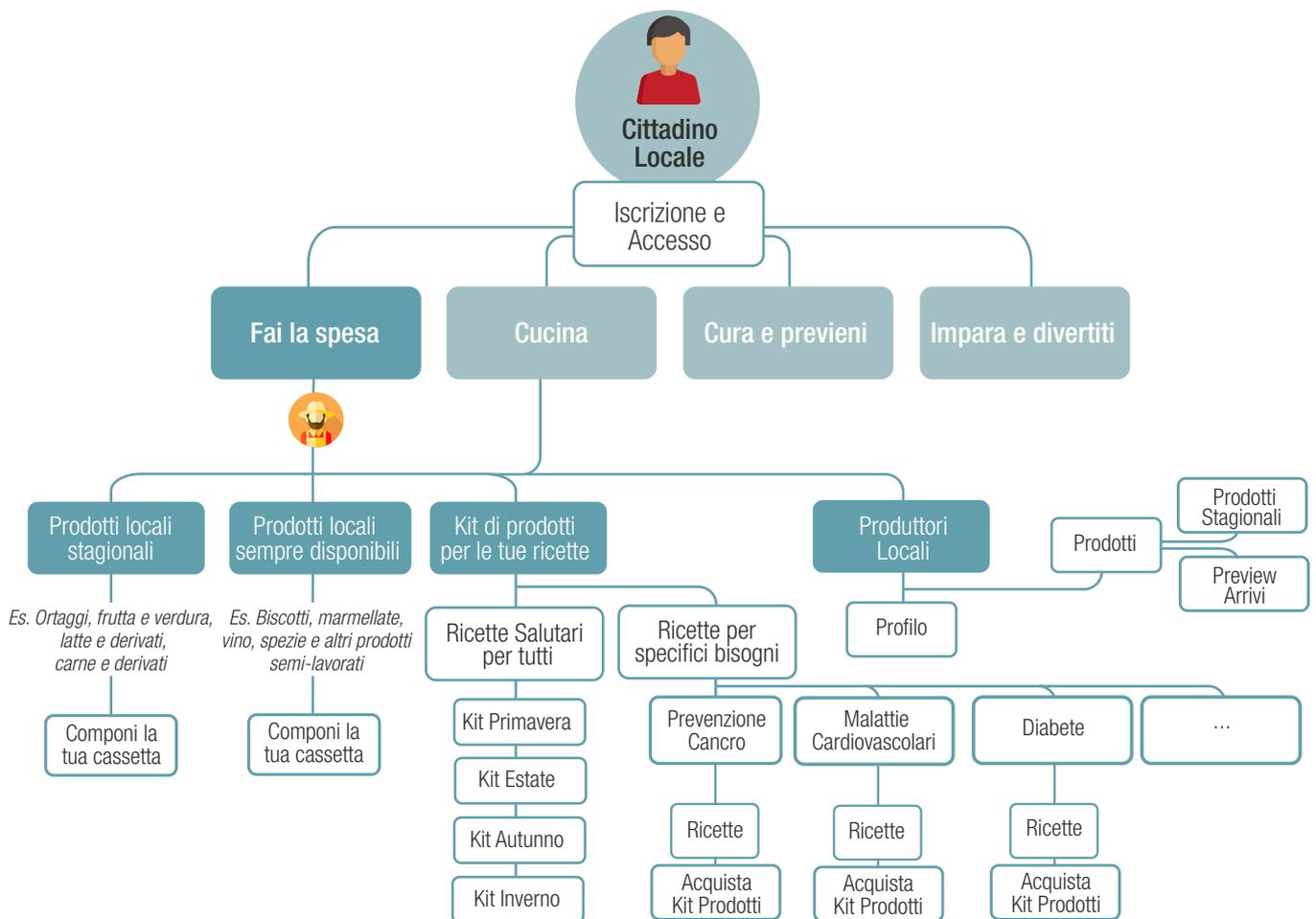
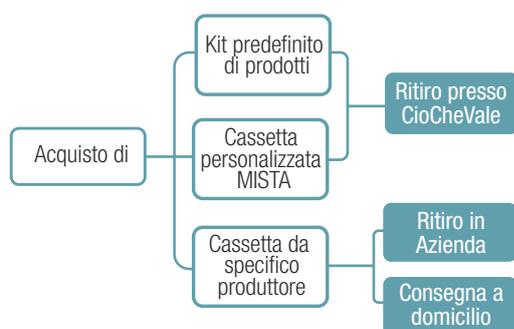


Fig. 59 - La sezione "Fai la Spesa" della piattaforma "Cibo, Comunità, Salute".

(come la prevenzione del cancro, le malattie cardiovascolari, il diabete, l'obesità, ecc.), consultabili nella sezione "Cucina".

A seconda della tipologia di acquisto, la consegna potrà variare nei seguenti modi:

- se l'acquisto è effettuato da uno specifico produttore, essa potrà essere effettuata a domicilio dallo stesso al costo di spedizione concordato a seconda della posizione dell'azienda sul territorio e del comune di consegna. Diversamente i prodotti potranno essere ritirati direttamente in azienda;
- se invece si seleziona l'acquisto di un kit di prodotti o si compone la propria cassetta composta da prodotti alimentari provenienti da produttori locali differenti, il proprio ordine potrà essere ritirato in specifici orari settimanali presso gli spazi dell'Associazione CioCheVale, nella quale si prevedono anche delle aree di stoccaggio.



La consegna dei prodotti è prevista all'interno di cassette in legno e buste in tessuto riutilizzabili, consegnate al primo acquisto e richieste all'utente lungo gli acquisti successivi. Diversamente, l'utente può scegliere di acquistare ogni qual volta vorrà il proprio packaging riutilizzabile.

## I benefici ottenibili



### ..... Cittadino utente .....

Conoscenza dei produttori locali e delle loro specifiche produzioni,

Semplificazione della possibilità di acquisto alimentare locale, investendo nell'economia del proprio territorio,

Semplificazione della possibilità di rintracciare alimenti prodotti con metodi sostenibili per tutelare la propria salute e quella del territorio,

Svolgimento di una spesa alimentare "buona pulita e giusta" in qualsiasi momento, alla pari della comodità offerta dalla Grande Distribuzione Organizzata.



### ..... Produttore Agroalimentare .....

Maggiore visibilità sul territorio,

Maggiore possibilità di essere selezionato, rispetto all'offerta della grande distribuzione maggiore introito economico,

Maggiore riconoscimento del proprio impegno etico e sostenibile,

Maggiore forza economica e aumento della motivazione per continuare a produrre con metodi naturali.

## CUCINA

UNA COLLEZIONE DI RICETTE SALUTARI PER CONDURRE UN'ALIMENTAZIONE SANA E SOSTENIBILE

All'interno di tale sezione l'utente potrà consultare ogni settimana una ricetta salutare (pensata per essere realizzata con prodotti di stagione) e avere la possibilità di acquistare il kit alimentare locale attraverso cui elaborarla nel proprio ambiente domestico. Tali ricette stagionali andranno a comporre nel tempo un vero e proprio ricettario salutare diviso in quattro sezioni, ognuna delle quali corrisponde a una specifica stagione. Per tale ragione il kit di prodotti alimentari disponibile per la loro realizzazione sarà acquistabile solo nella stagione a cui la ricetta appartiene.

Allo stesso modo, all'interno della sezione "Cucina" (Fig. 60) l'utente potrà trovare anche un ricettario fisso di ricette per specifici bisogni, ovvero piatti e pietanze pensati per la prevenzione del cancro, per chi è affetto da diabete o malattie cardiovascolari, per i soggetti che soffrono di obesità e molto altro ancora. Tali ricette saranno il prodotto di una stretta collaborazione tra professionisti sanitari (medici, nutrizionisti, ecc) e cuochi/chef del territorio, i quali assieme, attraverso l'unione delle loro competenze, elaborano piatti gustosi in grado di aiutare:

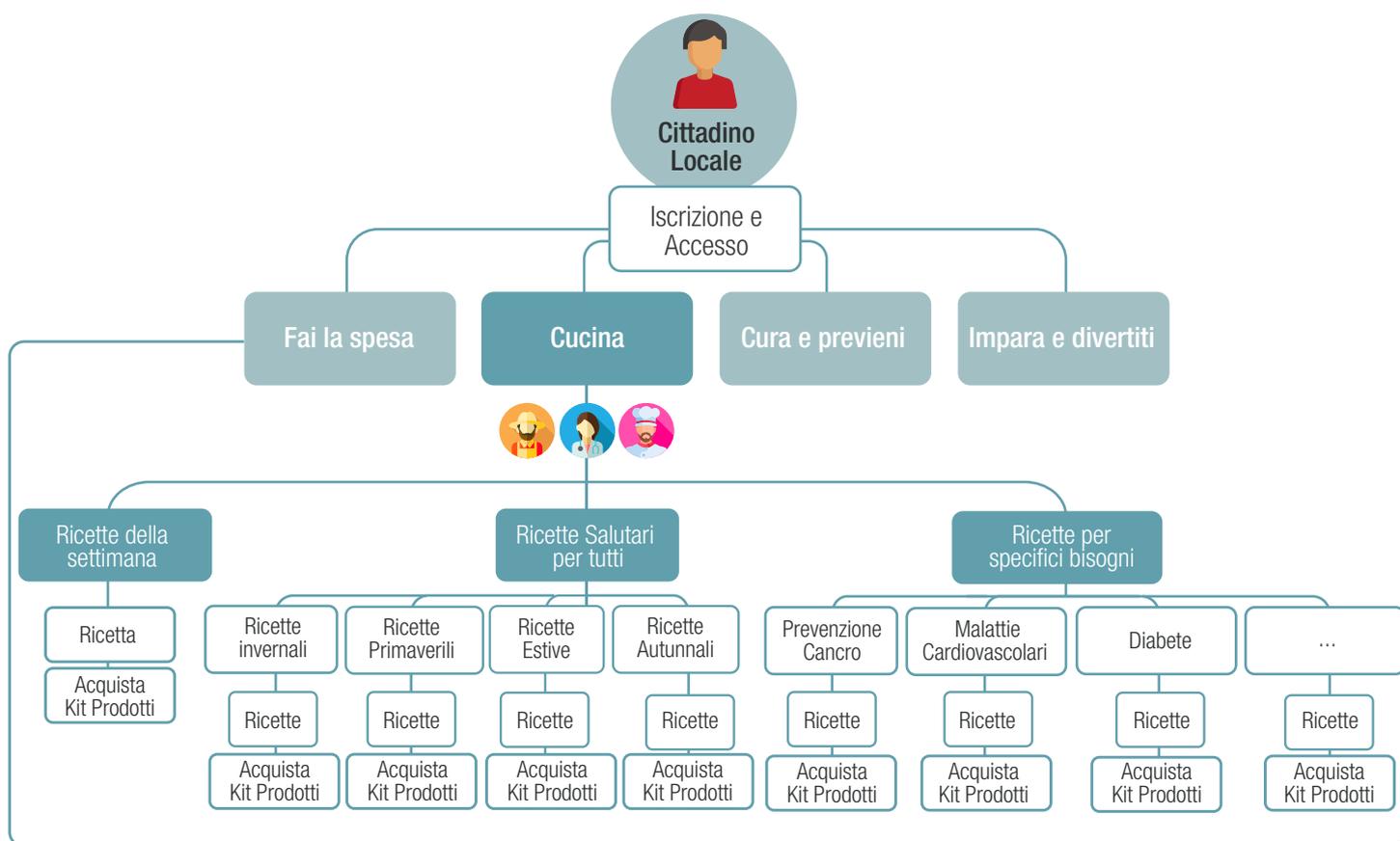


Fig. 60 - La sezione "Cucina" della piattaforma "Cibo, Comunità, Salute".

- gli individui malati a seguire un'alimentazione che sia parte del loro processo di cura,
- gli individui sani a prevenire l'insorgenza di specifiche malattie,
- i soggetti a rischio a prevenire le ricadute, supportando il corretto funzionamento delle proprie difese immunitarie.

Non è escluso che anche le ricette stagionali pubblicate settimanalmente possano essere catalogate nel ricettario salutare per specifici bisogni.

Inoltre, considerando che per ogni ricetta consultata sarà possibile acquistare il kit di prodotti locali utili per la sua realizzazione, a patto che ci si trovi nella stagione adeguata, cuochi e professionisti sanitari sono tenuti a consultare i prodotti alimentari offerti stagionalmente dalla piattaforma, quindi dai produttori agroalimentari virtuosi presenti in loco. All'interno della scheda di ogni ricetta, l'utente potrà visualizzare il medico e il cuoco da cui è stata elaborata. In questo modo si potrebbero innescare dei processi di fidelizzazione verso figure mediche o agroalimentari locali, difficilmente riproducibili nella realtà, a eccezione dei casi di passaparola o di esperienze positive già vissute.

## I benefici ottenibili



### ..... Cittadino utente .....

Facilitazione nel perseguimento di una dieta sana, attraverso una possibilità concreta di rintracciare ricette e prodotti utili in unico gesto

Guida pratica anche per chi non cucina frequentemente



### ..... Produttore Agroalimentare .....

Maggiore visibilità e maggiore preferibilità da parte degli utenti rispetto ad altri produttori locali non virtuosi

Maggiori possibilità di guadagno



### ..... Professionisti Sanitari .....

Possibilità di indirizzare l'utente a una dieta sana o adatta a specifici bisogni

Maggiore visibilità e possibilità di essere preferiti dai cittadini rispetto ad altri medici che non aderiscono alla piattaforma e ai suoi valori

Maggiori possibilità di guadagno

## CURA E PREVIENI

UNA POSSIBILITÀ DI CONSULTAZIONE MEDICA  
COERENTE AI PRINCIPI DEL PROGETTO

All'interno di questa sezione l'utente avrà la possibilità di essere in contatto con i medici e gli specialisti sanitari locali aderenti alla piattaforma, dunque accomunati da predisposizione alla relazione e alla cooperazione, senso di responsabilità a lungo termine, mancati conflitti di interesse e mancate affiliazioni con multinazionali chimico-farmaceutiche, infine predisposizione a un agire sostenibile ed etico che consideri il cibo uno degli elementi cardine del processo di cura e prevenzione.

Attraverso "Cura e Previeni" (Fig. 61) il cittadino iscritto potrà principalmente prenotare visite e controlli dagli specialisti sanitari disponibili,

consultando il loro profilo, visualizzando le recensioni altrui e valutandone la prestazione. Il costo delle visite subirà una riduzione del 5% rispetto al costo originario, stimolando gli utenti a prenotare attraverso il canale della piattaforma.

Inoltre, essi potranno consultare consigli e suggerimenti medici perlopiù inerenti al mondo alimentare. In questa sezione i professionisti sanitari potranno infatti segnalare prodotti alimentari e processi dannosi o, al contrario, cibi e processi con proprietà particolarmente benefiche, diffondere suggerimenti su metodi di cottura maggiormente salutari o ad alto impatto e molto altro ancora.

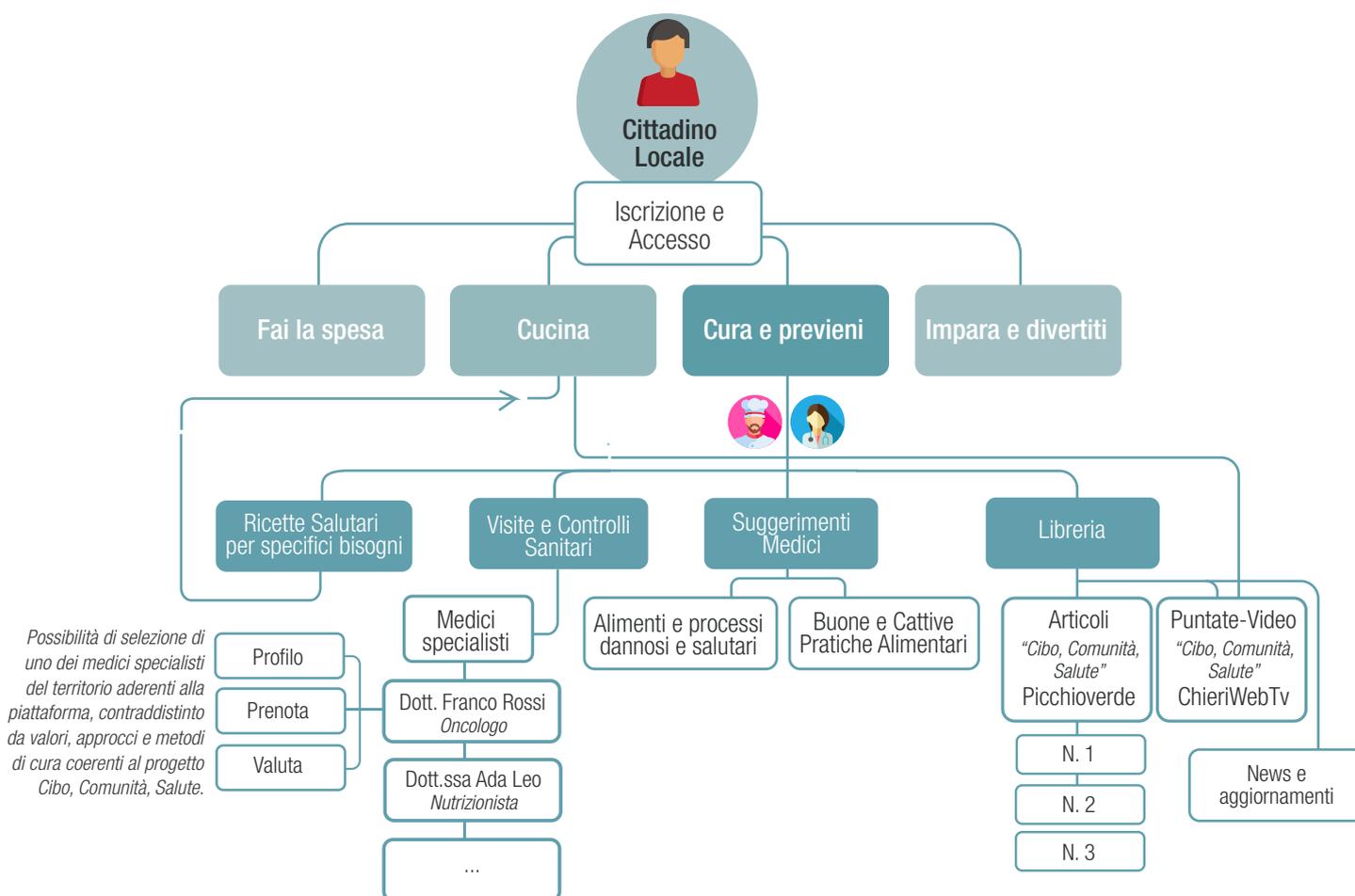


Fig. 61 - La sezione "Cura e Previeni" della piattaforma "Cibo, Comunità, Salute".

A supporto di consultazioni e suggerimenti medici, l'utente potrà anche visualizzare in questa sezione l'area "*Ricette Salutari per specifici bisogni*", all'interno della quale, come spiegato nelle pagine precedenti, le figure sanitarie coinvolte potranno elaborare menù sani, sostenibili e adatti a determinate patologie. Infine, nella sezione "*Libreria*" il cittadino potrà consultare tutti gli articoli della rubrica "*Cibo, Comunità, Salute*" della rivista territoriale *Picchioverde*, tutte le video-puntate dell'omonima rubrica del canale online *ChieriWebTv*, news e aggiornamenti.

Nel complesso potrà quindi formarsi e informarsi costantemente sui temi del cibo e della salute con modalità differenti quali quelle della lettura di articoli o la visione di video contenuti realizzati con il contributo di differenti esperti locali.

In sintesi, attraverso l'intera sezione "*Cura e Previene*" il cittadino utente ha la possibilità di seguire un processo completo di cura e prevenzione, supportato da una o più figure mediche virtuose, stringendo un legame sempre molto forte con il mondo del cibo naturale, inteso come fondamenta di uno stato di salute ottimale e aumentando il suo livello di consapevolezza e informazione a riguardo.

## I benefici ottenibili



### ..... Cittadino utente .....

Individuazione rapida di professionisti sanitari caratterizzati da specifici valori condivisi,

Possibilità di avere maggiori informazioni per un processo di cura e prevenzione più completo,

Possibilità di inserire in tale processo pratiche alimentari adeguate,

Possibilità di formarsi e informarsi attraverso l'accesso a video-contenuti e articoli di esperti del settore.



### ..... Professionisti Sanitari .....

Maggiore visibilità sul territorio,

Maggiore possibilità di essere preferito/selezionato dai cittadini rispetto ad altri medici che non aderiscono alla piattaforma e ai suoi valori,

Maggiore riconoscimento territoriale del proprio agire professionale,

Possibilità di indirizzare con maggiore facilità l'utente a una dieta sana o adatta a specifici bisogni e di guidarlo a comportamenti salutari e sostenibili,

Maggiori possibilità di guadagno.

## IMPARA E DIVERTITI

### NUOVE POSSIBILITÀ DI CONOSCERE SECONDO MODALITÀ PARTECIPATIVE E COMUNITARIE

La sezione “*Impara e Divertiti*” (Fig. 62) è l’area della piattaforma che più auspica a creare interazione diretta tra gli stakeholder coinvolti. L’obiettivo è quello di aumentare - attraverso modalità partecipative e comunitarie - il livello di consapevolezza generale su:

- la connessione tra reti agroalimentari e sistemi sanitari,
- l’impatto del cibo sulla salute,
- la connessione tra benessere ambientale e benessere dell’organismo, dunque tra territori e comunità sostenibili.

Perché queste finalità vengano raggiunte, tale sezione sponsorizza workshop e corsi differenti, organizzati all’interno del territorio (non neces-

sariamente dall’associazione CioCheVale), ma con un filo conduttore comune. Si tratta dunque di corsi di cucina naturale, di autoproduzione e permacultura, ecc. che seguono il metodo dell’apprendimento attraverso la pratica organizzati dagli stessi stakeholder della piattaforma, da attori territoriali esterni o attraverso la collaborazione con enti pubblici, privati e Università. La condivisione di tali occasioni interattive andrà a completare la divulgazione di eventi invece più tradizionali, con mero scopo informativo.

All’interno di tale sezione, vi è anche un’area pensata per i più piccoli, all’interno del quale saranno divulgate attività ed eventi a tema (es. Fare l’orto, Cucina Creativa, ecc) organizzati

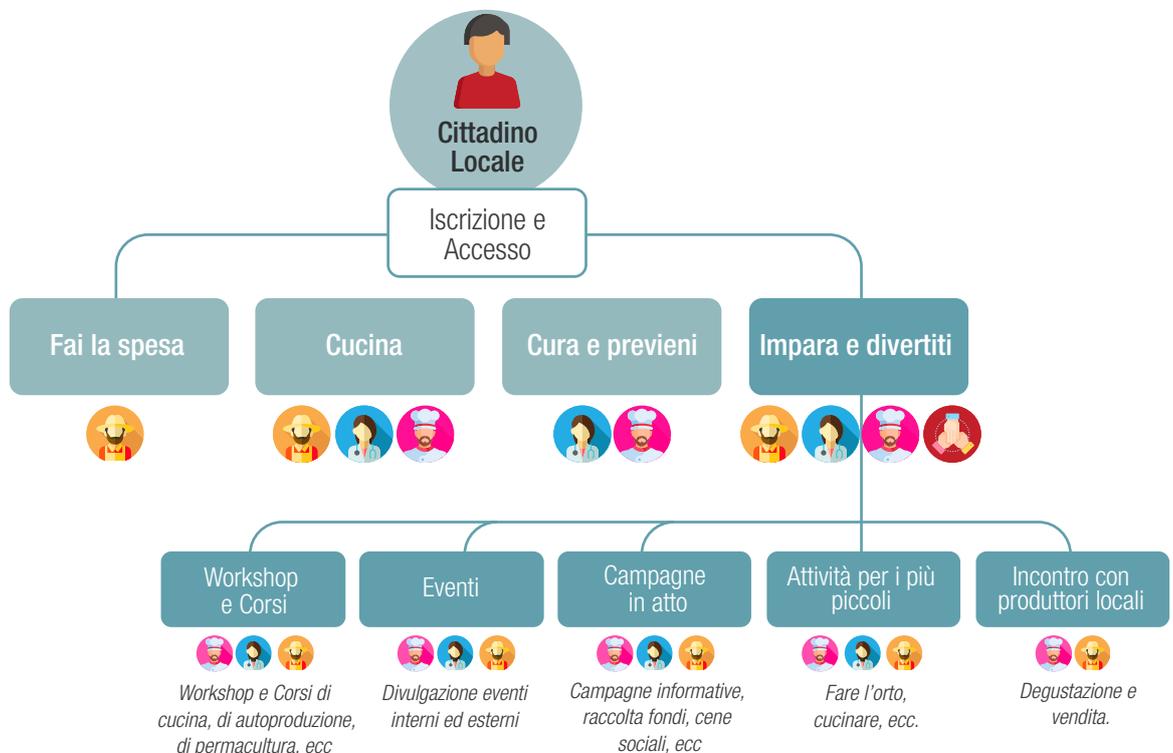


Fig. 62 - La sezione “Impara e Divertiti” della piattaforma “Cibo, Comunità, Salute”.

per un pubblico inferiore ai 12 anni o per la partecipazione congiunta di adulti e bambini. Infine è presente anche l'area attraverso cui è possibile incontrare i produttori locali associati alla piattaforma "Cibo, Comunità, Salute", attraverso l'organizzazione di mercatini ortofrutticoli periodici, di degustazione e vendita dei prodotti (nelle aree dell'Associazione, in ulteriori aree adibite ad hoc o ancora nelle specifiche aziende del territorio).

## I benefici ottenibili



### Associazione di Promozione

- Possibilità di allargare la comunità di soci,
- Possibilità di creare una reale rete di relazioni,
- Maggiore possibilità di auto-sostentamento,
- Maggiore dinamismo,
- Maggiore possibilità di condurre a dei benefici concreti per il territorio e la comunità.



### Cittadino utente

- Possibilità di accedere a una catalogazione di eventi a tema per adulti e bambini, evitando di cercarli individualmente sul territorio,
- Possibilità di imparare e conoscere attraverso modalità partecipative piacevoli e alle volte anche ludiche,
- Possibilità di conoscere direttamente le realtà virtuose della piattaforma e gli altri membri della comunità accomunati dagli stessi valori.



### Professionisti Sanitari e Produttori Agroalimentari

- Maggiore visibilità sul territorio,
- Possibilità di creare una relazione diretta di fiducia con i propri clienti/pazienti,
- Possibilità di comprendere maggiormente le esigenze di clienti e pazienti, ma anche di esternare le proprie,
- Maggiori possibilità di fidelizzazione,
- Possibilità di cooperazione e aiuto reciproco.

## LE PROSPETTIVE FUTURE DELLA PIATTAFORMA 'CIBO, COMUNITÀ SALUTE'

La piattaforma 'Cibo, Comunità, Salute' è in fase di costruzione, difatti all'interno di queste pagine ne si presenta solo la proposta di struttura. Essa potrà svilupparsi secondo due modalità differenti: un'applicazione mobile e un sito web.

Questi spazi virtuali consentirebbero di:

- accedere in qualsiasi momento e in qualsiasi spazio fisico ci si trovi per lo svolgimento delle diverse attività offerte;
- nel caso del sito, permettere una facilitazione del caricamento di prodotti, ricette, consigli ecc. da parte dei produttori agroalimentari, medici e gestori della piattaforma.

La piattaforma potrà svilupparsi indipendentemente dall'Associazione *CiòCheVale* attraverso cui il progetto è stato svolto, oppure appoggiarsi ai canali già utilizzati dall'associazione.

Essendo tuttavia una piattaforma abbastanza complessa, sarebbe preferibile un suo indipendente sviluppo che faciliterebbe l'accesso a tutti gli attori coinvolti. Perché essa funzioni, infatti, è necessario che tutte le figure coinvolte, siano esse cittadini o professionisti del mondo agroalimentare e sanitario, si registrino con i propri dati.

In particolar modo, a medici, specialisti e produttori locali, sarà richiesta la compilazione di una dettagliata scheda personale, consultabile dagli utenti all'interno delle varie sezioni, come la sezione "Fai la Spesa" e la sezione "Cura e Preveni", al fine di favorire la conoscenza dei professionisti coinvolti e stimolare a un sentimento di fiducia verso essi e verso il servizio offerto.

La gestione della piattaforma richiede necessariamente il lavoro costante e le competenze di un piccolo team di informatici e designer. Dunque è giusto chiedersi, in termini economici, quali siano i benefici per questi ultimi.

Se la piattaforma sarà sviluppata in stretta connessione con *CiòCheVale*, Associazione No-Profit di Promozione e Valorizzazione del Territorio, la generazione di flussi economici ridotti potrebbe rappresentare un problema legale. Per tale ragione, sarebbe auspicabile uno sviluppo indipendente della piattaforma affinché il lavoro di tutte le figure esterne coinvolte possa essere valorizzato, garantendo una remunerazione di tipo economico.

Infatti se produttori locali, medici e specialisti possono trarre dei benefici tangibili dall'adesione alla piattaforma (consultabili nelle pagine precedenti), anche solo in termini di considerevole visibilità sul territorio, per cuochi, designer e informatici non si può esternare la medesima considerazione.

Pertanto, la piattaforma sarà strutturata secondo i seguenti requisiti:

### ISCRIZIONE ALLA PIATTAFORMA

**Cittadini utenti:** Accesso Gratuito

**Produttori agro-alimentari:** 10,00 Euro/mese

**Medici di base:** 10 Euro/mese

**Specialisti sanitari:** 20 Euro/mese

### PERCENTUALE DEGLI INTROITI TRATTENUTI DALLA PIATTAFORMA (con i quali supportarne la gestione)

- **5%** di ogni **acquisto di prodotti agroalimentari** nelle sezioni "Fai la spesa" e "Cucina"
- **10%** di ogni **visita medica prenotata** da specialisti sanitari attraverso la piattaforma nella sezione "Cura e Preveni"
- **5%** di ogni **ticket acquistato per l'adesione a workshop, eventi, seminari, corsi**, siano essi a pagamento. Si prediligeranno tuttavia eventi quanto più possibile gratuiti.

In questo modo, la piattaforma potrà assicurarsi la gestione e la manutenzione costante e di qualità dei propri canali, garantendo una remunerazione delle figure esterne.

### 3.12 LO STUDIO DEL LOGO DI 'CIBO, COMUNITÀ, SALUTE'

Per il progetto '*Cibo, Comunità, Salute*' è stato studiato uno specifico logo, con opportune varianti a seconda degli utilizzi.

Il logo principale utilizzato all'interno della rubrica *Cibo, Comunità, Salute* all'interno del canale di WebTv è rappresentato dal profilo nero di una mela che disegna la lettera C, iniziale delle prime due parole, ovvero *Cibo* e *Comunità* e si conclude con la parola *Salute* (Fig. 63).

Il font utilizzato è un corsivo calligrafico ampiamente utilizzato nei progetti a tema alimentare. L'unico elemento di colore è rappresentato dalla foglia della mela che si riproduce in forma più piccola al di sopra dell'ultima lettera della parola *comunità*, simboleggiandone l'accento.



Fig. 63 - Il logo principale del progetto '*Cibo, Comunità, Salute*' e la palette utilizzata nelle sue varianti.



#609EAA

Il colore scelto è un azzurro petrolio che ben rappresenta il tema del benessere e della salute e che completa e accosta il tema alimentare, invece ben espresso dal profilo della mela.

Sono state poi studiate diverse varianti cromatiche (Fig. 64), incrivendo il logo all'interno di un cerchio.

La palette selezionata (Fig. 63) gioca sui colori dell'azzurro petrolio, nelle sue diverse trasparenze, colore che evoca il mondo della salute, nell'arancio, colore che simboleggia il cibo e in due colori a contrasto, quale il blu notte e il beige.



Fig. 64 - Varianti cromatiche e formali

Il logo ben si presta anche alla visualizzazione in scala di grigi (Fig. 65). Questo requisito risulta fondamentale in particolare per la riproduzione su carta, dunque per una buona visualizzazione anche su supporto cartaceo in bianco e nero.



Fig. 65 - Visualizzazione in scala di grigi.

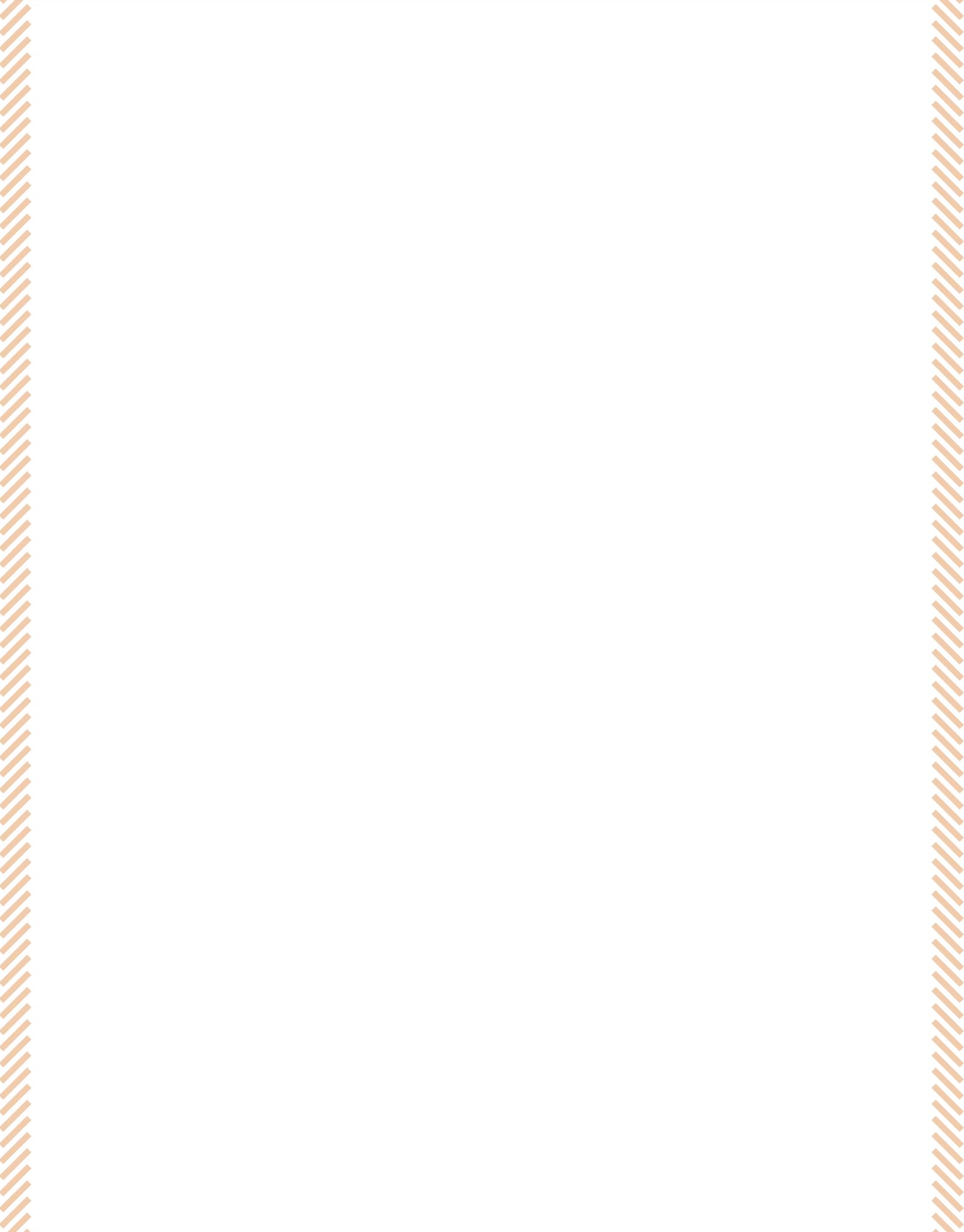


## CAPITOLO 4

---



# LE PUNTATE DI “CIBO, COMUNITÀ, SALUTE” SU WEBTV LOCALE



## CAPITOLO 4

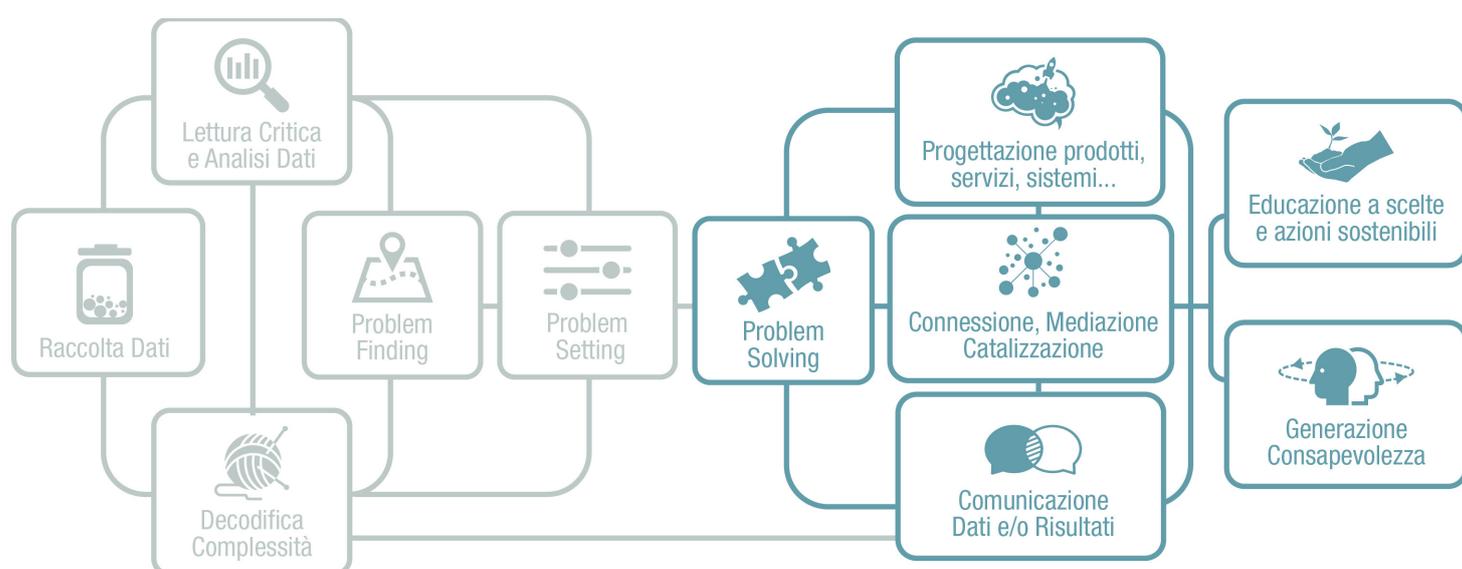
### LE PUNTATE DI “CIBO, COMUNITÀ, SALUTE” SU WEBTV LOCALE

All'interno di questo capitolo sarà possibile consultare le schede grafiche e testuali di alcuni degli incontri multidisciplinari appartenenti a uno dei canali del progetto 'Cibo, Comunità, Salute', ovvero quello di WebTV locale.

Progettati, curati, condotti e moderati dalla candidata di questa Tesi di Dottorato, le puntate della rubrica *Cibo, Comunità, Salute* mirano a creare un confronto tra una selezione di stakeholder differenti, nuove possibilità di interazione e collaborazione, e una concreta opportunità di divulgazione di buone pratiche per le comunità di ascoltatori. Per tale ragione, all'interno di questo capitolo il design svolge principalmente un ruolo di connessione e mediazione tra figure che raramente affrontano in maniera unitaria e sistemica il tema del cibo e della salute.

Inoltre, attraverso la progettazione dell'intero sistema di comunicazione sviluppato, esso svolge anche un ruolo educativo, disseminando buone pratiche, scelte sostenibili e azioni virtuose nel campo agroalimentare e sanitario, e rendendo accessibili a tutti contenuti spesso difficilmente affrontati eterogeneamente.

La comunicazione semplice e accattivante di informazioni complesse mira alla generazione di livelli più elevati di consapevolezza alimentare comunitaria e individuale e contribuisce alla diffusione di una maggiore alfabetizzazione ecologica.



## 4.1 LA SELEZIONE DEGLI STAKEHOLDERS VIRTUOSI.

Affinché il sistema di comunicazione progettato agisse su un potenziale network territoriale virtuoso è stato necessario coinvolgere produttori agroalimentari, professionisti sanitari ed esperti sulla base di un processo di selezione, nel quale sono stati considerati dei requisiti ben precisi. I requisiti ricercati negli stakeholder coinvolti, sono stati:



### TERRITORIALITÀ

In quanto l'obiettivo principale del progetto è quello di agire localmente. I limiti considerati sono stati senza dubbio quelli piemontesi, con una predilezione per i comuni aderenti e per i territori del pianalto, del chierese, della collina torinese e del basso Monferrato. Nell'ottica di creare relazioni, agire su micro-territori è infatti più semplice ed efficace. Inoltre, riferendosi ai concetti di cibo tipico, locale e stagionale sarebbe stato contraddittorio puntare lo sguardo a produzioni distanti dal territorio d'azione.



### PREDISPOSIZIONE ALLA RELAZIONE E ALLA COOPERAZIONE

In quanto un network territoriale di relazione vive di attori inclini al dialogo e alla reciprocità nel tempo. Sarebbe stato impensabile il coinvolgimento di stakeholder che agissero unicamente per il proprio profitto, rifiutando la collaborazione con altri attori territoriali e cittadini.



### NATURALEZZA, STAGIONALITÀ, SOSTENIBILITÀ, ETICA

In quanto proprietà insite nel concetto di cibo sano. Tale requisito ha permesso una naturale selezione dei produttori agroalimentari che non utilizzano input chimici all'interno delle loro produzioni, che prediligono buone pratiche colturali e di allevamento, che creano condizioni di lavoro etiche e sicure. Non è stata richiesta alcuna certificazione di produzione biologica, in quanto molto spesso, i piccoli produttori locali virtuosi perseguono la direzione di una produzione naturale, senza tuttavia certificarla. Quando presenti, le certificazioni hanno comunque rappresentato maggiore facilità di selezione.



### RESPONSABILITÀ A LUNGO TERMINE

In quanto stakeholder che agiscono virtuosamente sul lungo periodo conducono a un benessere collettivo maggiormente duraturo. È stato dunque valutato l'agire virtuoso e sostenibile degli anni precedenti e le prospettive future di ogni attore.



### NESSUN CONFLITTO D'INTERESSE

Nessuna alleanza o collaborazione con multinazionali agro-alimentari e farmaceutiche, affinché le informazioni diffuse siano quanto più vicine al vero e nell'interesse del bene comune, quale l'ambiente e la salute umana.

Questi requisiti sono stati ovviamente ricercati anche per la selezione dei professionisti sanitari e degli esperti di vario genere coinvolti. In particolar modo è stata richiesta esperienza e approfondita o accademica conoscenza (e coinvolgimento in progetti) in uno specifico ambito delle discipline agrarie e forestali, della progettazione sostenibile, dell'antropologia, della sociologia, delle scienze gastronomiche, delle scienze sanitarie, della nutrizione, della medicina integrativa, ecc. Inoltre è stato valutato quanto essi fossero aperti all'approccio multidisciplinare e al dialogo con altre discipline. Requisito fondamentale ricercato nelle figure medico-sanitarie è poi stata una predisposizione alla prevenzione, piuttosto che alle cure e una visione olistica della salute, che consideri il corpo come un sistema interconnesso e le cause ambientali come parte dei fattori generativi di specifiche malattie.

La selezione degli stakeholder del progetto '*Cibo, Comunità, Salute*' è stata agevolata dalla collaborazione dell'Associazione CioCheVale, in quanto gli associati coinvolti rispondevano in partenza ai requisiti richiesti. In molti casi vi era dunque una conoscenza pregressa degli stakeholder e un rapporto di fiducia già consolidato.

Tra gli stakeholder coinvolti all'interno del progetto '*Cibo, Comunità, Salute*' è possibile citare la Dott.ssa Rossana Becarelli, ex direttore sanitario dell'Ospedale San Giovanni Vecchio di Torino, la Dott.ssa Biologa - Nutrizionista Maria Lucia Macrì, il Prof. Luigi Bistagnino del Politecnico di Torino, fondatore del Systemic Design Studio, il prof. Dario Padovan dell'Università di Torino - Cattedra Unesco, la Dott.ssa Armona Pistoletto della Fondazione Pistoletto I Cittadellarte Biella, Massimiliano Millefiori, esperto di fitoalimurgia, Andrea Pirollo dell'Azienda Agricola CàMariuccia, Federico Chiais dell'Azienda Agricola Biologica I Soffioni, Luca Roffinella dell'Azienda Agricola Massarone, Elena Comollo della Cooperativa AgriCooPecetto,

Paolo Pompilio dell'azienda Agricola Capre e Cavoli, Raffaella Firpo dell'Azienda Agricola Cascina Piola, Roberta Lomuscio, cuoca di cucina naturale.

Nelle pagine seguenti sarà possibile consultare le schede di alcune delle puntate della rubrica '*Cibo, Comunità, Salute*' trasmesse online sul canale di Chieri WebTv. In ogni scheda è presente una breve descrizione degli attori coinvolti, la descrizione del tema trattato nella puntata con rispettiva interazione tra gli stakeholder coinvolti, i canali online utilizzati, il numero di visualizzazioni, l'interazione con il pubblico e la ricetta preparata in diretta da una cuoca di cucina naturale. Tutti gli interventi degli attori coinvolti saranno contraddistinti da una specifica icona descrittiva.

## 4.2 I reali attori del Progetto 'Cibo, Comunità, Salute'

a cura di Alessandra Savina



**Associazione CioCheVale**  
(Promozione Sociale e Ambientale)



**Alessandra Savina**  
Designer Sistemica  
Ph.D. Student - Politecnico di Torino



**Roberta Lomuscio**  
Cuoca e Sperimentatrice di  
Cucina Naturale

### Professionisti Sanitari ed Esperti del Settore Agroalimentare e Sistemico



**Dott.ssa Rossana Becarelli**  
Ospedale San Giovanni Vecchio - Torino



**Prof. Luigi Bistagnino**  
Politecnico di Torino | Systemic Design Studio



**Dott.ssa Maria Lucia Macri**  
Biologa - Nutrizionista



**Prof. Dario Padovan**  
UNITO - Cattedra Unesco



**Armona Pistoletto**  
Fondazione Pistoletto | Cittadellarte Biella



**Massimiliano Millefiori**  
Esperto di Fitoalimurgia

### Produttori Locali



**Andrea Pirollo**  
Azienda Agricola CàMariuccia



**Federico Chiais**  
Azienda Agricola Biologica I Soffioni



**Luca Roffinella**  
Azienda Agricola Massarone



**Elena Comollo**  
Cooperativa AgriCooPecetto



**Paolo Pompilio**  
Azienda Agricola Capre e Cavoli



**Raffaella Firpo**  
Azienda Agricola Cascina Piola

## 4.3 PUNTATA #1

### TOPIC:

## La Dieta della Sedentarietà

### ABSTRACT DELLA PUNTATA

La puntata intitolata *“La dieta della sedentarietà”* della rubrica *‘Cibo, Comunità, Salute’* (Fig.66), ha affrontato il tema del cibo in un periodo di isolamento forzato. Quali sono le ripercussioni alimentari ed emotive del distanziamento sociale, di uno stile di vita necessariamente sedentario, di un nuovo e inaspettato sistema di abitudini quotidiane? Corse al supermercato, accumulo di cibo a lunga conservazione, noia e spuntini frequenti. Come reagisce il nostro organismo durante tale cambiamento?

La dott.ssa Maria Lucia Macri ha presentato le linee guida alimentari per preservare il benessere psicofisico in un periodo di scarso movimento, lavoro agile, isolamento e incertezza.

## PROFESSIONISTI COINVOLTI



### Maria Lucia Macri

**Dietista, Biologa-Nutrizionista**

Svolge attività di libera professione presso gli studi di Torino e Carmagnola. Il suo lavoro ambisce a insegnare a mangiare bene e nutrirsi consapevolmente, senza rinunciare al gusto. Sulla base delle relazioni che il cibo stringe con la sfera delle emozioni, consegue il titolo di Floriterapeuta. Il suo interesse è legato al benessere e alla salute delle persone e lavora quotidianamente sull'aspetto motivazionale, collaborando con altri professionisti sanitari.



### Luca Roffinella

**Azienda Agricola Massarone  
Montafia (TO)**

Laureato in Scienze Agrarie presso l'Università di Torino, è Presidente del Collegio Provinciale degli Agrotecnici di Asti. Agricoltore e agrotecnico, gestisce un'azienda orticola tra le colline del nord Astigiano. La passione per il comparto agricolo trasmessa dalla famiglia lo ha condotto ad avere un legame molto forte con il cibo. Ama coltivare ciò che nutre le persone e avere un contatto con le stesse.

**/CONOSCIAMO**  
Cibo, Comunità, Salute



### SEGUI LA DIRETTA

GIOVEDÌ  
**21 MAGGIO**  
h 18.00

### La dieta della sedentarietà

Alessandra Savina  
Roberta Lomuscio  
Dott.ssa Maria Lucia Macri  
*Dietista*



Fig. 66 - Locandina digitale della puntata *“La Dieta della Sedentarietà”*.

## PROFESSIONISTI COINVOLTI



## CANALI UTILIZZATI

Sito ChieriWebTV, Zoom, Youtube.

## VISUALIZZAZIONI COMPLESSIVE

769

## I CONTENUTI DELLA PUNTATA

La prima puntata della rubrica 'Cibo, Comunità e Salute', intitolata la "Dieta della Sedentarietà", ha coinvolto la Dott.ssa Maria Lucia Macri, Dietista, Biologa – Nutrizionista e Floriterapeuta, Roberta Lomuscio, cuoca di cucina naturale e il produttore locale agroalimentare Luca Roffinella dell'Azienda Agricola Massarone, con sede a Montafia (TO) (Fig.67). La puntata si inserisce nel pieno del primo periodo di Pandemia da Covid-19 e conduce il tema del cibo all'incontro di altri temi come quello del distanziamento sociale, della sedentarietà e dello smart-working.



Oggi siamo in genere abituati a interpellare una dietista per ottenere una dieta dimagrante. Tuttavia è bene premettere che la sua figura può aiutare anche e soprattutto a mangiar bene, a condurre una dieta equilibrata, una dieta tagliata su specifici bisogni, stili di vita e patologie. Dunque, nello specifico: cosa significa adottare una dieta equilibrata?



"Il primo obiettivo di una dietista è quello di abituare le persone ad alimentarsi consapevolmente. Partirei infatti dal significato della parola *dieta*.



*"È bene scegliere i prodotti alimentari che non presentano più di cinque ingredienti. Il primo ingrediente è quello contenuto maggiormente, l'ultimo è quello contenuto in quantità minore. Se il primo ingrediente è lo zucchero, il prodotto sarà a base di calorie vuote"*



Fig. 67 - Diretta della puntata "La dieta della sedentarietà"



Per dieta si intende l'insieme dei cinque pasti della giornata. Erroneamente accostiamo alla parola dieta l'aggettivo *dimagrante*. Ma cosa significa dieta equilibrata? Significa raggiungere un equilibrio dal punto di vista nutrizionale. È importante che nella nostra giornata siano introdotti tutti i macronutrienti in grande concentrazione, ovvero carboidrati, proteine, lipidi e tutti i micronutrienti, ovvero vitamine e sali minerali, in piccole concentrazioni. Questo è fondamentale per il benessere del nostro organismo.”



Ci lasciamo alle spalle un periodo di isolamento forzato, distanziamento sociale, un nuovo e inaspettato sistema di abitudini quotidiane che ci accompagna ancora oggi, così come l'impossibilità di poter incontrare le persone nella maniera più libera e spontanea. Oggi in che modo la nostra emotività è legata al cibo? Quali sono le ripercussioni alimentari ed emotive di tale contesto?



“In questo particolare momento storico la relazione tra cibo ed emotività emerge moltissimo. Siamo stati proibiti delle nostre relazioni sociali, per cui in molti casi il cibo è servito a colmare dei vuoti dal punto di vista emotivo. In altri casi ha invece identificato il ruolo di elemento calmante. In questo periodo, infatti, le scelte alimentari si sono dirette prevalentemente al consumo di carboidrati e lipidi o comunque alimenti dolci. L'ansia, gli stati depressivi e la paura sono state condizioni molto diffuse nel periodo di quarantena generale. Non si fa riferimento unicamente alla paura del contagio, poiché in un primo momento è emersa anche la paura di rimanere senza generi alimentari.

Questo è accaduto perché le nostre normali fonti di approvvigionamento come piccoli fruttivendoli e mercati rionali, non erano più presenti, obbligandoci ad affidarci solo ai supermercati dove nella maggior parte dei casi è stato necessario sostenere lunghe code.”



All'interno del primo periodo di quarantena (Marzo-Maggio 2020) si è assistito a vere e proprie corse al supermercato, alla tendenza ad accumulare cibo all'interno delle proprie abitazioni, a un atto di vero e proprio approvvigionamento alimentare, con una particolare prima inclinazione al cibo a lunga conservazione, quindi a lunga scadenza (farine, scatolame, cibo processato). Parliamo quindi di una riduzione del consumo di cibi freschi non solo per la loro scarsa durata e per la difficoltà per molti di connettersi con i mercati e i produttori locali, soprattutto nei contesti urbani più ampi, ma anche per la paura che il cibo fresco potesse rappresentare uno dei vettori del virus. Che tipo di impatto hanno avuto e hanno ancora oggi questi prodotti sul nostro organismo?



“Partirei dal presupposto che nei periodi di quarantena la nostra spesa è cambiata. Mentre precedentemente la spesa alimentare era effettuata ogni 2-3 giorni, in questo periodo si è stati obbligati ad uscire il meno possibile. Questo ha creato ovviamente delle limitazioni, conducendo a mettere nel carrello alimenti a lunga conservazione, in quanto l'accumulo di alimenti freschi avrebbe generato degli sprechi. In questa tipologia di spesa alimentare, si è quindi inizialmente ridotto il consumo di frutta e verdura, prodotti alimentari che invece avrebbero rappresentato un sostegno al nostro sistema immunitario. È stata fatta una corsa all'acquisto di lieviti e farine, perché permettevano di produrre alimenti nel tempo, ma allo

stesso tempo anche una corsa all'acquisto di cibi in scatola come legumi e tonno a lunga conservazione e alimenti ultra-processati. Per alimenti ultra-processati intendiamo quegli alimenti che non solo presentano una ridotta qualità nutrizionale, ma anche un'aggiunta di additivi e conservanti, sostanze generalmente nocive all'interno dell'organismo umano. Comparando un legume fresco e un legume in scatola, certamente il legume in scatola offrirà un vantaggio di praticità di cottura e dosaggio, ma al suo interno vi sarà del sale, dei conservanti, del glutammato monosodico, il quale per esempio può contribuire a problemi di ipertensione e soprattutto nelle donne, aumentare la ritenzione idrica. Inoltre possono condurre a delle vere e proprie carenze, in quanto in essi sono meno presenti vitamine e sali minerali.

Aggiungerei che tali additivi spesso presenti in questi prodotti, nella maggior parte dei casi sono inseriti per camuffare la bassa qualità o le proprietà organolettiche di ciò che si mangia, rendendo il consumatore meno consapevole. Prendiamo ad esempio uno yogurt: se all'interno vi sono 12 ingredienti, significa che il prodotto d'origine è di scarsa qualità, in quanto basterebbero solo 3 ingredienti per produrlo. Lo yogurt è infatti un alimento molto semplice. Se lo si addiziona di zucchero e additivi al fine di renderlo più gradevole, aumenterà necessariamente il suo apporto calorico.”



Sulla base di quanto appena detto, quali sono le possibili linee guida alimentari per mantenersi in forma e quali invece le linee guida per preservare il benessere psicofisico in un periodo di scarso movimento, lavoro agile, isolamento e incertezza?



“Partirei con una riflessione sul contesto pandemico nel quale stiamo vivendo. Nella “Fase 1” (Marzo-Maggio 2020), vi è stato un isolamento fisico, l'impossibilità di spostamento e l'obbligo, per molti, di un lavoro agile, dunque da casa. Questi fattori hanno messo a nostra costante disposizione frigo e credenza, un pò come essere in un ristorante *All You Can Eat* e avere a disposizione un nastro sul quale scorre continuamente del cibo. Il cambio di abbigliamento non è stato d'aiuto in questo. Mentre normalmente è necessario indossare giacca e camicia, un tubino o anche solo dei jeans, il lavoro agile ha lasciato spazio a abiti comodi, tute e persino pigiami. Questo ha condotto a perdere la percezione del proprio corpo, così come anche solo un aumento di peso. In un periodo come questo, consiglio il consumo di alimenti semplici, locali, distribuendo bene l'organizzazione dei pasti nell'arco della giornata (colazione, spuntino, pranzo, merenda e cena). Con una cena abbondante, al mattino seguente rischieremo di saltare la colazione e il pranzo seguente diventerà fugace. È necessario pertanto ripartire da una buona colazione che migliori la nostra performance quotidiana.

Per ciò che concerne l'organizzazione dei nostri pasti, tutte le volte dovremmo dividere il nostro piatto in tre sezioni. Una sezione in cui andremo a inserire pasta, riso, pane e patate, una seconda sezione in cui inseriremo pesce, carne, legumi e uova, e infine, una terza sezione dove inseriremo insalata, verdure e vegetali croccanti, la quale dovrà essere la più abbondante.

In genere, per mancanza di tempo, non si prende in considerazione il consumo di legumi e cereali che prevedono lunghe cotture. Tuttavia, dato che in questo periodo abbiamo tempi più dila-

tati, suggerirei di ripristinare il loro utilizzo. Anche l'idratazione è fondamentale: è bene bere almeno due litri d'acqua distribuiti nell'arco della giornata.

Ma tutto questo è preceduto da un elemento fondamentale: quando e come fare la spesa?

Consiglio di non fare mai la spesa a digiuno, in quanto a digiuno tendiamo a comprare più carboidrati e prodotti trasformati. È sempre bene fare una lista della spesa sulla base degli alimenti che dovrebbero entrare a far parte del nostro pasto e organizzare tutti i pasti della settimana per far sì che il nostro carrello ci garantisca un'alimentazione equilibrata e con poche carenze. Come scegliamo i nostri alimenti? È bene scegliere i prodotti alimentari che non presentano più di cinque ingredienti. Il primo ingrediente è quello contenuto maggiormente, l'ultimo è quello contenuto in quantità minore. Se il primo ingrediente è lo zucchero, il prodotto sarà a base di calorie vuote. Allo stesso tempo, quando vi è la dicitura "*senza fonti di zucchero*", potrebbe essere presente il fruttosio o addirittura l'aspartame. Dunque è necessario saper leggere con occhio critico le etichette dei nostri prodotti.



Per chi non cucina piatti elaborati, cosa consiglia? Dividere il piatto in tre sezioni, significa impegnarsi molto in cucina!



"A differenza della mentalità comune, un prodotto molto comodo sono proprio i cereali e il riso. Possiamo cucinare porzioni più abbondanti e mantenerli due giorni all'interno del nostro planning.

Allo stesso tempo, nella sezione proteica inserirei del pollo alla piastra, mentre nella terza sezione inserirei le insalate, le quali non necessitano di cotture. In questo modo è possibile creare il piatto in tre sezioni differenti e in tempi veloci. Consiglio sempre l'aggiunta di qualche spezia per rendere il tutto più appetibile e colorato".



Generalmente è consigliato fare diversi spuntini nell'arco della giornata, spuntini che tuttavia possono essere una fonte di rischio, in quanto possono indurre al consumo di prodotti salati industriali. Come fare uno spuntino sano?



"Lo spuntino è un ottimo "spezza fame", consigliato nella nostra alimentazione perché ci permette di non arrivare affamati al pranzo. Smorza la nostra fame e rappresenta una pausa e una coccola. Come fare questi spuntini? Un frutto può essere un'ottima soluzione ricca di vitamine, tuttavia possiamo utilizzare l'alimento sotto varie forme, un frutto può essere consumato per esempio sotto forma di composta, frullato, ecc."



Quali vitamine e sali minerali sono importanti per il sistema immunitario?



"Lo zinco è fondamentale per il sistema immunitario, ma è importante anche per le patologie autoimmuni. Dove trovarlo? All'interno di legumi, frutta fresca, frutta secca e semi. Sono poi fondamentali la vitamina C e D. Le fonti alimentari di queste ultime sono tante, tuttavia è necessaria anche una buona esposizione al sole."

## La ricetta della puntata

Per dare un'idea pratica di quanto nella puntata è stato raccontato, Roberta Lomuscio, cuoca di cucina naturale, ha preparato in onda una ricetta semplice e veloce con tre ingredienti di stagione. Si tratta di un'insalata di riso nero integrale con ciliegie, asparagi e robiola (Fig. 68). Esso contiene in un unico piatto le tre sezioni elencate dalla Dott.ssa Maria Lucia Macrì: un cereale, dunque del riso nero integrale proveniente dalle coltivazioni naturali di Vercelli, aglietto fresco e cipolla bionda per dare profumo, le ciliegie *Brulat* a pasta morbida di Pecetto, della robiola del Pianalto e infine gli asparagi delle colline di Montafia, provenienti dall'azienda Agricola Massarone del produttore locale Luca Roffinella, coinvolto nella puntata.



“Coltivo una piccola asparagiaia in comune con un altro produttore con cui ci si aiuta reciprocamente. Questo aiuto reciproco ci consente di gestirla senza alcun tipo di diserbante. È un duro lavoro e sebbene la quantità prodotta sia ridotta, il risultato è ottimo. Infatti, sia la scelta del terreno su cui è stata impiantata sia l'utilizzo di letame per la concimazione fa sì che il prodotto sia di qualità elevata.”



“L'asparago contiene Vitamina C, utilissima per il nostro sistema immunitario, i folati che migliorano l'assorbimento del ferro, minerali e potassio, il triptofano che lavora sul nostro umore, il glutathione che va a purificare il fegato, l'arrotina che lavora sui nostri capillari e infine quello che conosciamo di più, l'asparagina, l'aminoacido responsabile dell'odore classico delle nostre urine, dalle proprietà diuretiche. Fonte naturale di

vitamine, l'asparago ci aiuta a ripristinare un effetto diuretico e detossificante del nostro organismo. Il riso è invece un cereale che ha un'elevata digeribilità e regola la nostra flora batterica intestinale. Si tratta di quei miliardi di batteri che popolano il nostro intestino, i quali vengono nutriti dall'amido del riso. In particolare quando riscaldiamo il riso già cotto, andiamo a stimolare la creazione di una molecola che si chiama amido-resistente. Esso è una delle prime fonti di nutrimento per la flora batterica intestinale. Così, attraverso il riso riusciamo ad avere un alimento saziante e digeribile. Se si utilizza il riso nero, si ha anche un buon apporto di ferro, selenio e vitamina C, arricchendo la nostra alimentazione. Esso ha inoltre più proteine e meno zucchero, dunque è anche ottimo per chi soffre di diabete.”



Fig. 68 - La ricetta della puntata “*La dieta della sedentarietà*”: insalata di riso venere con asparagi, ciliegie e formaggio caprino. La ricetta è stata realizzata con gli asparagi provenienti dall'azienda agricola Massarone, coinvolta nella puntata.



Luca, come mai un ragazzo giovane come te sceglie di lavorare in agricoltura?



“L’idea è nata guardando il lavoro di mio padre, il quale ha proseguito l’attività agricola per hobby, pur avendo scelto una professione diversa. La volontà di fare l’ortolano in un posto come il paese di Montafia (TO), dove non vi sono ortolani, nasce vedendo gli ottimi risultati che mio padre riscuoteva all’interno dei suoi orti. Produceva infatti una cospicua quantità di ortaggi. Così, mi sono chiesto perché non poter seguire le sue orme, dando origine a una vera e propria azienda agricola. Attraverso una laurea in Scienze Agrarie e Forestali ho potuto mettere a frutto questa idea e sono felice che abbia funzionato. Già durante gli anni della mia università abbiamo iniziato a ingrandire la nostra attività, scegliendo i terreni e le posizioni migliori che avevamo a disposizione. Così a Montafia, in un posto in cui non era mai esistita un’azienda orticola, nasce la nostra realtà. Per me è un esempio che spero porti entusiasmo a chi ha voglia di rimanere a vivere in campagna. Nella realtà delle nostre colline, occuparsi di un’attività di questo tipo permette di non perdere le conoscenze e le tradizioni delle generazioni precedenti. Lavorando sul territorio ho infatti scoperto moltissime cose, piccoli accorgimenti che usavano gli anziani nei loro orti e che ancora oggi funzionano perfettamente, ma anche varietà antiche che grazie alla nostra attività oggi coltiviamo ancora. Questa è l’azione del preservare la biodiversità, ma anche ciò che ci appartiene, un pezzo della nostra cultura.”



Cosa ha significato per te e per altri produttori locali l’esperienza della consegna della spesa a domicilio all’interno dei periodi di lockdown?



“In tali periodi i nostri clienti sono impossibilitati a raggiungerci a causa delle normative in vigore durante il periodo di pandemia. Così abbiamo deciso di consegnare personalmente i prodotti che ci ordinano. Posso dire che è diverso incontrare le persone in questo modo. Ho riscoperto un’umanità molto forte e una ricerca del contatto sociale, un interesse reciproco nel sapere come va il lavoro nei campi e come stiano i miei clienti affezionati. Si tratta di uno scambio importante che è sempre mancato in precedenza anche nei nostri paesi. Spesso le persone venivano al nostro banco al mercato o in azienda e avevano fretta. Oppure ero io ad aver fretta per il lavoro eccessivo e le numerose persone da servire. Quindi era tutto molto complesso, mancava il contatto, il fare due parole anche solo per conoscere un pò meglio quello che accade nei campi. In questo modo, attraverso questa nuova esperienza, il fare la spesa è passato da atto di consumo ad atto di relazione e mi auguro che questo duri nel tempo. Spero che le persone che continueranno ad acquistare la mia verdura, abbiano ancora voglia di ascoltare una storia in più, perchè il nostro prodotto è anche quello, è anche un pò la storia che c’è dietro la sua coltivazione.”

## 4.4 PUNTATA #2

### TOPIC: Cibo Naturale: Tra Prevenzione e Benessere

#### ABSTRACT DELLA PUNTATA

La puntata “Cibo Naturale: tra Prevenzione e Benessere” della rubrica “Cibo, Comunità, Salute” (Fig. 69) ha affrontato il tema della prevenzione e del mantenimento di un stato di salute ottimale attraverso un'alimentazione basata su cibo semplice, prodotto con metodi naturali, privo di contaminanti chimici, equilibrato, non processato, dunque sano. Cosa accade al nostro organismo quando la nostra alimentazione si basa su cibi insalubri? È possibile prevenire l'insorgenza di disturbi e malattie croniche attraverso l'alimentazione? Quanto è importante consumare cibi naturali per rafforzare le nostre difese immunitarie? Tale dibattito è stato condotto attraverso il coinvolgimento della Dott.ssa Rossana Becarelli e del produttore agroalimentare Andrea Pirollo (Fig. 70), con i quali si è dialogato sull'importanza di un'alimentazione “buona, pulita e giusta” per aiutare l'organismo umano a essere più forte e resiliente.

/CONOSCIAMO  
Cibo, Comunità, Salute

### SEGUI LA DIRETTA

GIOVEDÌ  
**28 MAGGIO**  
h 17,30

**Cibo Naturale:  
tra Prevenzione  
e Benessere**

Alessandra Savina  
Roberta Lomuscio

**Dott.ssa Rossana Becarelli**  
Medico, Filosofa della Scienza,  
Antropologa



Fig. 69 - Locandina digitale della puntata “Cibo Naturale: tra Prevenzione e Benessere”.

## PROFESSIONISTI COINVOLTI



### Rossana Becarelli Rete euromediterranea per l'umanizzazione della Medicina

Medico, filosofa della scienza, antropologa, per molti anni direttore sanitario di diversi ospedali in Piemonte, tra cui l'Ospedale San Giovanni Vecchio di Torino. Nella sua professione, si è inoltre dedicata assiduamente al sostegno al benessere lavorativo in sanità e alla promozione della salute attraverso l'arte.



### Andrea Pirollo Azienda Agricola CàMariuccia Albugnano (TO)

Responsabile marketing e comunicazione di CA' MARIUCCIA, azienda agricola in conversione biologica, orientata ai principi dell'agricoltura naturale e della permacultura, con sede ad Albugnano. La peculiarità di Ca' Mariuccia è il suo focus sulla formazione: collabora difatti con il progetto S.A.N (Scuola di Agricoltura Naturale). La mission aziendale è il raggiungimento di un'alimentazione di qualità, e la costruzione di un nuovo modello agricolo etico, sano e sostenibile.

## PROFESSIONISTI COINVOLTI



## CANALI UTILIZZATI

Sito ChieriWebTV, Zoom, Youtube.

## VISUALIZZAZIONI COMPLESSIVE

1349

## I CONTENUTI DELLA PUNTATA

Dai primissimi mesi del 2020 l'intera comunità globale ha affrontato una sfida estremamente complessa, ovvero la diffusione del Coronavirus. In un periodo così particolare, quanto inaspettato il mantenimento di uno stato di salute ottimale è divenuto, più di prima, la preoccupazione primaria di moltissimi individui. Si è ricorso all'adozione di numerose strategie per proteggere se stessi e gli altri dal possibile contagio. Si sono spese molte parole sull'importanza dell'utilizzo di mascherine, guanti, prodotti igienizzanti. Si è ribadita l'essenzialità del mantenimento di una distanza di sicurezza e del lavaggio frequente delle mani. Quel che è stato affrontato in modo marginale è stato invece l'importanza di un'alimentazione adeguata per rafforzare il sistema immunitario o per affrontarne una considerevole alterazione. Per tale ragione, il tema che si è voluto affrontare con la Dott.ssa Rossana Becarelli è stato proprio quello del perseguimento di un'alimentazione adeguata, basata su cibi naturali, privi di contaminanti chimici, non processati, equilibrati, dunque sani, al fine di sostenere il nostro organismo e, nel peggiore dei casi, aiutarlo a sostenere una perturbazione quale quella da Coronavirus o da altre patologie.



*“Ogni epoca ha la sua filosofia e la sua antropologia del cibo e nel nostro presente siamo arrivati a affermare che il cibo di cui ci nutriamo attualmente ci fa anche davvero male, rendendo la popolazione del Nord del mondo più vulnerabile”*



Fig. 70 - Diretta della puntata “Cibo Naturale, tra Prevenzione e Benessere”



## Dott.ssa Rossana Becarelli

“Nel profluvio di trasmissioni e discussioni accanite tra esperti, non ho mai sentito parlare di un elemento importantissimo a cui si applica molto bene il termine *naturale*, ovvero le nostre naturali difese. Siamo il principale protagonista di ogni evento che ci colpisce dall'esterno e che è in continua interazione con noi, nel bene e nel male. In questo scenario, l'aspetto più importante per immaginare la nostra giusta ed equilibrata sopravvivenza nel mondo è prenderci cura di noi. Il cibo costituisce più dell'89% della possibilità della nostra sopravvivenza, un altro pezzo fondamentale ovviamente è l'aria. Nel cibo abbiamo la nostra forma di sostentamento e anche la modalità con la quale costruiamo le nostre cellule. Noi estraiamo dal cibo tutto ciò che costruisce il nostro organismo e mentre esso lo fa, lo mantiene anche in salute. Quindi, per esempio, nell'infezione che stiamo attraversando a causa di un virus pressappoco sconosciuto, (sebbene appartenente a una famiglia molto nota, ovvero una famiglia che poi genera le affezioni respiratorie), si è capito quanto tale virus perturbi una condizione cellulare già alterata. La ragione per cui sono stati maggiormente colpiti soggetti anziani o con patologie pregresse è il fatto che l'apparato che ha colpito il virus non era in condizione ottimale, anche a causa dell'alimentazione.

Siamo certamente una popolazione che gode di una delle più lunghe durate di vita nella storia dell'umanità. Questo ovviamente dipende anche dalle condizioni di benessere che non riguardano la medicina e di cui per nostra fortuna godiamo. Tuttavia, questa lunga vita va a discapito del nostro organismo, soprattutto se si è mangiato in abbondanza, come per esempio è accaduto nel nord del mondo, quello più colpito dal virus. Nella nostra alimentazione vi è una prevalenza di cibi poco naturali, cibi molto raffinati, che in effetti, hanno alcune caratteristiche di sicurezza

igienica, poichè sottoposti a vigilanza serrata per ciò che concerne la contaminazione batterica, la quale nel corso dei secoli ha generato numerose patologie. Abbiamo così deciso di sacrificare la naturalezza del cibo. Ma cosa vuol dire esattamente naturalezza? Decine di anni era in voga la dieta anglosassone: una dieta ricca di grassi e proteine, molto legata al consumo di carne. L'Italia soffriva di un “complesso di inferiorità” e voleva fuggire dalle proprie caratteristiche alimentari avvicinandosi al modello anglosassone. Per fortuna, nel corso degli anni, questo atteggiamento ha subito un'inversione, assistendo a un ritorno sempre più importante della dieta mediterranea, che, difatti, è proprio la dieta di cui l'Italia - e soprattutto l'Italia del Sud, aveva vissuto nel corso dei secoli. Cereali integrali, verdure fresche, olio di oliva invece del burro. Questa è proprio una delle caratteristiche che differenzia il Sud del mondo dal Nord del mondo. Proprio l'olio di oliva, per esempio, è tra gli elementi più propedeutici per un'alimentazione sana, soprattutto quando è estratto bene e in maniera naturale. Esso è stato riconosciuto sino a diventare un elemento qualificante del territorio italiano. Ci sono tanti elementi che valorizziamo quando scegliamo un'alimentazione piuttosto che un'altra. Ogni epoca ha la sua filosofia e la sua antropologia del cibo e nel nostro presente siamo arrivati a affermare che il cibo di cui ci nutriamo ci fa anche davvero male, rendendo la popolazione del Nord del mondo più vulnerabile. In questo tipo di alimentazione troviamo farine e zuccheri raffinati, grassi animali, e altre tipologie di grassi che compongono i prodotti trasformati. Quello che viene a mancare è la vitalità del cibo, quella vitalità azzerata dalla Rivoluzione Verde iniziata alla fine della Seconda Guerra Mondiale, nella quale tantissime armi furono butate nel terreno.

Armi che oggi possiamo più semplicemente chiamare derivati organofosforici e che diedero vita a un'inaspettata fecondità del terreno.

Da qui, il seguito di un'agricoltura sempre più chimica: da un lato i pesticidi, per evitare infestanti e parassiti, dall'altro i fertilizzanti chimici per ravvivare un terreno che divenuto così sterile non era in grado di produrre più nulla. Dunque tale componente chimica ha privato il terreno della sua componente vitale, la quale è costituita in grandissima parte da batteri e microrganismi, virus, funghi.

Si tratta degli stessi organismi che dovrebbero colonizzare il nostro corpo. In forma naturale, ogni essere umano ne conta un numero enorme, essenziale per quella giusta quantità di vitalità e di aiuto che non serve solo a digerire meglio e a sostenere l'organismo durante una terapia antibiotica che ha distrutto la nostra flora batterica. A differenza di quanto si crede, la flora batterica non è connessa unicamente all'apparato digestivo. In realtà, a forza di renderla sterile attraverso l'ingestione di un cibo altrettanto sterile, privo della componente vitale, si è scoperto che numerose malattie endemiche, come il diabete, quelle neurodegenerative, come l'Alzheimer e il Parkinson o ancora, altre malattie di più moderata entità, come le allergie, dipendono dalla grave compromissione che abbiamo prodotto nel nostro organismo introducendo un cibo sterile. La medicina ci ha impiegato davvero tanto per comprenderlo. Quindi possiamo affermare che, questo ritorno alla naturalezza nell'agricoltura è propedeutico per un ritorno della naturalità della nostra alimentazione. Questo è forse il presupposto necessario per recuperare la nostra salute e la nostra capacità di auto-guarigione, che mai come in questo momento dovremmo sostenere, trovandoci davanti a un agente infettivo di cui non si conosce nulla. Come vediamo, abbiamo una medicina che brancola nel buio, tuttavia davanti a un organismo sano, siamo noi i migliori medici di noi stessi, come da sempre, la filosofia ippocratica ha sostenuto”.

A questo punto, la dott.ssa Becarelli reputa necessario chiedersi quale sia però il punto di vista degli agricoltori, poiché in molti casi è completamente assente l'interazione con chi produce concretamente il nostro cibo.

Basti pensare che si è diffusa la consapevolezza di cosa significhi macellare un bovino solo dopo la diffusione dell'*Encefalopatia Spongiforme Bovina* (BSE, ossia *Bovine Spongiform Encephalopathy*), comunemente conosciuta come Morbo della Mucca Pazza. Prima di tale evento la gente difficilmente si chiedeva con consapevolezza da dove realmente la carne provenisse e in che modo fosse prodotta.

Ancora oggi è possibile riconoscere una totale dissociazione tra la percezione, il consumo, le origini e le trasformazioni del cibo. Inoltre, vi è una tale adesione alla produzione industriale, tanto da ritenere sano che il cibo venga prodotto in tale maniera, perché si ritiene che l'industria sia un ambiente in cui i controlli sono serrati e le prescrizioni rispettate, a differenza di una natura che ha un margine di imponderabilità dove queste regole sono difficili da applicare.

Per tale ragione, bisognerebbe conoscere quanto un agricoltore abbia difficoltà a produrre un alimento completamente biologico. È infatti necessario essere consapevoli che i pesticidi così largamente usati hanno contaminato i terreni e, attraverso il ciclo delle acque, hanno contaminato anche quelli bonificati. Il tempo necessario per bonificare un terreno e renderlo ottimale per poter garantire la certificazione di un prodotto biologico è assai lungo. Ci sono numerosi elementi nella produzione agricola che rappresentano un ostacolo nel rendere davvero possibile ed economicamente sostenibile la conduzione di un'azienda agricola che ha avuto magari una storia di agricoltura tradizionale non biologica alle spalle. Inoltre, si sommano le forze metereologiche, le piogge, la siccità, la grandine, dunque il rischio che un raccolto vada male. Si tratta di danni molto gravi sino al punto di compromettere la sopravvivenza di un'azienda agricola.

## Curiosità e interrogativi dai cittadini



Come potrebbero cambiare le normative europee e mondiali da qui a 20 anni rispetto al trattamento dei terreni con i quali produciamo il nostro cibo oggi? Mi è parso di capire che restringere i controlli sulla filiera ha avuto degli esiti negativi sulle nostre difese immunitarie. Allora qual è il futuro delle normative?



**Dott.ssa Becarelli** - “Posso certamente dichiarare una grande difficoltà a livello europeo da parte dei produttori di microrganismi naturali (che sarebbero serviti in ambito agricolo per rigenerare il terreno) a riuscire ad affermare questo genere di prodotto. Ricordo che esiste una normativa contro l’uso del concime naturale, conosciuto come letame. Questa è stata una grave compromissione dell’habitat naturale del terreno.”



**Andrea Pirollo** - “Oggi vi è un unico grande paradosso del mondo produttivo: chi lavora in buona fede deve certificare la sua buona fede, gli altri godono invece di libertà assoluta. Questo compromette la qualità di un prodotto sano. Se un produttore cerca di comprendere come autoprodurre delle micorrize, dei concimi naturali, dei preparati biodinamici, per esempio, per eliminare il più possibile i prodotti di sintesi, è osteggiato. Infatti, alcune di queste pratiche non sono accettate nemmeno nel mondo della produzione biologica. Il modello biologico è nato guardando il modello di produzione intensiva e, in seguito, rimuovendo parte della chimica, senza porsi il problema di capire se vi è un’alternativa vera alla chimica. Alle volte essa è fondamentale, non bisogna essere integralisti, ci sono difatti degli elementi chimici riconducibili a componenti estratte dal mondo naturale che possono essere utilizzati con sicurezza.

Tuttavia, il modello produttivo industriale degli ultimi trent’anni ha totalmente rimosso il sapere contadino. Oggi il modello contadino auto-produttivo è un modello non riconosciuto, non contemplato. Esiste solo il modello non convenzionale, che ha piena libertà, quello convenzionale e infine, quello biologico. Non esiste un modello contadino sebbene la media della proprietà contadina in Italia è di 7 ettari. Quindi non ci si riferisce ad aziende agricole di grandi dimensioni. In Italia abbiamo micro-capacità produttive all’interno di territori complessi. Da un punto di vista normativo servirebbe riconoscere il mondo contadino come un elemento terzo rispetto ai due mondi produttivi: quello biologico e quello convenzionale. Molti contadini non si avvicinano al biologico per una problematica di tempo e di costi. In più il biologico ha tradito l’aspettativa di avere del cibo buono per tutti. È difatti divenuto uno strumento per vendere un prodotto sano al 35% in più.”



Cosa sono le micorrize?



**Dott.ssa Becarelli** - “Sono il substrato di uno stato transizionale dei funghi, all’origine della vita, che costituiscono la trama della terra in cui il 30% di quello che a noi sembra una parte materica evidente è costituita da una parte vitale del terreno. Queste micorrize conferiscono a ogni terreno una certa specificità di sapore, gusto e qualità organolettica.”



**Andrea Pirollo** - “È uno degli elementi più preziosi del substrato terrestre ed è il primo che va a perdersi nel momento in cui vengono utilizzati disseccanti e diserbanti che distruggono le micro-attività del terreno che nell’agricoltura rigenerativa è fondamentale. Sono la rete di connessione e di dialogo tra gli elementi naturali del terreno.”



Di solito compro frutta e verdura dal mercato rionale, in prossimità della mia abitazione, perchè reputo che sia più naturale rispetto a quella reperibile nei supermercati. Ma se questi prodotti non hanno un'etichetta, c'è un modo per riconoscere questa naturalezza per scegliere meglio? Saluti da Città del Messico!



**Andrea Pirollo** - “Bisogna partire da un presupposto: naturale non è sinonimo di genuino. Una zuccina cresce indipendentemente dalla capacità di un uomo di farla crescere. Dove cresce e come viene coltivata dipende dall'onestà del produttore. Come in tutti i progetti, è necessaria la creazione di un rapporto di comunità, è necessaria una riconnessione con la comunità del cibo. Affermare che il prodotto di un mercato contadino sia un prodotto sano non è propriamente vero, poichè oggi i contadini sono stati corrotti da trent'anni di agricoltura industriale, perdendo il senso di ciò che è sano. Oggi vivere di agricoltura è complesso, allora non ci resta che fare un gioco delle parti, che vede la reciproca responsabilità di chi compra e di chi produce. In relazione al prodotto fresco, in Italia siamo estremamente fortunati poichè abbiamo una concentrazione di produttori ortofrutticoli ampissima. Ci vorrebbe dunque davvero poco ad andare direttamente a scegliere i propri prodotti freschi dal contadino, aiutandolo a non utilizzare il sistema della distribuzione e dunque a vendere a un prezzo corretto il proprio cibo. Per dare un'idea, oggi il prezzo del pomodoro da salsa è 75,00 Euro a tonnellata, ma a questo prezzo i diritti umani non esistono più. Bisogna avere la consapevolezza che un prodotto di qualità, è tale non solo se contempla una qualità organolettica. Come consumatori ci siamo focalizzati,

infatti, sulla questione della salubrità e del gusto di un prodotto, ma abbiamo perso di vista la componente sociale. Un prodotto può essere il più gustoso del mondo, tuttavia se non vengono rispettati i diritti umani per la sua produzione, allora forse sarebbe meglio comprare altro.”

## La ricetta della puntata

Sulla base dei temi affrontati, Roberta Lomuscio, cuoca e sperimentatrice di cucina naturale ha elaborato una ricetta in grado di restituire i messaggi veicolati durante la puntata, con l'utilizzo dei prodotti di CàMariuccia. La ricetta vuole proporre i piccoli gesti che fanno buona la cucina mediterranea (Fig. 71). Per questo è stata elaborata una crema di ceci, costituita da semi di sasamo, olio extravergine di oliva, sale marino integrale, rucola, aglio fresco e limoni, accompagnata da verdure croccanti come carote, cipollotti e da pane cotto in padella, prodotto con pasta madre.



Fig. 71 - La ricetta della puntata “*Cibo Naturale: tra Prevenzione e Benessere*”: crema di ceci, verdure fresche, pane senza lievito. La ricetta è stata realizzata con i prodotti provenienti dall'azienda agricola CàMariuccia, coinvolta nella puntata. Per maggiori info: [www.camariuccia.it](http://www.camariuccia.it)

## 4.5 PUNTATA #3

### TOPIC: Cibo Locale: Sostegno per Territori e Comunità

#### ABSTRACT DELLA PUNTATA

La puntata intitolata “*Cibo Locale, sostegno per Territori e Comunità*” della rubrica “*Cibo, Comunità e Salute*” (Fig. 72), ha affrontato i temi della produzione e del consumo agro-alimentare locale e della loro fondamentale importanza per gli aspetti sociali, ambientali, economici e culturali di un dato luogo. Quali processi si innescano quando si opta per il consumo di un prodotto alimentare proveniente da zone lontane? E cosa accade, al contrario, quando si sceglie di sostenere una produzione locale? Ne si è discusso assieme assieme al Prof. Luigi Bistagnino, il quale ha spiegato come e quanto i sistemi agro-alimentari, nella loro diversità, possano sostenere o perturbare il benessere di territori e comunità.

## PROFESSIONISTI COINVOLTI



### Luigi Bistagnino

#### Politecnico di Torino - Sydere Center

Docente, architetto e designer, si occupa di progettazione sostenibile di prodotti, processi e sistemi, con un focus particolare sul settore agroalimentare. Fondatore del gruppo di ricerca Design Sistemico, il quale ha attivato il corso di Laurea Magistrale “*A. Peccei*” dal medesimo nome presso il Politecnico di Torino, nel quale è stato Professore Ordinario. Attualmente è il coordinatore del comitato scientifico del Systemic Design Research and Education Center.



### Federico Chiais

#### Azienda Agricola Biologica I Soffioni (Buttigliera d’Asti)

Produttore locale e apicoltore dell’azienda agricola biologica *I Soffioni*, Federico si dedica alla ricostruzione della biodiversità attorno alle aree coltivate, attraverso la cura delle api e la progettazione di habitat naturali per insetti, rettili e uccelli, come siepi campestri e laghetti.

/CONOSCIAMO  
Cibo, Comunità, Salute

### SEGUI LA DIRETTA

GIOVEDÌ  
**4 GIUGNO**  
h 18.00

#### Cibo locale, sostegno per territori e comunità

Alessandra Savina  
Roberta Lomuscio  
Luigi Bistagnino,  
SYDERE Center  
Systemic Approach Studio



Fig. 72 - Locandina digitale della puntata “*Cibo Locale, sostegno per territori e comunità*”.

## PROFESSIONISTI COINVOLTI



## CANALI UTILIZZATI

Sito ChieriWebTV, Zoom, Youtube, Facebook

## VISUALIZZAZIONI COMPLESSIVE

2263

## I CONTENUTI DELLA PUNTATA

L'ospite teorico della puntata *"Cibo Locale: Sostegno per Territori e Comunità"* è stato il prof. Luigi Bistagnino, il quale non è un medico, ma una figura definibile eclettica, estremamente multidisciplinare, connessa al campo della progettazione sistemica e della sostenibilità. Come in ogni puntata, l'obiettivo è stato quello di creare un dialogo a quattro voci, coinvolgendo chi si occupa direttamente di produrre il nostro cibo. Dunque ulteriori ospiti sono stati la cuoca di cucina naturale Roberta Lomuscio, ma soprattutto il produttore locale Federico Chiais dell'*Azienda Agricola Biologica I Soffioni, Agricoltura Naturale* con sede a Buttigliera d'Asti (Fig.73). Il periodo critico vissuto, connesso alla pandemia da Covid-19, ha assistito a una vera e propria crisi sanitaria, la quale per ovvie ragioni si è identificata in una crisi allo stesso tempo economica e sociale, in una vera e propria perturbazione di interi territori e comunità che hanno dovuto necessariamente acquisire un livello maggiore di resilienza. Dunque qual è il ruolo del cibo locale, dei sistemi agroalimentari locali, in uno scenario instabile come quello contemporaneo in cui si sta tentando - passo per passo - di ristabilire un equilibrio a partire dai nostri luoghi e dai nostri territori?



*"Se abbiamo bisogno di far percorrere a un prodotto fresco ampie distanze, è normale che il produttore scelga quelle varietà che meglio si prestano a tale sforzo. In questo modo però scegliamo di perdere biodiversità e varietà delle piante coltivate per una comodità di chi produce e chi consuma"*



Fig. 73 - Diretta della puntata *"Cibo Naturale, tra Prevenzione e Benessere"*.

Si può ripartire dal cibo, da quel pezzo di cultura che abbiamo perso e che oggi dobbiamo tutelare più di prima? Il prof. Bistagnino ne è convinto e sostiene che il periodo di quarantena appena trascorso abbia sottolineato i ridotti livelli di resilienza territoriale, in quanto la dipendenza da territori lontani cresce progressivamente. Il cibo è alla base della nostra vita, ma è anche quella materia da cui dipende l'equilibrio del nostro sistema immunitario, dunque il nostro benessere. Ma non tutto il cibo è uguale. Nello specifico, comprare del cibo dal mercato locale offre la possibilità ai produttori locali di avere vicini i propri clienti. Inoltre, acquistando locale, il denaro resta nel territorio, con delle ricadute positive non solo a livello economico. Il cibo, la sua produzione e la sua preparazione incarnano un saper fare, una cultura materiale che permette di preservare delle tradizioni che connettono al territorio, sebbene nella sua evoluzione. In più rappresenta un piacere. All'interno dei mercati locali incontro delle persone, interagisco con esse, innesco uno scambio e una condivisione di pensieri, genero una relazione. A differenza di un supermercato, vedrò colori, profumi e forme diverse per ogni stagione. Quando si visita un paese, per esempio, è dal mercato locale che è possibile rintracciare i produttori e i reali prodotti stagionali. In un supermercato, al contrario, non è più percepibile la stagionalità di prodotti, tra l'altro molto spesso provenienti da altri continenti.

e aeroporti. Esso deve prendere navi e aerei e infine arrivare nel luogo di consumo in un'altra piattaforma di logistica e smistamento per i vari territori di consumo. Quando svolgiamo un lungo viaggio, in genere arriviamo alla nostra meta stanchi e stremati. Allora come possiamo essere in grado di definire "fresco" un prodotto che ha subito il medesimo viaggio? In questi sistemi estremamente lunghi il denaro è diretto principalmente alla logistica e ai trasporti e principalmente al di fuori del territorio. Dunque a rimetterci saranno il produttore e il consumatore, il quale non avrà più una corretta percezione di quel dato prodotto. Inoltre, è bene considerare che per ogni nazione o continente vi sono delle normative differenti. Quindi come facciamo ad etichettare un prodotto come fresco, buono e con determinate caratteristiche? Nei mercati locali è possibile sviluppare un rapporto relazionale con i produttori: vi è uno scambio di consigli e ricette per la trasformazione, la preparazione e la conservazione del cibo. Dunque comprando locale, investiamo il nostro denaro nell'identità e nella cultura di un territorio. Questa filosofia non è diretta solo ai mercati, ma anche ai luoghi di consumo. Se per esempio mi reco in un ristorante connesso al territorio, posso raccogliere attraverso il cibo delle informazioni su di esso. L'esibizione scenografica non sarà l'unico elemento di appagamento."



Quali processi inneschiamo quando optiamo per il consumo di un prodotto alimentare proveniente da zone lontane? E cosa accade, al contrario, quando scegliamo di sostenere una produzione locale?



"Quando un cibo proviene da altri continenti deve necessariamente svolgere un lungo viaggio: deve essere raccolto, venduto, refrigerato, portato in una piattaforma di logistica, spedito in porti



Quando compriamo cibo locale possiamo dire di compiere una scelta sostenibile solo a livello ambientale? Cibo locale significa cibo sano? In che modo possiamo far coincidere il concetto di cibo sano con quello di cibo locale?



Per me non esiste realmente la sostenibilità. Il termine 'sostenibilità' è un'invenzione culturale delle persone. Bisognerebbe chiederlo alla terra se le nostre azioni sono sostenibili o meno! È chiaro che comprare locale deve anche significare comprare naturale.

Se un prodotto alimentare è locale, il suo produttore apparterrà all'area in cui il consumatore vive. Quindi ciò che quest'ultimo spenderà, sarà investito nel territorio e nella società all'interno dei quali vive. Al giorno d'oggi abbiamo perso la percezione di essere parte di un bene comune quale la terra e le persone che sono attorno a noi. Se compro locale e naturale, contribuisco al bene comune. Dunque se tutti agiamo localmente, incideremo positivamente su un territorio che tenderà a essere sempre più sano ed etico e, allo stesso tempo, con un sistema economico sviluppato. Questo permette di comprendere che l'economia non è punto di partenza, ma conseguenza.”



Quando camminiamo tra i mercati rionali come possiamo riconoscere quando un prodotto arriva realmente dal nostro territorio e quando invece deriva dai grandi mercati ortofrutticoli?



“In genere, all'interno dei mercati la percentuale di produttori locali che vendono la loro produzione oscilla dal 9% al 12%, gli altri vendono ciò che acquistano dai mercati generali, ovvero cibo proveniente da tutto il mondo. Ecco, io consiglio sempre di recarsi nei piazzali a fine mercato: chi acquista i propri prodotti, abbandona packaging e prodotti imperfetti, scarti e residui che rappresentano un peso superfluo. Chi al contrario produce il proprio cibo con le proprie mani e con il proprio sudore, porta via con sé ogni cosa, perché esse appartengono al proprio sforzo, pertanto troverà il modo di riutilizzarle. L'invenduto verrà dato ad animali da cortile o all'allevamento

oppure verrà trasformato in conserve e marmellate. Impariamo a guardare le mani dei produttori! Sarà facile capire se quelle mani avranno davvero toccato, amato e curato la terra. Se agisco localmente, agisco sulla relazione tra produttore e consumatore, agisco su economie di scambio con i territori in prossimità, svincolo il territorio da distributori, mediatori e piattaforme di logistica. Questo dimostra quanto sia necessario ricostruire la filiera corta, all'interno della quale nello stesso mercato posso trovare produttore, trasformatore e consumatore. Bisogna innescare un'inversione di tendenza, riducendo gli acquisti dai mercati generali. È necessario fermarci a riflettere per chiederci quanto le nostre abitudini quotidiane, dal fare la spesa, a scegliere la qualità e le origini di cosa mangiamo, abbiano un impatto molto più grande di ciò che immaginiamo.”



Come mai un designer si occupa di cibo? Sono necessarie nuove specializzazioni per affrontare il tema del cibo attraverso una visione più ampia possibile?



“Per contribuire al cambiamento della situazione attuale e per avere un mondo più collegato alla natura, 20 anni fa ho deciso di partire proprio dal cibo con la fondazione della *Laurea Magistrale in Design Sistemico*<sup>46</sup> presso il Politecnico di Torino. Il cibo è tra le risorse più preziose che abbiamo, è quello che ci consente di vivere, fornendoci energia. Nel momento in cui comprendo che è necessario acquistare cibo fresco, locale, cibo corretto, comprendo la necessità di connettermi al territorio. Questo cambiamento culturale può in

realtà dare dei risultati positivi più ampi, influenzando su tutti gli aspetti del sistema territoriale. Oggi la nostra società è basata sul prodotto: vi è prima il prodotto e in seguito le persone. Quello che propongo come progettista è un approccio sistemico, un approccio relazionale. Possiamo per esempio fare riferimento alle attività produttive: ogni attività genera degli scarti, delle sostanze che non utilizza, che possono diventare risorse per un'altra attività. Questa possibilità sostenibile è la riproduzione di ciò che esiste in natura, nella quale non c'è rifiuto e non ci sono disoccupati. Tale riflessione è la motivazione per la quale ho scelto di lavorare con il cibo nel settore della progettazione. La chiusura e il distanziamento subito a causa della Pandemia da Covid-19 ci ha insegnato che i prodotti che vengono da lontano non hanno avuto la possibilità di raggiungerci. Questo ha dimostrato che se si ha un buon rapporto con il territorio e con i suoi prodotti, la società locale diviene più resiliente, più elastica, reagisce positivamente a qualsiasi perturbazione e non ha bisogno di prodotti distanti. È necessario innescare un cambio di paradigma in cui il valore delle persone precede quello dei prodotti, i quali devono essere correlati al territorio e alle comunità. Oggi ci chiediamo come ripartire: si riparte dando alle persone la possibilità di vivere e non finanziando dei grandi gruppi industriali. Tutti abbiamo bisogno di lavorare, ma se desideriamo cambiare, dobbiamo partire dal basso, da noi, dalle persone come Federico, che parla delle sue api con amore e passione. Dobbiamo divulgare l'importanza di questi valori. Questa è la vita!

## La ricetta della puntata

La seconda parte della puntata ha toccato con mano lo scenario produttivo del cibo attraverso la preparazione di una ricetta tipica, ovvero le cipolline in agrodolce preparate con miele in favo (Fig. 74). La ricetta è stata realizzata con i prodotti freschi provenienti dall'azienda agricola coinvolta nella puntata - *I Soffioni - Agricoltura Naturale*, fondata dal produttore locale Federico Chiais. Si tratta di una ricetta semplice che appartiene a un passato antico e contadino, un'epoca in cui gli ingredienti semplici erano sempre sulle tavole delle persone e con le poche risorse che si avevano, le donne riuscivano a preparare sempre qualcosa di molto gustoso, grazie al fatto che si viveva e si vive in territori densi di varietà tipiche. Federico è uno di quei volti che è consuetudine incontrare nell'astigiano durante i mercati locali e le manifestazioni dove si incontra un pubblico disposto ad ascoltare le ragioni per le quali si sceglie di intraprendere una vita all'insegna della natura, coltivando la terra e prendendosi cura delle api. Infatti, Federico nella sua azienda agricola produce anche del miele.



Federico, perchè la scelta di fare apicoltura?



“Il fatto di allevare delle api mi permette di essere più a contatto con la natura. Le api sono infatti un termometro della natura, dell'inquinamento, dei cambiamenti climatici. In questo modo il miele oltre a essere un prodotto della mia azienda agricola è anche una passione, un mezzo che mi permette di conoscere la natura e di condurre la mia realtà produttiva nella maniera migliore e sostenibile. Precisamente il miele in favo è il miele così come viene prodotto dalle api in natura.

<sup>46</sup> Per maggiori informazioni: [www.didattica.polito.it/laurea\\_magistrale/design\\_sistemico/it/presentazione](http://www.didattica.polito.it/laurea_magistrale/design_sistemico/it/presentazione)

Il favo è la parte costruita dalle api per mezzo della cera, con le sue cellette che vengono poi riempite con il miele. Si tratta di uno spettacolo di geometrie naturali: infatti ogni celletta ha un'inclinazione verso l'alto che fa sì che il miele non coli. Quindi viene costruita la cella, viene riempita di miele, infine, a seguito di un processo naturale di asciugatura, la celletta viene tappata. Questo è un processo completamente naturale. Al contrario, per noi apicoltori è necessario l'utilizzo di un mielometro al fine di verificare il grado di umidità. Utilizziamo dunque degli strumenti artificiali di cui le api non necessitano. La natura è straordinaria. Lungo la sua attività, l'apicoltore utilizza invece un telaino di legno senza una base di cera, dove le api costruiranno poi naturalmente la loro cera vergine. A quel punto si taglieranno dei piccoli rettangolini che in genere io regalo agli amici. Questo è il miele vero, quello puro, prodotto dalle api, senza alcun processo di smielatura, la quale in piccola

parte ne cambia le caratteristiche. L'aspetto che più mi affascina e stupisce è pensare quanto nettare ogni ape trasporta lungo ogni suo volo. In un pezzo di favo c'è un enorme lavoro delle api!"



Contribuire al mantenimento della biodiversità è un modo di occuparsi in maniera fraterna e paterna della terra. Federico si sta occupando di mantenere e di rinvigorire la prosperità e la biodiversità dei suoi terreni e di quelli che sono vicino alla sua azienda agricola. Federico, perchè comprare locale dunque?



"Purtroppo negli ultimi decenni la scelta delle varietà coltivate dalle grandi aziende agricole è stata dettata più dalla comodità che dalla qualità del prodotto. Ad esempio, molto spesso un pomodoro non è selezionato per le sue proprietà organolettiche, ma molto probabilmente perchè ha la pelle più dura e può essere raccolto a macchina. Sono socio dell'Associazione Frutteto di Vezzolano<sup>47</sup>, un frutteto con 60 varietà di mele antiche. Nel 1900 vantavamo quasi 1000 varietà di mele esistenti in Piemonte, adesso ne sono sopravvissute solo 400. All'interno dei supermercati ne troviamo al massimo una decina, poiché chiaramente per un produttore non è conveniente che il cliente abbia a disposizione centinaia di tipologie di mele. Comprare locale permette quindi di mangiare sano, perchè il prodotto non ha viaggiato a lungo ed è stato raccolto al momento giusto. Posso quindi raccogliere delle albicocche due giorni prima di venderle e non due settimane prima, costretto poi a farle maturare nei cassoni durante



Fig. 74 - La ricetta della puntata "Cibo Locale, Sostegno per Territori e Comunità": cipolline in agrodolce con miele in favo. La ricetta è stata realizzata con i prodotti freschi provenienti dall'azienda agricola I Soffioni - Agricoltura Naturale, coinvolta nella puntata.

<sup>47</sup> Per maggiori informazioni: [www.fruttetodivezzolano.it](http://www.fruttetodivezzolano.it)

il trasporto. Se ho bisogno di far percorrere al mio prodotto fresco ampie distanze, è normale che io scelga quelle varietà che meglio si prestano a tale sforzo. In questo modo però si sceglie di perdere biodiversità e varietà delle piante coltivate per una comodità di chi produce. Quindi è lecito chiedersi chi fa davvero il mercato. Il mercato è fatto certamente dagli acquirenti, ma è fatto anche dai produttori che spingono i clienti ad accontentarsi. Quindi non accontentiamoci, informiamoci, cerchiamo, andiamo nei mercati contadini, valutiamo i banchi ortofrutticoli incontriamo, valutiamo la quantità di tipologie di verdure e la stagionalità che hanno, evitando di andare a comprare un prodotto a sua volta acquistato da un grande magazzino che potremmo andare a trovare allo stesso modo all'interno di un supermercato. Per quanto concerne la biodiversità che ho scelto di sviluppare all'interno della mia azienda agricola, a eccezione della creazione di uno stagno nelle zone vicine, sto progressivamente creando delle siepi campestri che sviluppino biodiversità. Come mai le siepi campestri? Esse producono fiori per le api e rifugio per gli uccelli, i quali poi mi aiuteranno a combattere gli insetti nocivi. Rispetto alla coltivazione di un campo di mais attuabile da un trattore, fare frutticoltura e orticoltura permette di osservare le cose più da vicino. Certamente le certificazioni biologiche sono uno strumento utile per l'agricoltura naturale, tuttavia è necessario anche connettersi con il produttore al fine di capire come realmente lavora tra i suoi campi. Creare e mantenere biodiversità è un atto estremamente importante per il biologico.

È essenziale sviluppare un ampio ecosistema attorno alle proprie coltivazioni. Per avere una corretta coltivazione biologica bisognerebbe infatti che interi territori si accordassero per creare un equilibrio naturale tra gli insetti dannosi e gli insetti utili, tra prede e predatori. Nel mio piccolo voglio creare questa condizione. Oltre alle siepi campestri ho infatti creato uno stagno utile non solo per l'irrigazione (Fig. 75), ma anche per ricreare all'interno di un campo in cui non vi era nulla, un ambiente ripopolato di invertebrati, rettili, uccelli, mammiferi, ecc. Questa è una grande soddisfazione per me, perchè è vero, bisogna vivere e produrre, ma anche fare del bene alla natura.”



Fig. 75 - Lo stagno sviluppato all'interno dell'*Azienda Agricola Biologica I Soffioni* (Buttigliera d'Asti) al fine di sviluppare biodiversità attorno alle coltivazioni naturali. Credits: Federico Chias

## 4.6 PUNTATA #4

### TOPIC: Ripartiamo dal Cibo

#### ABSTRACT DELLA PUNTATA

La puntata intitolata “*Ripartiamo dal cibo*” della rubrica ‘*Cibo, Comunità e Salute*’ (Fig. 76), ha affrontato il tema del cibo e dei sistemi produttivi agroalimentari nello scenario della pandemia da Coronavirus. Come abbiamo affrontato a livello alimentare questo periodo di lenta ripresa?

Come svincolarsi, in quanto consumatori, dall’importazione costante di svariati cibi per salvaguardare le reti agroalimentari locali e re-innescare le micro-economie territoriali?

Ne abbiamo parlato assieme al Prof. Dario Padovan, il quale ci ha aiutato a comprendere le dinamiche globali che condizionano i micro-sistemi ambientali, economici e globali, sino a coinvolgere i nostri consumi, le nostre abitudini e le nostre scelte. La puntata ha previsto l’ulteriore collaborazione di Paolo Pompilio dell’azienda agricola *Capre e Cavoli*.

## PROFESSIONISTI COINVOLTI



**Dario Padovan**  
**Università di Torino (TO)**

Docente di Sociologia presso il Dipartimento di Cultura, Politica e Società dell’Università di Torino. Fino al 2015 Direttore del Master in Sostenibilità socio ambientale delle reti alimentari. Membro della reti di ricerca ESA 12 “Ambiente e sociologia” e ESA 6 “Sociologia del consumo”. Tra i principali argomenti di ricerca: sostenibilità, sociologia delle pratiche, energia, conflitti ambientali, percezione del rischio, griglie energetiche intelligenti, transizione dei sistemi socio-tecnici.



**Paolo Pompilio**  
**Azienda Agricola Capre e Cavoli**  
Capriglio (TO)

Produttore e allevatore locale dell’Azienda Agricola *Capre e Cavoli*, Paolo si dedica principalmente all’allevamento estensivo di capre, con una particolare attenzione al tipo di alimentazione da esse condotto, al loro stile di vita e alla tipicità del latte prodotto.

**/CONOSCIAMO**  
Cibo, Comunità, Salute

**SEGUI**  
**LA DIRETTA**

GIOVEDÌ  
**11 GIUGNO**  
h 18,00

**Ripartiamo**  
**dal cibo**

Alessandra Savina  
Roberta Lomuscio  
Prof. Dario Padovan  
(UNITO)  
Paolo Pompilio



Fig. 76 - La locandina social della puntata “x”.

## PROFESSIONISTI COINVOLTI



## CANALI UTILIZZATI

Sito ChieriWebTV, Zoom, Youtube, Facebook

## VISUALIZZAZIONI COMPLESSIVE

1187

## I CONTENUTI DELLA PUNTATA

Nelle puntate precedenti è stato possibile creare un'interazione con diversi professionisti appartenenti allo scenario sanitario, tra cui la Dott.ssa Rossana Becarelli e la Dott.ssa Maria Lucia Macrì e con una figura proveniente dal settore della progettazione sistemica, quale il prof. Luigi Bistagnino. L'ospite della quarta puntata è stato invece il prof. Dario Padovan, Coordinatore Scientifico del Master in "Sostenibilità del territorio e della filiera agro-alimentare", proposto dal Dipartimento di Culture, Politiche e Società dell'Università degli Studi di Torino. Tale master rientra tra le attività della Cattedra Unesco in Sviluppo Sostenibile e Gestione del Territorio<sup>48</sup> di cui il prof. Padovan è coordinatore scientifico dal 2010. Tra gli altri argomenti di ricerca da lui trattati non vi è solo la sostenibilità, ma anche la sociologia delle pratiche, i conflitti ambientali, la percezione del rischio, la transizione dei sistemi socio-tecnici e molto altro ancora. All'interno della puntata è stato poi coinvolto Paolo Pompilio, *produttore locale dell'Azienda Agricola Capre e Cavoli*<sup>49</sup> con sede a Capriglio (TO) (Fig. 77).

<sup>48</sup>Per maggiori informazioni: [www.unescochair.it](http://www.unescochair.it)

<sup>49</sup>Per maggiori informazioni: [www.capreecavoli.com](http://www.capreecavoli.com)



*“L'uomo non nasce già consapevole di come alimentarsi, ma acquisisce nell'arco della sua vita delle conoscenze che entrano a far parte della sua esperienza e che in qualche modo gli conferiscono dei saperi sul trattamento del cibo”*



Fig. 77 - Diretta della puntata "Ripartiamo dal Cibo".

Il rapporto tra il territorio italiano e il settore agroalimentare è stato da sempre molto robusto e allo stesso tempo anche molto sfaccettato, generando numerosi e differenti scenari legati alla cultura materiale, alle tradizioni, alla diversità di ogni territorio. Tuttavia, con il progredire di sistemi agroalimentari sempre più globalizzati e ad alto impatto e di uno stile di vita sempre più frenetico, basato molto spesso su ritmi serrati e sull'ottimizzazione dei tempi, il rapporto con il cibo sta cambiando. Tale cambiamento sta purtroppo conducendo a delle ricadute apparentemente invisibili sugli aspetti sociali, ambientali ed economici di un territorio.



Prof. Padovan secondo la sua opinione come pensa che sia stato affrontato a livello alimentare questo momento storico inaspettato connesso alla pandemia da Covid-19 e come si sta invece sviluppando questo periodo di lenta ripresa? Come abbiamo agito e quali sono state le conseguenze sui sistemi agroalimentari locali?



“Volendo collegare temi anche molti differenti come l'apparizione di questo nuovo Coronavirus e quelli che potrebbero essere gli scenari all'interno dei quali esso appare, posso affermare che le connessioni con il sistema agroalimentare, prima che con il cibo, non sono assenti. È bene distinguere questi ultimi, poiché uno è il mondo agroalimentare industriale che ruota attorno alle grandi compagnie che producono e commerciano i beni che consumiamo, l'altro è il cibo, così come lo conosciamo e lo trasformiamo con le nostre mani.

Quello che emerge da coloro che hanno studiato la dinamica di questa pandemia da Covid-19 è che anche in questo caso il virus proviene dagli

animali. Questo implica il fatto che nell'interazione tra società e natura vi sono delle anomalie, dei momenti critici in cui un virus che funziona come agente patogeno compie il cosiddetto “salto di specie” e inizia a contagiare gli umani. Esistono delle modalità con cui ci rapportiamo alla natura: alle volte non siamo in grado di controllare tale relazione, altre volte compiamo degli errori. Ciò che è accaduto con il Coronavirus è la stessa cosa.

Ci sono stati numerosi virus provenienti da animali che erano parte del nostro sistema alimentare: possiamo riferirci alle influenze spagnole che provenivano dai suini, ad alcune forme di HIV e AIDS che provenivano dai primati non umani, all'influenza asiatica degli anni '60 che era di origine aviaria, al batterio della peste che proveniva dal rapporto con animali non di tipo alimentare. Quindi tutte queste pandemie ed epidemie sviluppate a livello storico hanno sempre avuto a che fare con la natura con la quale l'uomo è in relazione. Anche il cibo è parte di questa relazione.

In questo scenario, una delle questioni che non è stata sufficientemente approfondita è quella del commercio mondiale di animali selvatici anche a fini alimentari. Si stima che la macchina mondiale di commercializzazione della *Wild Nature* fatturi ogni anno 40 Miliardi di dollari. Questo sistema di scambio di animali all'interno dei mercati mette a contatto milioni di persone. Basti pensare come solo il commercio di piccoli pesci tropicali richiede il lavoro di 36 milioni di persone. Specifiche leggi internazionali provano a gestire la complessità di questo sistema che incarna un'attività economica che si svolge tra il legale e l'illegale. Tuttavia, questo è solo un piccolo frammento di un mosaico che vale la pena approfondire.

Un secondo elemento di discussione è il modo in cui il nostro rapporto con il cibo cambia sulla base delle condizioni sociali in cui viviamo.

Quello che è accaduto in questi mesi è stato un grande esperimento sociale, nel quale sono cambiate anche molte abitudini quotidiane: tutti hanno ripreso a cucinare a casa, per esempio.

Sulla base di un piccolo sondaggio svolto nel 2015 dal *Consiglio Nazionale delle Ricerche* (CNR) sul tema del *'Future for food, Food for future'*<sup>50</sup>, il quale ha raccolto aspettative, speranze e timori legati al futuro dell'alimentazione di esperti e cittadini comuni, è stato rilevato un aumento del 30% del consumo di verdura e una riduzione del 40% del consumo di prodotti confezionati, con una maggiore attenzione agli sprechi e alle eccedenze. Dunque siamo diventati tutti un po' più attenti, forse un po' per paura, forse perché costretti o forse perché abbiamo riacquisito un po' di manualità e praticità.

Infatti, anche l'alimentazione è una questione di pratiche sociali. L'uomo non nasce già consapevole di come alimentarsi, ma acquisisce nell'arco della sua vita delle conoscenze che entrano a far parte della sua esperienza e che in qualche modo gli conferiscono dei saperi sul trattamento del cibo.

I lockdown vissuti nella pandemia da Covid-19 hanno dimostrato che le pratiche cambiano consapevolmente e inconsapevolmente. Ci sono degli ostacoli che non ci consentono di fare delle cose che tuttavia sono superabili. Il problema è se sono superabili solo in fase di emergenza, per paura o per preoccupazione.

La capacità di reazione o il tipo di azione che mettiamo in campo, che sostituisce quella precedente, non è nuova: le dinamiche appena verificatesi era infatti già accaduto con l'*Encefalopatia Spongiforme Bovina* (Yeung & Morris, 2001), comunemente conosciuta come Morbo della Mucca Pazza. Quando si sviluppò tale fenomeno in Inghilterra, un milione di italiani sospese il consumo di carne per un paio di anni e ci fu, in genere, una drastica riduzione di consumo di carne bovina. Tuttavia, dopo qualche anno questo consumo è stato ripreso. Dunque c'è una spinta iniziale verso il cambiamento dopo la quale si ritorna alle vecchie modalità.

Il caso inglese è un esempio molto interessante per seguire quali siano le evoluzioni dei cambiamenti dei consumatori, come ad esempio la fiducia nel cibo. All'epoca per esempio vi fu un crollo della fiducia nel sistema agroalimentare, dopo il quale si è lentamente tornati a uno stato di normalità, sulla base delle scelte governative, di quelle di produttori, distributori e grandi mercati.”



Come possiamo spiegare in termini semplici perché il cibo è parte integrante della nostra cultura, alla pari di molte altre cose come le tradizioni, la salute, l'arte, ecc? Quali sono i legami che il cibo stringe con la nostra società, con la nostra cultura e quindi con i nostri territori?



“I legami sono ovviamente molteplici. Il cibo è l'elemento cardine della riproduzione della specie umana e per questo diviene fattore fondamentale della riproduzione della società. Le risorse che un territorio fornisce entrano a far parte di modalità trasformative. Il problema è che l'uomo trasforma costantemente la natura con strumenti diversi. Quello che sta avvenendo da anni è una delega alla trasformazione di quella parte della natura che è legata invece all'alimentazione (essenzialmente derivati di carne, pesce e vegetali). Deleghiamo costantemente a sistemi tecnici esperti le fasi di raccolta e produzione di cibo. Nel tempo abbiamo così formato un sistema globale di governo del cibo che si è proposto come sistema esperto di gestione dei nostri bisogni alimentari, sostituendo il nostro rapporto diretto con il cibo, con la sua produzione, con la sua circolazione, ecc. Tale sistema ci ha sempre più allontanato dalle dinamiche reali del cibo.

<sup>50</sup> Per maggiori informazioni:  
[www.cnr.it/it/nota-stampa/n-6147/un-sondaggio-per-il-cibo-del-futuro](http://www.cnr.it/it/nota-stampa/n-6147/un-sondaggio-per-il-cibo-del-futuro)

Dunque una parte della nostra cultura viene alimentata in funzione strumentale da quello che è il mantenimento del sistema di controllo globale dell'agroalimentare. Il sistema globale alimentare è mediato costantemente da pubblicità e proposte di modelli di consumo che ci hanno allontanato dalla vera identità del cibo. Non conosciamo più il cibo reale e le sue origini, per questo è necessario riscoprire questo tipo di vicinanza, comprendere l'essenza della terra che è fondamentale dal punto di vista dell'organizzazione del tessuto ecologico, ma anche del tessuto umano.

Il problema di chi produce il cibo è una questione fondamentale, soprattutto se pensiamo che nel processo di distribuzione e divisione del lavoro a livello globale, quelli che si sono occupati dei processi di produzione sono sempre stati quelli trattati peggio. Proviamo a pensare al fenomeno del caporalato per esempio, a chi oggi raccoglie i pomodori e l'uva, a chi nel passato si occupava della raccolta del cotone, del caffè, del cacao, dello zucchero. Si trattava di schiavi. Purtroppo il nostro mondo è legato a una storia culturale di organizzazione del lavoro che ha sempre delegato ai più deboli del territorio il lavoro più faticoso. È da qui che deriva l'antico disprezzo per il lavoro manuale dei primi borghesi o dell'aristocrazia, il quale ha oggi incarnato quella che è la nostra distanza dal lavoro manuale. Tuttavia, il cambiamento climatico e la crisi ecologica ci obbligheranno a tornare al lavoro manuale. Saremo costretti a ri-coltivare quello che mangiamo, saremo spinti a ripensare alle nostre diete.

Per i propri consumi, oggi l'Italia importa frumento tenero, semi di soia, frutta a guscio, semi di girasole orzo, mais, carne suina, salumi, frumento duro e persino olio d'oliva. Importiamo dall'estero pur essendo quella che chiamiamo "Italia del cibo". Il cambiamento non è pensato in termini di autarchia, in quanto si è consapevoli che buona parte delle relazioni commerciali internazionali si manterranno nel tempo, pur davanti a un rallentamento della globalizzazione.

Potremmo tuttavia andare verso una diversificazione dei nostri territori, pensare a far qualcosa di più, non essere sempre e solo città e territori di consumo, ma tornare a essere aree produttive."



Come stabilizzare il cambiamento? Come ritornare a un consumo tradizionale dopo la perturbazione avvertita in campo alimentare?



"Alcuni studiosi direbbero che dovremmo istituzionalizzare i nostri nuovi modi di fare, cioè dotarci di qualche struttura. Come si fa a portare il sistema in un'altra direzione e a permettere che dei cambiamenti diventino stabili, radicandosi? Istituzionalizzando, molto probabilmente. Creando delle strutture sociali che non siano necessariamente formali, ma che siano fatti di persone, di pratiche, di modi di fare, di relazioni, di connessioni e anche di reddito, al fine di mantenere il cambiamento.

L'affermare nuove modalità di fare dovrebbe ridurre l'incertezza legata agli elementi di innovazione che mettiamo in campo, ma ci dovrebbe essere qualcuno che dà una mano.

Possiamo essere noi stessi, certo, ma potrebbero essere d'aiuto anche le istituzioni, le regioni, le province, i comuni, i territori, le comunità montane, persino i governi, il fondo monetario internazionale, l'Europa. Se queste realtà dessero una mano a compiere questa transizione, allora il cambiamento sarebbe possibile. Abbiamo gli strumenti e le capacità per farlo."



Perché la percezione e la paura del rischio microbiologico è sempre più grande di quella del rischio chimico, che sembriamo invece accettare maggiormente quando facciamo la spesa e scegliamo cosa mangiare?



“La questione della paura è sempre molto complessa. Ad esempio in questi mesi ci si è chiesti come mai il problema del cambiamento climatico non abbia agito con la stessa forza e urgenza del Coronavirus. La risposta è che l'emergenza sollevata dal virus richiede risposte immediate, mobilitando persone e risorse per rispondere a una dura sfida per i nostri corpi biologici. Dunque tutto dipende dall'urgenza e dalla visibilità del rischio che stiamo correndo e dalla minaccia che esso presenta.

Esistono minacce più ampie, più a lungo termine, come quelle presentate dal rischio chimico alimentare. Queste tipologie di minacce sono quelle meno comprensibili.

Vale la pena fare nuovamente l'esempio del cambiamento climatico: si tratta di un cambiamento globale davanti al quale le persone si sentono impotenti, se prese individualmente. Ma quando esso si affronta in termini collettivi, allora diventa una questione che può essere affrontata realmente, come ha il movimento *Friday for Future*<sup>51</sup>, che ha dato senso, ha personificato, dato significato alla vicenda, portandola giù dall'olimpico della scienza, di climatologi ed esperti, per trasformarlo in problema quotidiano, in una battaglia continua. Dunque è necessaria una forza collettiva per affrontare problemi del

genere, considerando anche le loro caratteristiche temporali. La dilazione temporale associata al virus (che è un'urgenza immediata) è assai ridotta rispetto alla temporalità del cambiamento climatico. Sono certo però che le paure possono bloccare, ma possono anche fare reagire.”



Quali sono le azioni da cui partire per modificare il sistema alimentare attuale e favorire l'adozione di scelte di consumo consapevoli da parte degli utenti?



“Ritengo che non sia necessario inventarci cose completamente nuove. Per esempio, l'esperienza dei gruppi d'acquisto dimostra come produttori e consumatori si possano organizzare per far sì che l'uno dipenda dall'altro, che ci si conosca, che ci siano delle relazioni personali. I gruppi d'acquisto si sono evoluti in molte direzioni, alcuni di questi forniscono addirittura un reddito, per cui c'è più attenzione per modalità auto-referenziali. Nello specifico, sono molto importanti quelli in grado di fornire un capitale iniziale necessario per la produzione agricola, in modo che arrivi da parte dei consumatori un aiuto per i produttori. Si tratta di modalità organizzative molto importanti, che tuttavia non consentono di uscire completamente dal sistema agroalimentare globale, in quanto la sua potenza è tale da non poter essere smantellata con semplice volontà personale. Per tale ragione si potrebbe pensare di avviare dei processi di trasformazione, così come avviene in altri campi: si possono creare delle comunità del cibo, pensando in termini comunitari, in termini di cooperazione e non solo in

<sup>51</sup> Per maggiori informazioni:  
[www.fridaysforfutureitalia.it/](http://www.fridaysforfutureitalia.it/)

termini di individualità, la quale ci obbliga di dipendere dalla mano invisibile del mercato. Questo potrebbe essere un modello replicabile, nella sua complessità. Il concetto di comunità è dunque un buon punto di partenza per avviarsi verso la transizione.”

## La ricetta della puntata

La ricetta della puntata ha previsto la realizzazione di ballottine di formaggio di capra avvolte in foglie di basilico e guarnite con frutta di stagione (Fig. 78). La protagonista della ricetta è una robiola di capra, alimento molto digeribile e reperibile in loco, proveniente dall'*Azienda Agricola Capre e Cavoli* di Paolo Pompilio, con sede a Capriglio. Si tratta di una ricetta estremamente semplice che richiede l'uso delle mani come strumento principale.



Fig. 78 - La ricetta della puntata "*Ripartiamo dal cibo*": ballottine di formaggio fresco di capra in foglie di basilico, guarnite con mirtilli del cuneese, melone giallo di stagione e fiori edibili. La ricetta è stata realizzata con il formaggio fresco proveniente dall'*Azienda Agricola Capre e Cavoli* (Capriglio), coinvolta nella puntata.



Quando si sceglie di acquistare del formaggio è bene chiedersi cosa hanno mangiato gli animali da cui esso deriva, in quanto il loro latte è diretta conseguenza di ciò di cui si sono cibati. Paolo, come gestisci l'alimentazione delle tue capre?



“Non sono un esperto di cibo, ma sono diventato un esperto dell'alimentazione dei miei animali. Da casaro, l'idea è quella di avere un prodotto, una materia prima, che all'arrivo in caseificio debba essere manipolata il meno possibile. Personalmente lavoro solo con latte crudo e fermenti autoctoni per tipicizzare il più possibile il prodotto e lungo gli anni è emerso che nei dieci mesi di lattazione della capra, il sapore che trasmette l'animale nel latte - e quindi nel formaggio - varia tantissimo in funzione della stagione. Basti pensare che, ad esempio, in autunno le capre trascorrono più ore in stalla, mangiano più erba medica, più fieno, sostanza principalmente secca (comunque di nostra produzione) e soprattutto, bevono meno. Il latte ha una struttura che cambia molto, anche in termini di sapore. Il detto "*assapora il gusto del pascolo*" non è una frase pubblicitaria per rendere più accattivante un prodotto caseario. Dal sapore del latte è infatti possibile distinguere quello che è un formaggio lavorato con animali principalmente al pascolo e che non sono alimentati con pellettati chimici. Durante la mungitura usiamo frumento, orzo, granoturco e abbiamo la fortuna di produrre il 98% di ciò che mangiano i nostri animali, cercando di avere un allevamento il più naturale e sostenibile possibile (Fig. 79). Il nostro slogan è infatti "*dal foraggio al formaggio*".

Come ha già anticipato il prof. Padovan, nel mondo vi è un commercio incredibile di animali e spesso non vi è tanta consapevolezza di cosa significhi stare con gli animali e produrre con essi. Questo elemento può influenzare fortemente le comunità e la loro salute.

Il consiglio che posso dare ai consumatori è senza dubbio quello di leggere le etichette alimentari, all'interno delle quali (non sempre) è riportato ciò che serve per capire la qualità del prodotto, per conoscere la sua provenienza, il suo contenuto, il modo in cui è stato trasformato. Nei limiti del possibile quindi è bene verificare autonomamente.

Quando oggi ci riferiamo a delle bovine da latte, facciamo molto spesso riferimento ad allevamenti intensivi, in quanto sono ormai percepite come delle vere e proprie macchine di produzione. La bovina di quarant'anni fa produceva infatti 25-28 litri, oggi ne produce circa 60. Con la capra questo non accade.

Vi è solo qualche ampio allevamento caprino in

Inghilterra o nella pianura francese, ma in Italia il piccolo ruminante, la capra in particolare, non conosce soluzione intensiva, in quanto è un animale estremamente selettivo nell'alimentazione. Infatti quando una capra è nutrita con un miscuglio di essenze, essa scarta ciò che non è di suo gradimento. Così, questo loro naturale atteggiamento non consente di alimentarle con delle miscele all'interno del quale vi può essere qualsiasi cosa, ottenendo necessariamente un prodotto di maggiore qualità.”



Dunque possiamo affermare che consumare formaggio di capra sia una scelta più salutare rispetto ad altri formaggi?



“Sono un produttore, pertanto non è giusto che io mi esprima da un punto di vista medico. Tuttavia, in termini di scelta, quello che vi è dietro a un allevamento da capra è molto distante da quello che vi è dietro agli allevamenti intensivi delle bovine da latte. I prodotti derivati dal latte di capra presentano inoltre una loro ricchezza per natura: è possibile fare riferimento al betacarotene, a una serie di fermenti lattici e vitamine, a una maggiore digeribilità, a una conformazione del grasso differente da quella del latte vaccino. Per questi e altri motivi i derivati del latte di capra sono sicuramente da preferire sulle tavole rispetto ai derivati del latte vaccino, se il paragone è effettuato con allevamenti intensivi di frisone da latte.



Fig. 79 - Il pascolo dell'allevamento caprino dell'Azienda Capre e Cavoli con sede a Capriglio, coinvolta nella puntata.

## 4.7 PUNTATA #5

### TOPIC:

## Le Erbe Spontanee: tra Riscoperta e Nuovi Utilizzi.

### ABSTRACT DELLA PUNTATA

La puntata intitolata “*Le Erbe Spontanee, tra Riscoperta e Nuovi Utilizzi*” della rubrica ‘*Cibo, Comunità e Salute*’ (Fig.80), ha percorso un momento di dialogo, informazione e divulgazione sul valore di erbe e fiori spontanei, la cui conoscenza, tutela e valorizzazione si sta purtroppo affievolendo negli anni non solo dal punto di vista alimentare. Come riconoscere e dove rintracciare queste erbe? Quali sono i loro benefici per l’organismo umano e per il territorio? Lo abbiamo scoperto assieme a Massimiliano Millefiori, esperto di fitolimurgia. La puntata ha previsto inoltre l’ulteriore collaborazione della produttrice locale Elena Comollo, referente della Cooperativa AgriCooPecetto.

**/CONOSCIAMO**  
Cibo, Comunità, Salute

GIOVEDÌ  
**18 GIUGNO**  
h 20.45



**SEGUI**  
LA DIRETTA

**Erbe spontanee:  
tra riscoperta  
e nuovi utilizzi**

Alessandra Savina  
Roberta Lomuscio  
Massimiliano Millefiori  
Elena Comollo



## PROFESSIONISTI COINVOLTI



**Massimiliano Millefiori**  
Esperto di Fitolimurgia

Esperto di fitolimurgia, si dedica da più di dieci anni allo studio delle erbe spontanee, allargando i suoi orizzonti alimentari anche attraverso lo studio dei fiori e dei funghi edibili, portando in tavola alimenti oramai distanti dalla comune cultura alimentare e non rintracciabili all’interno dei supermercati.



**Elena Comollo**  
Cooperativa AgriCooPecetto  
Pecetto (TO)

Presidente dell’Associazione frutticoltori di *Pecetto FACOLT*. Produttrice Locale della *Cooperativa AgriCooPecetto*. È impegnata in prima persona nei progetti di agricoltura sociale all’interno della sua azienda.

Fig. 80 - La locandina social della puntata “*Le Erbe Spontanee, tra riscoperta e nuovi utilizzi*”.

## PROFESSIONISTI COINVOLTI



## CANALI UTILIZZATI

Sito ChieriWebTV, Zoom, Youtube. Facebook

## VISUALIZZAZIONI COMPLESSIVE

932

## I CONTENUTI DELLA PUNTATA

Nelle puntate precedenti è stato possibile percorrere la grande sfera dell'agroalimentare dialogando con professionisti diversi sulla fondamentale importanza del cibo locale, naturale e sostenibile. In questa puntata l'ospite di riferimento è stato invece Massimiliano Millefiori, un appassionato, un esperto, uno studioso di fitoalimurgia, che per definizione è la conoscenza dell'uso delle specie vegetali a scopo alimentare. L'etimo di alimurgia proviene dalla contrazione del latino "*alimenta urgentia*", ovvero nutrimento in caso di necessità, a cui è stato sommato il prefisso "*fito*" per indicare che si tratta proprio di piante<sup>52</sup>. Attualmente la fitoalimurgia è una realtà purtroppo poco conosciuta, in particolare nelle grandi aree urbane. Anche se il tema è quello delle erbe spontanee, come in ogni puntata anche questa volta, è stata coinvolta una figura appartenente al mondo produttivo agroalimentare locale, al fine di continuare a creare un dialogo a più voci attorno al tema del cibo. È stata pertanto coinvolta la produttrice locale Elena Comollo della *Cooperativa AgriCooPecetto*, Presidente dell'Associazione frutticoltori di Pecetto FACOLT (Fig. 81).

<sup>52</sup> Per maggiori informazioni:  
[www.accademiaerbecampagnole.eu/fitoalimurgia/](http://www.accademiaerbecampagnole.eu/fitoalimurgia/)



*“Dialogando con i più anziani è possibile comprendere come queste piante oggi quasi sconosciute, siano state parte della nostra tradizione alimentare. Si tratta di una natura che si sviluppa autonomamente senza l’ausilio dell’uomo, di un mondo vegetale che si mette a disposizione degli organismi viventi”*



Fig. 81 - Diretta della puntata "Le Erbe Sopontanee: tra riscoperta e nuovi utilizzi".

La puntata desidera affrontare un momento di divulgazione, dialogo e informazione sul valore delle erbe e dei fiori spontanei, la cui conoscenza, tutela e valorizzazione si sta purtroppo affievolendo negli anni, non solo dal punto di vista alimentare.



Da dove nasce la pratica della raccolta delle erbe spontanee e quali sono quelle più comuni a livello locale?



Nella vita reale svolgi un lavoro distante dal contesto naturale e agroalimentare. Cosa ti ha spinto a orientarti verso lo studio delle erbe spontanee, allargando i tuoi orizzonti in questo scenario, coinvolgendo quindi anche lo studio dei fiori e dei funghi spontanei?



“Ho sempre abitato in piccoli paesi e mai in grandi contesti urbani, quindi ogni volta che uscivo dalla mia abitazione avevo la possibilità di guardarmi attorno, di osservare la natura. Inoltre, sono sempre stato molto attento alla mia alimentazione e a quella della mia famiglia, cercando sempre di mangiare nel modo più sano possibile. Così, negli anni, sono arrivato alla consapevolezza che se una pianta non è coltivata e appartiene dunque a una vegetazione spontanea in una zona non contaminata, sarà certamente sana. È necessario però verificare se è allo stesso modo commestibile. Da questa necessità, hanno inizio i miei studi e il mio percorso finalizzati alla conoscenza e alla ricerca di queste piante spontanee. In realtà, dialogando con i più anziani, è possibile comprendere come queste piante oggi quasi completamente sconosciute, siano state parte della nostra tradizione alimentare. Si tratta di quella natura che si sviluppa in maniera autonoma, senza l’ausilio o lo sfruttamento dell’uomo, di un mondo vegetale che si mette a disposizione degli organismi viventi, tra cui lo stesso essere umano.”



“La parola “*fitoalimurgia*” è stata coniata agli inizi del 1900 da Oreste Mattiolo, medico, naturalista, ordinario di Botanica e direttore dell’Orto Botanico di Torino<sup>53</sup>. Essa si riferisce all’alimentazione condotta attraverso le piante, in situazioni di emergenza (Mattiolo, 2011).

Mattiolo ha infatti vissuto nel periodo storico dei conflitti mondiali, nei quali vi era una vera e propria difficoltà a reperire del cibo. Dunque, chiedendosi di cosa si sarebbe potuta nutrire la gente, nel 1928 ha elaborato il libro *Phytoalimurgia Pedemontana*, all’interno del quale ha raccolto tutte le piante ritenute commestibili. Questo testo è interessante perché riporta un contesto sociale completamente diverso da quello attuale.

Al suo interno si notano infatti delle piante che normalmente non sono commestibili. Tuttavia egli descrive come trattarle per renderle tali, proprio a causa della difficoltà di alimentarsi, tipica del periodo. Per semplicità ci focalizzeremo sole su quelle piante che si possono raccogliere e cucinare così come sono.

La pianta spontanea è per sua definizione trovata per caso. In realtà, il raccoglitore abituale sa perfettamente dove andare. In genere si è convinti che esse crescano da sole, in qualsiasi luogo, tuttavia si presentano in determinati luoghi con una certa ciclicità.

<sup>53</sup>Per maggiori informazioni: Mattiolo, O., (2011), *Phytoalimurgia Pedemontana. Come Alimentarsi Con Le Piante Selvatiche*. Torino: Blu Edizioni

Si tratta di piante facilmente riconoscibili quando fiorite, poiché il loro fiore le caratterizza. Tuttavia, in molti casi durante la fioritura non sono adatte a essere mangiate. Il raccoglitore deve dunque memorizzare il luogo in cui esse sono site, in modo da poter ritornare nello stesso l'anno successivo, prima della loro fioritura, senza vagare in maniera casuale. Esistono numerose tipologie di piante edibili, ma è necessario fare attenzione, poiché alcune di esse sono velenose. Nel regno dei funghi, la pericolosità è decisamente maggiore, ma per fortuna nel regno delle piante, l'80% circa è commestibile. Generalmente è preferibile evitare di raccogliere le piante ombrellifere o ranunculacee, perché tendenzialmente velenose. Ce ne sono davvero tantissime tipologie ed è anche molto complesso differenziarle. Per tale ragione il consiglio è quello di selezionare le piante facilmente riconoscibili.

Inoltre, è bene distinguere quali elementi sono commestibili per ogni specifica pianta.

Alle volte se ne mangiano i frutti, altre volte se ne mangiano le radici o le foglie. Ad esempio, seppur il pomodoro sia commestibile, le sue foglie sono tossiche. Dunque è importante distinguere cosa si può mangiare e cosa no in ogni pianta. Infine, è bene distinguere quali elementi sono commestibili di una determinata pianta. Alle volte se ne mangiano i frutti, altre volte le radici o le foglie (ad esempio, seppur il pomodoro sia commestibile, le sue foglie sono tossiche). Dunque è importante distinguere cosa si può mangiare e cosa no in ogni pianta. Tra le diverse piante spontanee rintracciabili in loco è possibile citare: i fiori di acacia, il papavero prima della fioritura, i fiori del sambuco, le foglie del tiglio, la salvia e la valeriana selvatica, i frutti dell'olmo dal sapore di nocciola, i capperi, la silene, gli asparagi selvatici, i fiori del trifoglio, le primule, i glicini, le margherite, il tarassaco, ecc. Questi ultimi sono fiori edibili, attraverso i quali i piatti divengono estremamente attraenti dal punto di vista visivo e olfattivo.

È bene però premettere che per dedicarsi alla raccolta delle erbe spontanee, è necessario

incarnare la filosofia del tempo. È infatti necessario prendersi il tempo di conoscere, quindi di studiare ciò che possiamo mangiare, se non si vuole incorrere rischi. Sono indispensabili continuo studio e infaticabile sperimentazione, soprattutto, umiltà e curiosità. È necessario chiedere frequentemente agli anziani del luogo, detentori di saperi, a docenti ed esperti, rimanendo costruttivamente critici verso testi e siti web. È poi indispensabile avere il tempo di riconoscere e selezionare il nostro cibo, il tempo di prepararlo e cucinarlo. Nel caso delle piante selvatiche è necessario avere la pazienza e la cura indispensabili per la rimozione di insetti, terra e impurità. Inoltre il loro sapore, siano esse dolci o più amare, è insolito per il palato e non è rintracciabile all'interno dei supermercati. Per tali ragioni questa pratica appartiene a uno stile di vita più *slow* e più in connessione con la natura. Come già anticipato, le erbe spontanee sono state una risorsa preziosa nei periodi di carestia e nelle situazioni di povertà. Tuttavia, è altrettanto vero che la loro fruizione seguiva la cultura locale del tempo, più che la consapevolezza del loro potenziale alimentare. Le piante spontanee variano infatti in base ai territori e alle caratteristiche ambientali di un dato luogo. Cinque piante spontanee e commestibili facilmente reperibili in loco sono la piantaggine, la portulaca, il tarassaco, l'ortica e la malva.

La piantaggine (Fig. 82) è davvero semplice da rintracciare. Si consuma come verdura, oppure se ne preparano dei pesti. È una pianta ricca di mucillagini, ha proprietà astringenti, lassative e disinfettanti. Per questo rappresenta un aiuto valido per l'intestino.



Fig. 82 - Piantaggine (Ph: Massimiliano Millefiori)

La portulaca (Fig. 83) è invece una pianta strisciante. Appare come una pianta grassa proprio per le sue particolari foglie molto spesse e lucide. Commestibile sia cruda che cotta, è una tra le migliori fonti vegetali dell'acido grasso Omega 3, importantissimo per prevenire malattie cardiovascolari e per l'equilibrio del sangue.



Fig. 83 - Portulaca

Il tarassaco, normalmente chiamato girasole, è facilmente riconoscibile per i suoi caratteristici fiori gialli (Fig. 84). Dal sapore leggermente amaro, presenta fiori e foglie commestibili. Queste ultime sono molto particolari e assomigliano a una lisca di pesce.

I più anziani un tempo lo utilizzavano per produrre un decotto utile per l'organismo.

Il tarassaco contiene infatti olio essenziale, tannino, inulina, mucillagini, pigmenti flavonoidi, glucidi, provitamina A, vitamine B, vitamina C e sali minerali. È una pianta diuretica, lassativa e depurativa. per decorare piatti di vario genere per stimolare l'appetito e donare colore.



Fig. 84 - Tarassaco

L'ortica è una pianta della famiglia delle Urticaceae. Ricca di acido folico e ferro, è utilizzata in caso di anemia. Generalmente se ne raccolgono le parti apicali (Fig. 85), questo consente sua raccolta in qualsiasi periodo dell'anno.

Essa richiede l'uso di guanti a causa del suo caratteristico effetto urticante, motivo per cui è commestibile solo se cotta.



Fig. 85 - Ortica

La malva, molto comune nei nostri territori, è forse una delle piante edibili più facilmente riconoscibili proprio grazie ai suoi inconfondibili fiori di colore viola (Fig.86). Presenta inoltre foglie palmate o circolari, dentellate e lungamente picciolate. Esse contengono mucillagini dalle proprietà lenitive ed emollienti. Aiutano a proteggere e risanare tutte le mucose dell'organismo con cui entrano a contatto.

Sono per questo molto indicate a livello omeopatico per il trattamento delle gastriti. È inoltre ottima per decorare piatti di vario genere per stimolare l'appetito e donare colore.



Fig. 86 - Malva



La possibilità di mangiare i fiori mi è nuova! Come mai non sono stati commercializzati e non sono pertanto presenti all'interno dei supermercati?

In realtà è possibile trovare in commercio alcuni fiori, come ad esempio i fiori di zucca. Tuttavia, per gli altri generi di fiori, sono pochissimi i supermercati italiani che ne dispongono.

In Francia è invece più comune trovare in vendita delle bustine di fiori edibili, molto simili a quelle

delle insalate. Purtroppo in Italia quest'abitudine non ha preso molto piede, a eccezione di alcuni ristoranti molto chic dove si impiatta con i fiori per rendere il piatto più attraente. I fiori donano infatti una componente olfattiva e cromatica in più. Consiglio assolutamente il consumo dei fiori d'acacia, in quanto sono tra i più gustosi."



"In genere il trifoglio viene coltivato per nutrire i bovini, dunque ne esistono prati immensi. Ma esiste anche il trifoglio spontaneo. In realtà è davvero difficile confonderlo con altre piante, perché la sua foglia tipica è divisa in tre lobi uguali, anche se alle volte a causa di una mutazione genetica ve ne sono quattro, dando vita ai quadrifogli detti portafortuna".



La pianta della fitolacca è commestibile?



"La fitolacca è una pianta considerata non commestibile, tuttavia in primavera, quando è ancora piccola, i primi germogli presentano un colore verde vivo e sono assolutamente commestibili. Qualcuno li considera alla stregua degli asparagi selvatici. La pianta inizia a essere tossica quando il colore del fusto cambia, passando dal verde al rossastro."



La raccolta delle erbe spontanee può avvenire nelle zone SIC, ovvero nei Siti di Interessi Comunitari oppure in altre zone protette?



"È necessario informarsi sempre sulle varie normative vigenti per ogni specifico luogo, in quanto in alcuni parchi non è permesso raccogliere funghi, frutti e fiori. Alle volte ci sono invece alcuni siti in cui le norme permettono di raccogliere solo specifiche piante in specifiche quantità. Dunque è bene sempre controllare le normative al fine di non danneggiare gli ecosistemi e non incorrere in multe salate."



Come fare per non confondere il trifoglio con altre piante commestibili?

## La ricetta della puntata

La ricetta della puntata ha previsto l'utilizzo di un ingrediente che cresce spontaneamente nei territori della collina torinese, ovvero il piattone (Fig. 87), detto comunemente anche "*piattello*", per la realizzazione di un piatto molto particolare. Roberta Lomuscio, la cuoca di cucina naturale coinvolta in ogni puntata, ha infatti realizzato dei pomodori ripieni (varietà *Cencara*) di piattone (Fig. 88) e altre erbe spontanee come la malva e l'acetosella, utilizzando tuttavia un altro ingrediente molto particolare, ovvero le amarene essiccate varietà *Marisa* (dette anche varietà *Barbero*) provenienti dal territorio di Pecetto, in particolar modo dalla *Cooperativa AgriCooPecetto*<sup>54</sup> della produttrice locale Elena Comollo coinvolta nella puntata. Ulteriori ingredienti sono stati il cetriolo, le carote, del pane prodotto in casa, olio extravergine d'oliva, sale marino integrale e limone.



"L'erba spontanea del piattone prende tale nome per la modalità con cui cresce sul terreno. Normalmente le foglie di una pianta crescono verso l'alto, quelle del piattone invece rimangono sempre aderenti al suolo, dettaglio che le salva dal freddo. Dunque è una pianta rintracciabile anche d'inverno, periodo in cui generalmente è molto difficoltoso trovare altre tipologie di piante spontanee."

<sup>54</sup> Per maggiori informazioni:  
[www.agricopecetto.it](http://www.agricopecetto.it)



Fig. 87 - Piattonone o piattello



“L’amarena *Marisa* è un’antica varietà che ha avuto grande successo nel territorio piemontese. Si racconta che i nostri anziani di sera andavano a rubare gli innesti per poter avere lo stesso prodotto nei loro frutteti. È un’amarena molto conosciuta e diffusa in loco. Pur essendo un prodotto acido, ha un sapore molto dolce e presenta un calibro molto grande. È decisamente apprezzata e ricercata e si presta per molte lavorazioni nell’industria del gelato o per la creazione di composte e confetture. L’essiccato di ciliegia è stato una grande sorpresa in quanto l’essiccazione lenta di questo prodotto fa sì che possa essere utilizzato in svariati modi, come per esempio per la produzione di biscotti, dolci e panettoni. È un’antica varietà, quindi continuare a produrla significa contribuire alla perpetuazione della biodiversità locale. Differisce leggermente dalla famosa amarena di Trofarello ed è comunque considerata Ciliegia di Pecetto, marchio registrato di proprietà FACOLT<sup>55</sup>, associazione di Frutticoltori della collina torinese. La realtà creata a Pecetto ha degli aspetti molto importanti. Essi coinvolgono l’agricoltura in quanto una delle principali attività locali, ma divengono uno strumento sociale per valorizzare la comunità. Nel 2010, insieme ad alcuni altri imprenditori agricoli di Pecetto abbiamo infatti creato una cooperativa

agricola che oggi raggruppa più di 20 produttori locali. I nostri soci portano i loro prodotti direttamente in cooperativa, dove il prodotto viene in parte venduto e in parte trasformato. Al loro interno il prodotto diventa salsa, sugo, sottaceto, ecc. Parte del prodotto viene venduto con il marchio *AgriCooPecetto*, tuttavia, essendo anche terzisti, molti produttori portano il loro prodotto per poi ritirare il loro trasformato finalizzato alla vendita all’interno dei loro negozi e più in genere in tutta la città di Torino Metropolitana. In questo processo che prevede diverse attività complesse, sono state inserite persone svantaggiate. L’obiettivo è quello di creare opportunità di lavoro per persone a bassa contrattualità, in particolare persone con sofferenza psichica, donne uscite da percorsi di violenza, individui usciti da percorsi di dipendenza, o anche solo persone uscite da un percorso di fragilità. In questo scenario il prodotto agricolo non è solo un prodotto locale sostenibile di qualità, ma si arricchisce di un valore etico dato dalla compartecipazione all’attività lavorativa di persone fragili.



Fig. 88 - La ricetta della puntata “*Le Erbe Spontanee, tra Riscoperta e Nuovi Utilizzi*”: pomodori ripieni di piattone (o piattello), amarene Marisa. La ricetta è stata realizzata con i prodotti provenienti dalla Cooperativa AgriCooPecetto (Pecetto), coinvolta nella puntata.

<sup>55</sup>Per maggiori informazioni:  
[www.ciliegiedipecetto.it/la-facolt/](http://www.ciliegiedipecetto.it/la-facolt/)

## 4.8 PUNTATA #6

### TOPIC: Tra Sensorialità e Creatività: le potenzialità del cibo.

#### ABSTRACT DELLA PUNTATA

La puntata intitolata “*Tra sensorialità e creatività: le potenzialità del cibo*” della rubrica ‘*Cibo, Comunità e Salute*’ (Fig. 89), ha esplorato le emozioni, le attività e i valori che ruotano attorno al cibo, come elemento creativo, aggregante, suggestivo, in grado di coinvolgere tutti gli organi di senso che contraddistinguono il corpo umano. Sperimentazione, relax, attivazione sensoriale, scoperta, spirito di collaborazione, convivialità e molto altro ancora. In che modo il cibo ci coinvolge quotidianamente? Qual è l’impatto che ha sull’umore e nelle nostre relazioni? Lo abbiamo scoperto assieme alla Dott.ssa Maria Lucia Macrì. Con noi anche Raffaella Firpo, produttrice alimentare dell’*Azienda Agricola Cascina Piola*.

## PROFESSIONISTI COINVOLTI



### Maria Lucia Macrì

Dietista, Biologa-Nutrizionista.

Svolge attività di libera professione presso gli studi di Torino e Carmagnola. Il suo lavoro ambisce a insegnare a mangiare bene e nutrirsi consapevolmente, senza rinunciare al gusto. Sulla base delle relazioni che il cibo stringe con la sfera delle emozioni, consegue il titolo di Floriterapeuta. Il suo interesse è legato al benessere e alla salute delle persone e lavora quotidianamente sull’aspetto motivazionale, collaborando con altri professionisti sanitari.



### Raffaella Firpo

**Azienda Agricola Cascina Piola**  
(Capriglio, To)

Produttrice diretta, nota per la collaborazione che stringe con *Slow Food* al fine di tutelare le sementi del peperone di Capriglio, un peperone estremamente noto per le sue qualità organolettiche, ma purtroppo definito poco interessante per il mercato globale, proprio a causa delle sue piccole dimensioni.

**/CONOSCIAMO**  
Cibo, Comunità, Salute

**SEGUI LA DIRETTA**  
GIOVEDÌ  
**2 LUGLIO**  
h 18.30

**Tra sensorialità e creatività.  
Le potenzialità del cibo.**

Alessandra Savina  
Roberta Lomuscio  
Dott.ssa Maria Lucia Macrì  
Dietista

Fig. 89 - La locandina social della puntata “*Tra sensorialità e creatività: le potenzialità del cibo*”.

## PROFESSIONISTI COINVOLTI



## CANALI UTILIZZATI

Sito ChieriWebTV, Zoom, Youtube, Facebook

## VISUALIZZAZIONI COMPLESSIVE

1103

## I CONTENUTI DELLA PUNTATA

All'interno della sesta puntata della rubrica 'Cibo, Comunità e Salute' (Fig. 90) è stato possibile addentrarsi assieme alla Dott.ssa biologa nutrizionista Maria Lucia Macrì all'interno dei significati più curiosi del cibo, adottando uno sguardo differente, ovvero con un focus particolare sugli aspetti sensoriali, sino a coinvolgere le emozioni e le opportunità che esso può creare nella vita quotidiana. Sin dai primi mesi di vita, l'essere umano è abituato a sperimentare con il cibo. Questo incide positivamente sullo sviluppo dei cinque sensi fino all'età adulta. Il cibo - in particolar modo quello vegetale - nella sua varietà di odori, sapori, colori, consistenza, finitura superficiale stimola la curiosità umana a 360 gradi. Basta pensare alla buccia setosa di una pesca, a quella quasi pungente di una zuccina, alla natura frattale di un cavolo o un broccolo e molto altro ancora. Dunque, come reagisce l'organismo umano durante la prima interazione con il cibo (che a differenza di quanto si possa credere, non è il suo consumo)? È necessario partire dal presupposto che la nostra sensorialità si sviluppa già durante la nostra vita intrauterina, infatti il feto sin dai primi mesi di vita percepisce i gusti di ciò che la madre assapora. Questo gli



*“ Al giorno d’oggi l’industrializzazione ha assuefatto l’essere umano dal punto di vista gustativo, poiché i cibi pronti, molto spesso aromatizzati, riducono il bouquet sensoriale umano, alterandone la percezione. È necessario ricordare che non siamo solo ciò che mangiamo, ma anche come mangiamo ”*



Fig. 90 - Diretta della puntata "Tra Sensorialità e Creatività, le potenzialità del cibo"

permette di vivere le primissime esperienze, in quanto il cibo lavora sul sistema nervoso, sulle emozioni e addirittura sulla coscienza.

Durante l'arco della propria vita ogni essere umano continua a fare delle esperienze testando i vari gusti. Tuttavia, al giorno d'oggi l'industrializzazione ha assuefatto l'essere umano dal punto di vista gustativo, poiché i cibi pronti, molto spesso aromatizzati, riducono il bouquet sensoriale umano, alterandone la percezione. È necessario ricordare che non siamo solo ciò che mangiamo, ma anche come mangiamo, nutrendo il nostro corpo e al tempo stesso la nostra mente. Infatti la prima parte della digestione inizia già con una prima parte cefalica, attraverso il gusto e attraverso la vista, assaporando l'alimento, annusandolo, ma anche guardandolo. La sensorialità gioca quindi un ruolo fondamentale: l'80% della nostra percezione giornaliera dipende da input visivi a cui siamo sottoposti costantemente. Quindi la forma, il colore, in genere l'aspetto di un alimento, possono determinare la selezione dello stesso, stimolandoci a percepirne l'appetibilità e la freschezza. Tali elementi ci anticipano quelle che saranno le emozioni e le sensazioni provate attraverso quel cibo. È bene ricordare però che quando gustiamo un alimento, lavoriamo con tutti i cinque sensi. L'olfatto è il senso più arcaico, il primo che abbiamo sviluppato e agisce con il nostro inconscio e la nostra emotività.

Non siamo in grado di descrivere un odore, ma siamo perfettamente in grado di riconoscerlo. Ad esempio, un neonato riesce a riconoscere l'odore della madre durante l'allattamento, ma anche da adulto riuscirà a distinguere gli odori che sono stati catalogati nella memoria arcaica e che saranno collegati a determinate emozioni. Gli odori sono riconosciuti con il naso, ma anche attraverso la masticazione. Per ultimo, anche il tatto ha la sua importanza, infatti veniamo a contatto con un alimento già nella fase della sua igienizzazione e del suo risciacquo, che ci permettono di avere una prima percezione.

La seconda percezione avviene invece in bocca, attraverso delle delle sensazioni orali:

un alimento più croccante è collegato all'emotività, ma anche al successo, un alimento morbido richiama l'infanzia, un alimento più succoso richiama al contrario un mancato successo, dunque la scelta dei nostri alimenti è assai legata alle nostre emozioni.

Anche quando parliamo di gusti ci riferiamo a un ventaglio di sensazioni. Vi è il gusto dolce, amaro, acido, ecc. Ognuno di questi viene percepito dalle nostre papille gustative diversamente. Certamente abbiamo una predilezione per il dolce, per il sapido e per il grasso, mentre siamo meno stimolati a mangiare qualcosa di amaro o acido perché richiama il pericolo. Questo processo ci indispetta ad assaporare tali alimenti.



Dunque possiamo affermare che la prima interazione con il cibo comincia proprio dalla vista. A tal proposito, esistono dei particolari significati nelle differenti colorazioni naturali del cibo? Come reagisce il nostro organismo davanti ai differenti colori della nostra tavola?



“L'impatto visivo è un elemento fondamentale nell'esperienza alimentare. Basti pensare che l'acquolina in bocca si crea anche solo guardando un bel piatto. Dunque la vista innesca in noi il desiderio di assaporare un alimento, innesca la produzione delle secrezioni gastriche indispensabili per la digestione di quest'ultimo. Ogni sfumatura di colore lavora su una parte emotiva ben definita. Il rosso per esempio richiama l'amore e la passione, ma anche il divieto. Mangiare dunque in un ambiente con dei particolari rossi, aiuterà la nostra digestione, ma allo stesso tempo aiuterà a contrastare la fase smisurata. Nei cambi di stagione, l'arancione rappresenta poi un valido aiuto per combattere la stanchezza psicofisica, in quanto dona energia e lavora sul buon umore e sulla creatività.

Preparare dei piatti colorati permette di avere degli input differenti. Il giallo rappresenta il benessere e l'allegria. Lo zafferano, con i suoi colori per esempio, è un sedativo per il nostro sistema nervoso. Il verde richiama la tranquillità: mangiare nel verde o mangiare delle verdure favorisce l'equilibrio, la calma e la concentrazione. Il blu, così come il viola, lavora invece su una sfera più introspettiva. Mangiare alimenti di questi colori calma la fame nervosa. Abbiamo poi il bianco e il nero, i due opposti. Il nero viene spesso associato alla gola, all'eros, a un'esperienza particolare (basta pensare a quando si assapora il cioccolato fondente per esempio). Nel momento in cui si desidera ritornare in linea invece, si scelgono alimenti bianchi. Sebbene non è detto che siano i meno calorici, tendiamo a percepirla comunque come più leggeri. La scelta dei colori del cibo viene spesso condizionata dai flussi ormonali, per tale ragione è più radicata nelle donne rispetto agli uomini.”



Dopo questo primo excursus sulla sensorialità, elemento fondamentale nel nostro mondo percettivo, muoviamoci ora nella sfera della creatività e della sperimentazione.

C'è chi adora cucinare, chi osa accostamenti di sapori e colori insoliti, chi invece non sa letteralmente da dove cominciare, chi definisce la cucina e quindi la preparazione dei pasti, qualcosa di veramente complesso. Questo può coincidere con un livello ridotto di creatività, immaginazione e manualità o è semplicemente un limite personale che si può accomunare ai diversi limiti che spesso ci poniamo in altre attività della nostra vita quotidiana? La sperimentazione in campo alimentare può invece coincidere con una scarsa conoscenza materiale del cibo?



“All'interno della nostra quotidianità spesso ci auto-imponiamo dei limiti: ci reputiamo non abbastanza bravi, non in grado di fare qualcosa, oppure cerchiamo delle giustificazioni. Tutto questo diviene una vera e propria barriera.

Quando parliamo di creatività, ci riferiamo a un elemento che come molti altri va allenato. Molto spesso non osiamo per paura di sbagliare, per una forma di insicurezza, perché ad esempio non conosciamo a sufficienza gli alimenti. Solo assaporando dei prodotti alimentari infatti ho la possibilità di capire come associarli. Dunque la creatività, anche in campo alimentare, non è una dote di pochi, ma è una questione di conoscenze di base, sicurezza e manualità.

Consiglio sempre di partire da ricette base, dopo le quali possiamo metterci alla prova con delle ricette nuove, più complesse. Una volta conosciuti gli alimenti, abbiamo più sicurezza lungo la loro manipolazione. Questa sicurezza, questa fluidità, alimenta la creatività.

Inoltre, prendendo dimestichezza con gli alimenti, entriamo nel mondo del benessere e della cura di noi stessi. La creatività è infatti anche un processo liberatorio. Creare un piatto dopo una giornata di lavoro è un'azione che svolgo per me stesso, la quale mi libera allo stesso tempo dalle pressioni ricevute lunga la giornata. La sperimentazione diviene un elemento chiave, ricordando che solo sbagliando si può imparare.

Imparando a conoscere il cibo, a capire come reagisce alla cottura, al vapore, al calore, all'umidità, ad altri accostamenti con altri cibi, sperimento e imparo cosa fare e cosa non fare. Solo mettendoci alla prova riusciamo a comprendere le nostre abilità, superando la nostra zona di comfort. La creatività ci permette anche di rendere meno monotona la nostra alimentazione. Molto spesso pensare a cosa preparare può essere stressante, affrontare la preparazione del pasto con creatività modifica il nostro approccio al cibo in particolare quando per problematiche fisiche abbiamo delle restrizioni sulla scelta degli alimenti.”

## Curiosità e interrogativi dai cittadini



Sin dall'infanzia ho una repulsione verso alcuni cibi, come ad esempio il formaggio. A causa di questa sensazione ancora oggi non mangio tali alimenti. È un fenomeno normale? Esiste un rimedio a questo?



“Molto spesso abbiamo paura di determinati alimenti perchè sono a noi estranei, dunque non li conosciamo semplicemente a sufficienza. Altre volte li rifiutiamo perché la nostra mente ha creato delle associazioni tra loro e qualcosa di sgradevole. Da piccoli, ma anche da adulti, possiamo avere delle esperienze gustative o olfattive negative che la nostra mente memorizza e riconosce nel tempo generando una reazione di rifiuto. Come provare ad avvicinarsi a questi alimenti quindi? Indubbiamente l'impatto con un alimento per noi negativo non è semplice, per questo sarebbe opportuno allenare il nostro palato, introducendo il prodotto all'interno di una preparazione mista che ne smorzi il gusto. È bene però fare attenzione poiché oltre alla creatività è indispensabile anche la capacità di ascolto delle reazioni del nostro organismo, per percepire cosa ci danneggia e cosa no, o se il nostro rifiuto è semplicemente associato a un'esperienza sgradevole.”



Quanto è rilevante l'armonia visiva del piatto in termini di stimolazione dell'appetito? Quanto è importante prendersi cura del modo in cui organizziamo la nostra tavola, anche quando pranziamo o ceniamo in solitudine?



“Tutto dipende da noi stessi. Quando pranziamo in solitudine spesso non poniamo attenzione a numerosi aspetti, non solo all'armonia del piatto. Alcuni mangiano in piedi, fuggacemente.

In tali momenti, la nostra mente non memorizza nemmeno il pasto. Una tavola ben imbandita, colorata, con dei piatti variegati cromaticamente e a livello di nutrienti, migliora l'appetito e l'appetibilità del nostro pasto.

Ricordiamo poi che un mix di colori significa anche un mix di vitamine e di nutrienti in genere, che portiamo all'interno del nostro corpo. Ogni colore lavora su una parte differente: il bianco lavora sul sistema immunitario, il giallo apporta Vitamina C, la quale è un ottimo antiossidante. Mettendo assieme tutti gli alimenti noi gestiamo in maniera equilibrata la nostra alimentazione.

Quindi curare il nostro piatto migliora il nostro umore e la nostra salute. Un esempio molto interessante sono i fiori edibili. Basti pensare al giallo del risotto allo zafferano decorato e completato con le sfumature viola dei fiori di malva. Il dettaglio odorifero e visivo dei fiori cambia la composizione del piatto, migliora la nostra predisposizione al consumo di quel pasto, innesca la prima fase della digestione (che ricordiamo, avviene in bocca), migliorando la digeribilità di quegli alimenti e evitando possibili disturbi successivi come il gonfiore all'addome e le diverse difficoltà digestive.

Se gestisco il primo impatto con il cibo e ho una buona masticazione, preparo in anticipo lo stomaco e l'intestino alle fasi successive, alleggerendo il loro lavoro. In questo modo prendersi cura della propria tavola significa prendersi cura della propria persona.”

## La ricetta della puntata

Il piatto che è stato preparato dalla cuoca Roberta Lomuscio nella seconda parte della puntata, ha incarnato quanto raccontato nella prima sezione teorica. Si tratta di una tempura di zucchine, borragine, fagiolini bianchi, salvia e fiocchi d'avena preparata con olio extravergine d'oliva e accompagnata da yogurt alla polvere di barbabietola, yogurt al basilico e mostarda di peperoni (Fig. 91). La ricetta è stata realizzata con i prodotti provenienti da *Cascina Piola* (Capriglio, To), coinvolta nella puntata.

La borragine è un alimento estremamente indicato per chi presenta dei disturbi alla pelle, come la psoriasi e gli eczemi. Essa ha delle ottime proprietà anti-infiammatorie, infatti viene utilizzata anche come integratore, proprio a causa degli acidi grassi che presenta.

Roberta consiglia di preparare un pesto di borragine come condimento per pasta o cereali integrali oppure trattandola come un'insalata. Generalmente va abbinata con alimenti che contrastano il suo sapore amaro. Si può fare un'ottima torta salata perché se ne usa tanta quindi c'è un ottimo contenuto quantitativo, oppure facendo degli involtini di borragine con formaggi ed erbe aromatiche, passati in forno.

Durante la puntata è stata coinvolta la produttrice agroalimentare Raffaella Firpo di *Cascina Piola*, con sede a Capriglio (TO). Raffaella si dedica alla preparazione di piatti ricchi di fiori e erbe selvatiche, presentando sapori non comuni e gestendo ciò che la natura offre anche in eccesso in alcuni periodi dell'anno. La cascina predilige prodotti stagionali e spontanei, valorizzandone tutte le proprietà salutari.

La filosofia di Cascina Piola è quella di arricchire i piatti di colori e fiori, per meravigliare e attrarre le persone, stimolando la vista oltre che il gusto e generando piacere ed entusiasmo nel assaporare qualcosa di diverso.



Raffaella, raccontaci la tua esperienza di donna pioniera nell'agricoltura! Come hai coniugato l'agricoltura al concetto di ospitalità?



“In effetti sono stata tra le prime donne in campo agricolo a livello locale.

L'essere donna in agricoltura mi ha permesso di introdurre il concetto di ospitalità e accoglienza proprio di una donna. È stata un'esperienza dura, un modo per comunicare alle persone il senso di una scelta importante, quella di difendere l'ambiente, di proteggere il territorio, in quanto si parla di produzione biologica, di frutta e ortaggi coltivati e preparati con cura ed etica. Produrre e cucinare per gli ospiti dell'agriturismo è un piacere perché è un modo di dare un benvenuto caloroso alle persone.”



Fig. 91 - La ricetta della puntata “*Tra Sensorialità e Creatività: le potenzialità del cibo*”: tempura di zucchine, borragine, fagiolini bianchi, salvia. La ricetta è stata realizzata con i prodotti provenienti Cascina Piola (Capriglio, TO), coinvolta nella puntata. Per maggiori informazioni: [www.cascinapiola.it](http://www.cascinapiola.it)



Perché la scelta di una cucina vegetariana?



La scelta di prediligere una cucina vegetariana nasce dalla volontà di non allevare animali. Non saremmo mai stati in grado di allevare un animale, di ucciderlo e di metterlo in pentola.

La scelta della campagna è stata fortemente voluta, soprattutto davanti al desiderio di crescere i nostri figli in un ambiente diverso da quello urbano.

Ma sin dall'inizio c'è stata soprattutto la volontà di fare qualcosa per l'ambiente nel nostro piccolo, di accostarci a tutte le piccole realtà positive nel mondo che stanno generando un'inversione di tendenza. Dunque, la scelta di non allevare animali nasce dalla consapevolezza che tutti sarebbero morti di vecchiaia e avremmo fatto un bel cimitero di polli e conigli nel nostro frutteto! Come agriturismo vogliamo offrire i nostri prodotti, non ha senso per noi andare a comprare carni e derivati o altri prodotti che non produciamo direttamente e offrire dei piatti che offrono già tantissime realtà. Volevamo offrire qualcosa di diverso e aumentare la gamma della possibilità di scelte alimentari per la gente, volevamo e vogliamo offrire prodotti offerti dal nostro orto, per questo la nostra cucina è estremamente stagionale.

L'atto di coltivare un prodotto, di prepararlo e impiattarlo è per noi un atto di creazione, di condivisione e di cura.”



Cosa ha significato per voi il rapporto tra cicloturismo, ospitalità e agroalimentare?



“Questo trinomio è una delle forme di ospitalità che abbiamo praticato per anni, ospitando gente che svolgeva dei

circuiti in bicicletta provenienti dall'estero, come la Germania o l'Austria. Quest'anno, a causa della pandemia da Covid-19, stiamo tentando un'avventura più ridotta, cooperando con altre realtà territoriali per mettere in piedi un piccolo sistema basato sulla filosofia *slow*: bicicletta, accompagnata da cose buone, quindi buon cibo, bei paesaggi e arte (dato che siamo in una zona di testimonianza artistica di valore). In realtà quest'anno siamo stati privati della più grande forma di ospitalità che ci accompagna ogni due anni, ovvero l'ospitalità di *Terra Madre* durante il *Salone del Gusto* (consulta pag. 103-107).

Il nostro territorio è infatti caratterizzato dalla produzione del *peperone di Capriglio*. I produttori di questa varietà da 10 anni rappresentano una comunità del cibo. Per questo, per un decennio ho ospitato contadini provenienti da tutte le parti del mondo, venuti in Piemonte per partecipare al Salone del Gusto. Questa è una delle esperienze più belle e cariche di persone per un paese come Capriglio, il quale conta circa 287 abitanti. Nonostante tale dato, in questa occasione esso ospita comunità di varie origini (abbiamo ospitato ad esempio le comunità colombiane che cercavano gamberetti tra le radici delle mangrovie). Sono giorni emozionanti che arricchiscono tutti reciprocamente: da una parte vi è la saggezza degli anziani di Capriglio, dall'altra quella degli altri popoli, tutti accomunati dal lavoro e dall'amore per la terra.

Abbiamo ospitato popolazioni africane, asiatiche, latino-americane in grado di comprendersi nonostante le diversità linguistiche attraverso il lavoro della terra e il cibo vero. Dunque creatività, sensorialità, condivisione, comunità e convivialità: l'esperienza del peperone di Capriglio è servita a mettere in relazione persone lontane, persone che erano in disaccordo, è servita a creare fiducia reciproca. È un'avventura chiamata *Presidio Slow Food*<sup>56</sup>. La volontà di salvaguardare il nostro territorio e la nostra tradizione è stata più forte di ogni altra cosa.

<sup>56</sup> Per maggiori informazioni: [www.terramadresalonedelgusto.com](http://www.terramadresalonedelgusto.com)

Un Presidio Slow Food recupera e protegge le piccole produzioni di eccellenza gastronomica minacciate dall'agricoltura industriale, dal degrado ambientale e dall'omologazione.

## 4.9 PUNTATA #7

### TOPIC:

**Let Eat Bi: tra coltura, cultura e convivialità.**

### ABSTRACT DELLA PUNTATA

La puntata “*Let Eat Bi: tra coltura, cultura e convivialità*” della rubrica “*Cibo, Comunità e Salute*” (Fig. 92), ha affrontato il tema della creazione di una rete di relazioni locali attorno ai concetti di produzione alimentare sostenibile, interazione sociale, ri-valorizzazione territoriale. Quanto è importante creare comunità attorno al cibo? E quanto è possibile coinvolgere le fasce più vulnerabili attraverso lo stesso tema? Qual è il ruolo delle associazioni locali e del loro agire? Lo abbiamo scoperto assieme ad Armona Pistoletto, presidente del progetto “*Let Eat Bi: il Terzo Paradiso in terra biellese*” attivo presso Cittadellarte (Fondazione Pistoletto) dal 2012. Con noi anche il produttore alimentare Luca Roffinella dell’*Azienda Agricola Massarone*.

## PROFESSIONISTI COINVOLTI



### Armona Pistoletto

Fondazione Pistoletto - Cittadellarte, Biella  
Architetto di formazione, lavora presso Cittadellarte – Fondazione Pistoletto come responsabile dell’Ufficio Produzione. Segue differenti progetti d’arte, design, artigianato e produzione. Si avvicina per suo interesse personale al mondo dell’alimentazione sana e locale sviluppando successivamente il progetto all’interno dell’*Ufficio Nutrimento di Cittadellarte: Let Eat Bi, il Terzo Paradiso in terra biellese*, diventandone Presidente dell’Associazione stessa.



### Luca Roffinella

**Azienda Agricola Massarone**  
Montafia (TO)

Laureato in Scienze Agrarie presso l’Università di Torino, è Presidente del *Collegio Provinciale degli Agrotecnici di Asti*. Agricoltore e agrotecnico, gestisce un’azienda orticola tra le colline del nord Astigiano. La passione per il comparto agricolo trasmessa dalla famiglia lo ha condotto ad avere un legame molto forte il cibo. Ama coltivare ciò che nutre le persone e avere un contatto con le stesse.

**/CONOSCIAMO**  
Cibo, Comunità, Salute

**SEGUI LA DIRETTA**  
GIOVEDÌ  
**9 LUGLIO**  
h 18,00

**Let Eat Bi.**  
Tra coltura, cultura  
e convivialità.

Alessandra Savina,  
Roberta Lomuscio  
Armona Pistoletto,  
Cittadellarte  
Luca Roffinella,  
Az. Agricola Massarone

Fig. 92 - La locandina social della puntata “*Let Eat Bi: tra coltura, cultura e convivialità*”.

## PROFESSIONISTI COINVOLTI



## CANALI UTILIZZATI

Sito ChieriWebTV, Zoom, Youtube. Facebook

## VISUALIZZAZIONI COMPLESSIVE

1242

## I CONTENUTI DELLA PUNTATA

Nelle puntate precedenti è stato possibile dialogare con figure differenti, ospitando diversi professionisti sanitari, professori universitari ed esperti di vario genere che hanno esplorato gli aspetti più differenti del cibo, non solo come componente essenziale per la vita, ma anche come elemento che crea comunità e salute.

Nella puntata descritta, l'ospite teorico è la Dott.ssa Armona Pistoletto di Cittadellarte - Fondazione Pistoletto - con sede a Biella.

Architetto e designer, è responsabile dell'ufficio Produzione di Cittadellarte e Fondatrice e Presidente del Progetto "Let Eat Bi, il Terzo Paradiso in Terra Biellese" sviluppato all'interno dell'Ufficio Nutrizione di Cittadellarte. Si tratta di una figura connessa a settori trasversali in grado di dialogare con il tema di un cibo sano che crei valore e relazioni. Si fa riferimento al settore dell'arte, della progettazione in tutti i suoi aspetti, della sostenibilità sociale e ambientale e dell'associazionismo.

Come in ogni puntata, è stato coinvolto chi si occupa direttamente di coltivare e produrre il cibo in maniera virtuosa. Direttamente dal campo è stato dunque presente il produttore locale Luca Roffinella dell'Azienda Agricola Massarone con sede a Montafia (TO) (Fig.93).



*“È necessario essere consapevoli che quando si desidera creare una comunità, il processo è assai più lungo, poiché ognuno ha le proprie idee, rispetto a un progetto che si realizza in solitudine. Per tale ragione è necessario un forte credo comune ed estrema passione”*



Fig. 93 - Diretta della puntata "Let Eat Bi: tra coltura, cultura e convivialità"

Luca non è solo un agricoltore locale, laureato in Scienze e Tecnologie Agrarie è infatti anche Presidente del Collegio Provinciale degli Agrotecnici di Asti.

All'interno della puntata, assieme alla Dott.ssa Armona Pistoletto è stato possibile snocciolare i tre concetti di coltura, cultura e convivialità attraverso l'esplorazione del progetto "*Let Eat Bi: il Terzo Paradiso in terra biellese*" attivo presso Cittadellarte dall'anno 2012. È stato dunque affrontato il tema della creazione di una rete di relazioni locali attorno ai concetti di produzione alimentare sostenibile, interazione sociale e ri-valorizzazione territoriale.



Dott.ssa Pistoletto, da dove nasce l'idea e la necessità di realizzare un progetto che si occupi di cibo locale, quindi di agricoltura sostenibile, all'interno di un contesto in cui il primo punto di partenza è stata l'arte?



“Possiamo dire che *Let Eat Bi*<sup>57</sup> nasce proprio dall'arte e da quella che è la Fondazione Pistoletto - Cittadellarte Biella. Tale fondazione nasce a opera di mio padre, Michelangelo Pistoletto, con i primi eventi nel 1998. Si dall'inizio del 2000 nasce come un nuovo modello di istituzione artistica, ed effettivamente per l'epoca era molto innovativa.

Essa desiderava e desidera mettere l'arte in diretta relazione con i diversi settori della società: dall'economia, al lavoro, dalla moda all'architettura e molto altro ancora. Tra questi vi era e vi è anche il cibo. Dunque anche noi, come fondazione, abbiamo avuto la necessità di capire, partendo dall'arte, cosa mangiamo, come mangiamo e in che modo viene coltivato il nostro cibo. Cittadellarte si sviluppa in diversi uffici e *Let Eat Bi* nasce nel 2012 come necessità territoriale che abbiamo condiviso con associazioni, cooperative,

agronomi e aziende agricole del territorio biellese. Sono un architetto e una designer industriale, perciò in principio ero lontana dallo scenario agroalimentare. Tuttavia mi chiedevo ugualmente cosa mangiavo e da dove provenivano gli alimenti con cui nutro i miei figli. Da qui nasce il progetto *Let Eat Bi*, dove *Bi* sta per Biella. Dunque il motto è "*Facciamo mangiare Biella*". Al nome del progetto è stato associato lo slogan "*Il terzo paradiso in terra biellese*". Il Terzo Paradiso<sup>58</sup> (Pistoletto, 2010) nasce a Cittadellarte nel 2003 proprio da un simbolo disegnato da Michelangelo Pistoletto. Ma prima di essere definito un simbolo, esso è un progetto che ha condotto alla nascita in tutto il mondo degli ambasciatori del terzo paradiso. Il progetto *Let Eat Bi* nasce per rendere reale il concetto di Terzo Paradiso in terra biellese, nello specifico nel campo della nutrizione.

Abbiamo elaborato un manifesto teorico, ma abbiamo agito anche a livello pratico attraverso dei progetti. *Let Eat Bi* nasce da uno degli 'uffici' di Cittadellarte, grazie alla responsabilità che l'arte ha su tutti i settori della società.

Cittadellarte, infatti, nel suo insieme lavora per una trasformazione sociale responsabile, attraverso dei progetti. Ogni ufficio ha infatti un progetto, l'ufficio moda ha il progetto di moda sostenibile, quello di nutrimento ha *Let Eat Bi*, ecc.

<sup>57</sup> Per maggiori informazioni: [www.cittadellarte.it/let-eat-bi](http://www.cittadellarte.it/let-eat-bi)

<sup>58</sup> Il Terzo Paradiso è "*la fusione fra il primo e il secondo paradiso. Il primo è quello in cui gli esseri umani erano totalmente integrati nella natura. Il secondo è il paradiso artificiale, sviluppato dall'intelligenza umana, fino alle dimensioni globali raggiunte oggi con la scienza e la tecnologia. Il Terzo Paradiso identifica la terza fase dell'umanità, che si realizza nella connessione equilibrata tra l'artificio e la natura. Terzo Paradiso significa il passaggio a uno stadio inedito della civiltà planetaria, indispensabile per assicurare al genere umano la propria sopravvivenza. Il simbolo del Terzo Paradiso, riconfigurazione del segno matematico dell'infinito, è composto da tre cerchi consecutivi. I due cerchi esterni rappresentano tutte le diversità e le antinomie, tra cui natura e artificio. Quello centrale è la compenetrazione fra i cerchi opposti e rappresenta il grembo generativo della nuova umanità.*" (Pistoletto, 2010) [www.terzoparadiso.org](http://www.terzoparadiso.org)



Quanto è importante secondo la tua opinione creare comunità attorno al cibo? E quanto è possibile coinvolgere le fasce più vulnerabili attraverso lo stesso tema? Qual è il ruolo delle associazioni locali e del loro agire?



“All’interno di questo scenario abbiamo sviluppato diversi progetti lungo il corso degli anni, partendo però dal presupposto che *Let Eat Bi* è un progetto dalle dimensioni ridotte, per adesso prettamente locale, che tuttavia ingloba in sé numerosi altri progetti, come *Let Eat Grow 1.0* e *Let Eat Grow 2.0*, *Terre Abban-donate*, *l’Accademia Verde* e *l’Orto del Piazza*.

Uno dei progetti che dimostra quanto sia importante la coltura, la cultura e la convivialità di *Let Eat Bi* è proprio *Terre Abban-donate*<sup>59</sup>, il quale ha risposto alla necessità di dare terreno alle persone che non avevano la possibilità di avere del suolo per coltivare. Il nome del progetto è *Terre Abban-donate* perché appunto sono terre abbandonate, ma allo stesso tempo terre donate. Infatti, da un lato le persone che hanno terreni in disuso nel territorio biellese possono iscriversi al Catasto Solidale (mandando tutto le informazioni necessarie), dall’altro, le persone interessate ai terreni hanno la possibilità di iscriversi all’Anagrafe Solidale.

Dunque tale progetto crea un legame tra chi ha un terreno in disuso e chi invece lo desidera, ma non ce l’ha, valorizza i territori abbandonati, crea socialità e contribuisce ai processi di produzione agroalimentare locale.

Inoltre, *Terre Abban-donate* ha permesso la nascita di un ulteriore progetto chiamato *Let Eat Grow*. Tra il 2017 e il 2008, vincendo un piccolo bando con la fondazione Cassa di Risparmio di Biella, abbiamo deciso di coinvolgere tre associazioni già presenti nel territorio biellese: un’associazione che aiuta le persone con problemi psicologici e lavorativi, un’associazione che aiuta gli immigrati e un’associazione che aiuta chi ha una disabilità fisica.

Con la prima associazione, abbiamo preso dei campi abbandonati e al loro interno abbiamo insegnato a queste persone a coltivare la terra, producendo principalmente frutta e verdura di stagione. Con la seconda associazione abbiamo insegnato agli immigrati locali a trasformare le verdure fresche prodotte dalla prima associazione attraverso un vero e proprio corso, creando dunque barattolini e conserve.

Infine, abbiamo coinvolto la terza associazione nel confezionamento e della progettazione delle etichette e dei dettagli utili per la vendita.

È stato molto interessante capire come tre realtà molto diverse tra loro possano essere molto utili le une per le altre. Abbiamo creato così questa piccola filiera agroalimentare che ha prodotto cibo venduto e consumato in loco. Attualmente *Let Eat Grow 1.0* si è concluso poiché gli immigrati formati sono andati via da Biella. Così abbiamo deciso di sviluppare *Let Eat Grow 2.0* con un terreno del progetto *Terre Abban-donate*, all’interno del Piazza di Biella, che abbiamo appunto chiamato *Orto del Piazza*<sup>60</sup>. Si tratta di un orto sociale: le persone possono affittare il loro piccolo o grande lotto e ogni settimana ritirare la loro cassetta di prodotti freschi. Le persone che lavorano in questo campo, invece, trovano in esso un’opportunità di convivialità, incontro e socialità oltre che la possibilità di imparare a coltivare la terra. Per queste persone è infatti fondamentale non rimanere a casa, ma

<sup>59</sup>Per maggiori informazioni:  
[www.terreabbandonate.com](http://www.terreabbandonate.com)  
[www.journal.cittadellarte.it/cronaca-biellese/let-eat-grow-cittadellarte-presenta-progetto-welfare-generativo](http://www.journal.cittadellarte.it/cronaca-biellese/let-eat-grow-cittadellarte-presenta-progetto-welfare-generativo)

<sup>60</sup> Per maggiori informazioni:  
[www.ortodelpiazza.it](http://www.ortodelpiazza.it)

avere un luogo di incontro nella natura, dove ritroveranno le persone che andranno a ritirare la propria verdura, perchè in qualche modo l'hanno acquistata affittando il campo.

Nel biellese ci sono altri progetti di questo tipo nei quali si insegna a coltivare la terra, tuttavia i prodotti coltivati vengono spesso regalati e alle volte si generano degli sprechi. Attraverso l'*Orto del Piazza* invece si è desiderato fare un passo in più: far sentire gli individui coinvolti persone utili, in quanto qualcuno attende di ritirare la verdura che loro hanno coltivato con passione. In termini culturali abbiamo invece il progetto di *Accademia Verde*, ovvero lo scambio di saperi locali. Tale progetto è fondamentale poiché spesso gli agronomi e le aziende agricole sono talmente occupati dal loro lavoro agricolo quotidiano o nelle loro attività in genere, tanto da non avere il tempo di conoscersi reciprocamente e scambiare il loro sapere. All'interno di tale accademia vengono perciò svolti degli incontri di unione e condivisione. Infine, attività conclusiva è quella di un mercato settimanale con circa 15 banchi di frutta e verdura stagionale e naturale che ogni mercoledì vede davvero un'ottima affluenza da circa sei anni.



Pensi che il progetto *Let Eat Bi*, possa divenire un modello sostenibile replicabile in altri territori italiani o addirittura internazionali, tenendo sempre conto ovviamente della diversità dell'identità, delle peculiarità e delle esigenze di ogni luogo?



Che il progetto *Let Eat Bi* possa divenire un modello replicabile sarebbe la nostra grande speranza. Ci piacerebbe creare un quaderno di istruzioni di ciò che abbiamo realizzato all'interno del quale viene spiegato cosa abbiamo fatto, come lo abbiamo fatto e in che modo lo abbiamo mantenuto nel tempo. È ovvio che ogni luogo ha le sue peculiarità, ma credo che *Let Eat Bi* sia un progetto sufficientemente versatile per essere

replicato anche altrove. Tuttavia è necessario essere consapevoli che quando si desidera creare una comunità, il processo è assai più lungo, poiché ognuno ha le proprie idee, rispetto a un progetto che si realizza in solitudine. Per tale ragione è necessario un forte credo comune ed estrema passione. *Let Eat Bi* allo stato attuale non è un progetto a scopo di lucro, ma un progetto responsabile che - si spera - un giorno possa essere remunerativo per le persone che lavorano al suo interno.



Il progetto *Let Eat Bi* prevede solo l'adesione di agricoltori o anche quella di ristoratori?



Possono aderire assolutamente anche ristoratori! Ci piacerebbe infatti creare delle convenzioni con dei ristoratori del luogo, per far sì che nei periodi di eccesso di un dato prodotto, gli stessi ristoratori possano acquistare locale e contribuire al suo consumo, evitando gli sprechi.



È il cibo che crea la comunità o la comunità che crea il cibo?



Penso che ci sia una forte interconnessione tra i due elementi. Se c'è offerta di cibo sano, locale e stagionale, la comunità inizia a capirne il valore nel tempo. La pandemia da Covid-19 ci ha paradossalmente aiutato in questo, in quanto abbiamo compreso che se non siamo sani possiamo ammalarci con molta più facilità. Quindi cosa possiamo fare? Mangiare sano, mangiare locale. La scelta di mangiare locale non è banale in quanto ci offre

la possibilità di mangiare effettivamente più sano. Un prodotto imbustato che arriva da lontano già semi-morto per quanto sembri vivo, è completamente diverso da un prodotto locale, naturale e stagionale che nella sua salubrità permette di ammalarci meno.



Esiste un disciplinare per aderire al progetto Let Eat Bi?



Vi sono due possibilità: è possibile diventare soci ordinari oppure soci partner. I soci ordinari sono i soci classici che rimarranno aggiornati su gli avanzamenti di *Let Eat Bi*, mentre i soci partner sono quelli che venderanno all'interno del mercato alimentare. Abbiamo elaborato un dossier molto specifico fondamentale per l'accettazione dei soci, nel quale vi è scritto cosa il produttore coltiva, come lo coltiva e dove. Li andiamo a trovare in loco e se producono secondo i criteri di *Let Eat Bi* (Stagionalità, Territorialità e Naturalità), allora li accettiamo come partner.

## La ricetta della puntata

Il piatto preparato da Roberta Lomuscio, cuoca di cucina naturale presente in tutte le puntate di ChieriWebTv, in questa puntata è una ricetta tipica piemontese, semplice e umile, declinata in diversi modi e con diversi nomi a seconda dei territori italiani. È una ricetta che nasce da una necessità che deriva dalla campagna, ovvero quella di ottimizzare al massimo le eccedenze di alcuni periodi dell'anno, in maniera creativa e gustosa. Si tratta delle zucchine in carpione (Fig. 94). Questa ricetta parte da un presupposto, ovvero il fatto che la natura ci offre ciò di cui abbiamo bisogno in specifici momenti per la

acquoso per esempio, idoneo a un consumo nella stagione estiva in cui si ha la necessità di integrare più liquidi.

La scelta di tale ricetta risponde all'appello di Luca Roffinella, produttore locale coinvolto nella puntata, il quale ha lanciato sui social molto utilizzati dalla sua azienda agricola una riflessione importante, ovvero la necessità di valorizzare le produzioni stagionali in eccesso, per aiutare gli agricoltori ed evitare gli sprechi. La ricetta della puntata si presta molto bene a tale scopo, permettendo di consumare le zucchine anche nel tempo, senza la preoccupazione che possano andare a male. Questi tipi di preparazioni sono tipiche delle vecchie generazioni, più legate all'agricoltura e forse caratterizzate da una maggior attitudine alla conservazione e alla cucina. Si tratta di ricette semplici che dovrebbero ritornare in auge al fine valorizzare i prodotti della terra.



Fig. 94 - La ricetta della puntata "Let Eat Bi: tra coltura, cultura e convivialità": zucchine in carpione con cipolla rossa, aglio, aromi locali (salvia e maggiorana) e infuso di aceto di mele, acqua e menta.

nostra salute. Lo zucchini per esempio è un ortaggio ricco d'acqua, adatto al periodo estivo. Inoltre, la carpionatura è una modalità che si può adattare anche ad altri alimenti come il pesce e altre verdure. Oggigiorno, le persone che non vivono di agricoltura, i più giovani per esempio o chi vive semplicemente distante dalle zone rurali, non è più in grado di riconoscere la stagionalità di frutta, verdura e ortaggi, sebbene essa sia la base di un cibo naturale e sano non solo per l'uomo, ma anche per il territorio. Se un'ottima percentuale di ciò che si mangia quotidianamente fosse stagionale e locale, ognuno, nel suo piccolo potrebbe apportare delle ricadute positive nel proprio territorio e nel mondo.



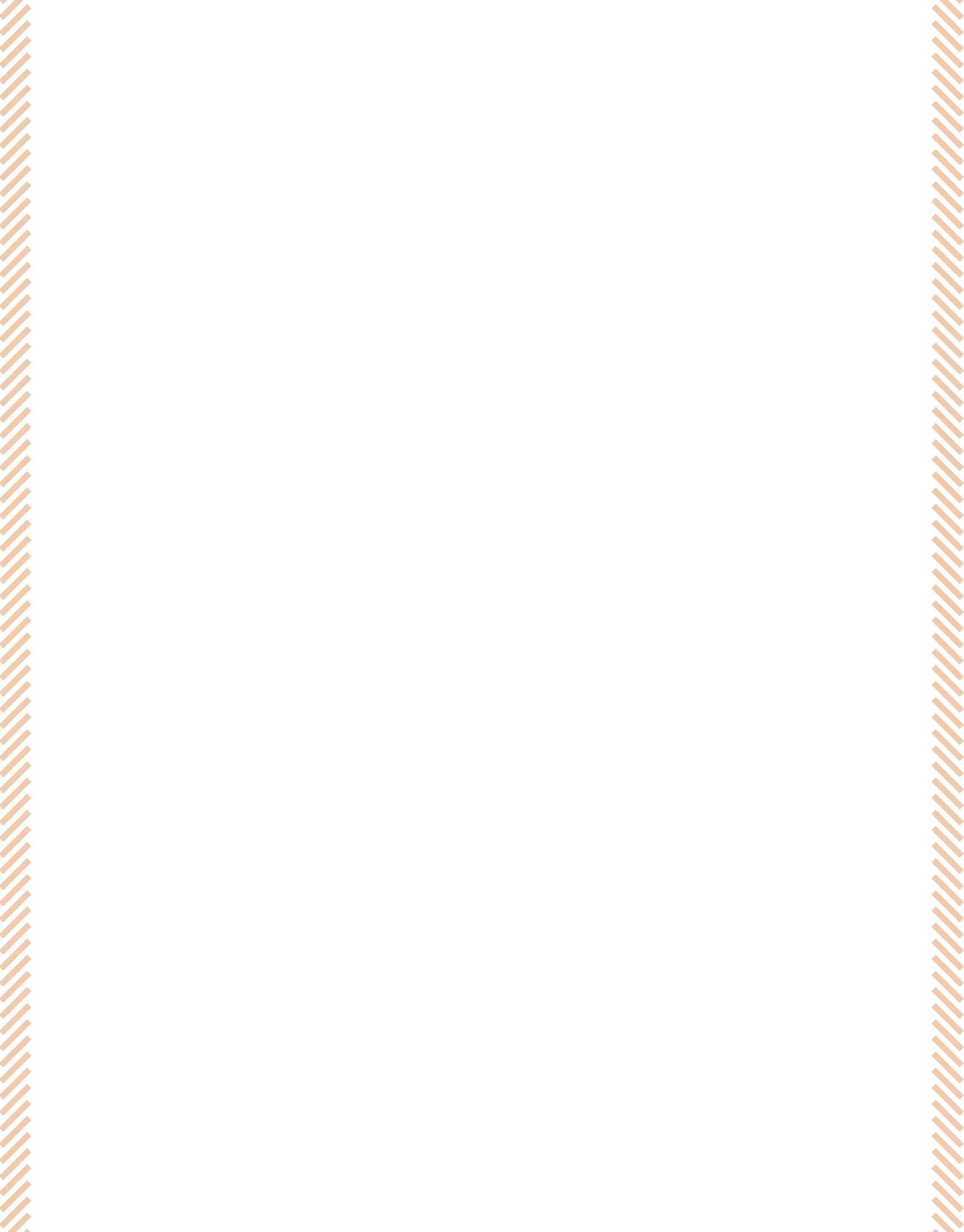
“Quello dello zucchini è un paradosso. Durante i periodi in cui non è prodotto, i consumatori lo richiedono. Così, se come produttore non hai questo tipo di disponibilità, non sei competitivo. In realtà è un problema che accade con molti altri prodotti di stagione, ma sulle zucchine si manifesta più di altri. Al contrario, quando arriva la loro stagione, si verifica paradossalmente un drastico calo delle vendite. Questo fenomeno è privo di senso, in quanto quando le zucchine sono fuori stagione, dunque quando sono una primizia, il prezzo a cui sono vendute è davvero esagerato. Nonostante questo, il consumatore le richiede. In estate, il loro prezzo è invece molto accessibile, in quanto è la loro stagione e i costi di produzione per ovvie ragioni sono più bassi. Tuttavia, nonostante la riduzione del prezzo, si verifica un calo delle vendite.”



Da cosa dipende il calo delle vendite di un dato prodotto durante il suo periodo di stagionalità?



“Se consideriamo la mia zona rurale, ovvero quella di Montafia (TO), moderatamente distante dalla città, la ragione potrebbe essere la presenza di processi di autoproduzione di chi ha un proprio orto domestico. Reputo però che questa sia solo una delle ragioni locali. Nel 2020 per esempio, vi è stato un calo delle vendite su qualsiasi fronte, anche per chi vende tale prodotto a delle fette di mercato differente. Come produttori ipotizziamo che tale calo sia stato probabilmente legato a un minor flusso nella ristorazione, causato dalla pandemia da Covid-19, in quando non è aumentata la produzione, ma al contrario è diminuito il consumo. Vorrei poi ricordare che vi sono numerose varietà di zucchine: vi è la zucchina gialla, la zucchina chiara, la zucchina scura. In Piemonte generalmente si consumano solo zucchine chiare: è quasi un consumo regionale poiché in altre regioni italiane si consuma anche lo zucchini scuro. È bene essere consapevoli che in termini di resistenza a determinate fitopatologie, lo zucchini scuro presenta una maggiore resistenza, al contrario dello zucchini chiaro. Questo fattore ci spiega come lo zucchini scuro potrebbe presentare un minor residuo di fitofarmaci. Inoltre, esso presenta anche una migliore conservabilità dopo la raccolta, dunque in un periodo in cui vi è un surplus di prodotto, offre un margine temporale maggiore per la vendita, che invece in genere dovrebbe essere svolta il giorno successivo alla raccolta.”



## *CAPITOLO 5*

---



*UNA RISPOSTA AGLI  
OBIETTIVI DI SVILUPPO  
SOSTENIBILE 2030*



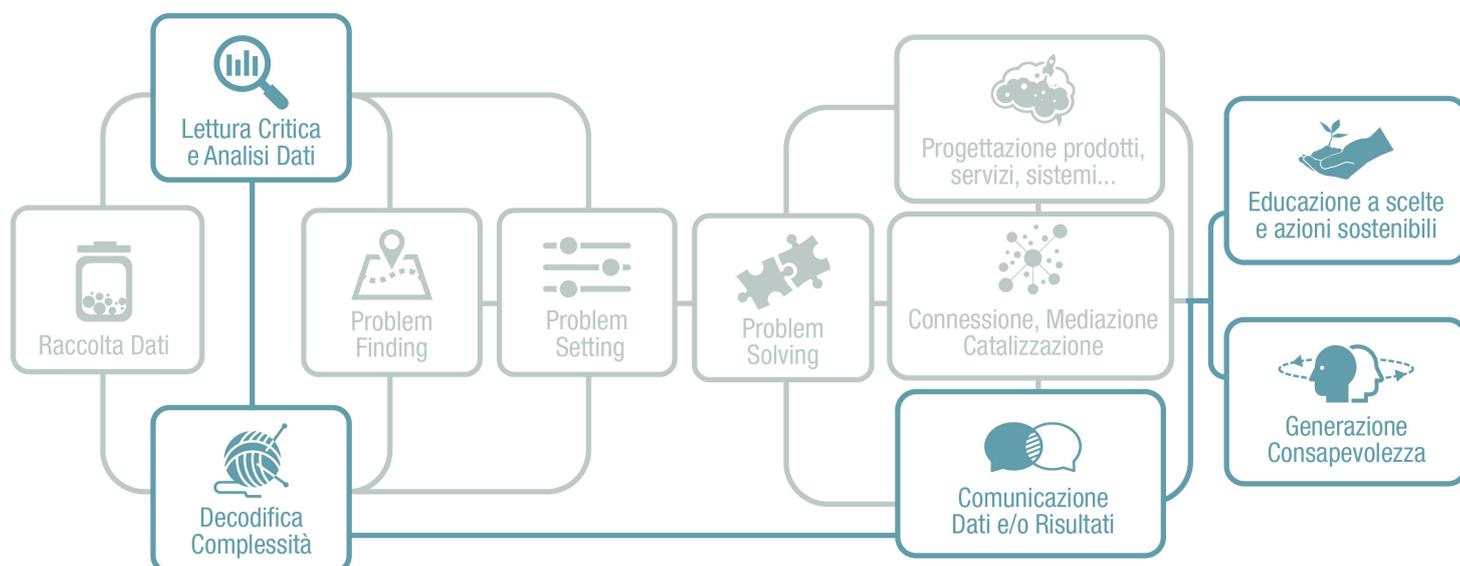
# CAPITOLO 5

## UNA RISPOSTA AGLI OBIETTIVI DI SVILUPPO SOSTENIBILE 2030

All'interno di questo capitolo il design svolge essenzialmente un ruolo di educazione a scelte e azioni sostenibili, analizzando opportunamente nel dettaglio le sfide proposte dagli indicatori di alcuni degli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile 2030 che più coinvolgono lo scenario agroalimentare e sanitario.

Allo stesso tempo traccia il modo in cui il progetto "Cibo, Comunità, Salute" risponde a tali sfide, coinvolgendo i professionisti che maggiormente operano nelle aree del cibo e della salute e tutta la cittadinanza locale e generando livelli più elevati di consapevolezza. Dunque svolge anche un ruolo di problem solving, sebbene il progetto risponda solo in termini locali a urgenti necessità di entità globale. Attraverso una rappresentazione grafica conclusiva che segue l'approccio comunicativo tipico della cultura sistemica, il

design svolge inoltre un ruolo di divulgazione di informazioni complesse, in questo caso inerenti alle relazioni tra gli indicatori del differenti Sustainable Goals indagati, non descritte dalle Nazioni Unite e non facilmente percepibili se non a seguito di uno studio approfondito della struttura di tutti i Goals, per ovvie ragioni condotto solo da specifiche professioni o da individui più pazienti e motivati.



Come già dichiarato nei capitoli precedenti, il progetto *'Cibo, Comunità e Salute'* intende rispondere a livello locale ad alcuni degli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile 2030 (United Nations, 2015). Nello specifico il progetto ambisce a rispondere ad alcuni degli specifici indicatori del Goal 2 – *Zero Hunger*, del Goal 3 – *Good Health and Well-Being*, del Goal 11 – *Sustainable Cities and Communities* e del Goal 12 – *Responsible Consumption and Production*.

Nelle pagine seguenti è stato analizzato il modo in cui il progetto risponde agli specifici indicatori dei Goals di riferimento e come tali Goals siano in realtà strettamente interdipendenti.

Per tale ragione *'Cibo, Comunità, Salute'* sfiora trasversalmente anche altri Obiettivi di Sviluppo Sostenibile, come il Goal 8 - *Decent Work and Economic Growth*, il Goal 13 - *Climate Action* e il Goal 15 - *Life on Land*.

## Principali Goals del Progetto Cibo, Comunità, Salute



## Goal Trasversali



## Goal non contemplati





## 5.1 GOOD HEALTH AND WELL-BEING

Ensure healthy lives and promote well-being for all at all ages

### ● OBIETTIVO 3.9

*Ridurre sostanzialmente il numero di decessi e malattie da sostanze chimiche pericolose e dall'inquinamento e dalla contaminazione di aria, acqua e suolo.*

#### - INDICATORE 3.9.1

Tasso di mortalità attribuito all'inquinamento dell'aria domestica e ambientale.

#### - INDICATORE 3.9.2

Tasso di mortalità attribuito ad acqua non sicura, servizi igienico-sanitari non sicuri e mancanza di igiene.

#### - INDICATORE 3.9.3

Tasso di mortalità attribuito ad avvelenamento involontario.

### ● OBIETTIVO 3.D

*Rafforzare la capacità di tutti i paesi, in particolare i paesi in via di sviluppo, di allerta precoce, riduzione del rischio e gestione dei rischi sanitari nazionali e globali*

Nonostante la diffusione della pandemia da Covid-19, è possibile affermare che sino ad oggi sono stati raggiunti significativi progressi nel miglioramento della salute umana, in termini di aspettative di vita, riduzione della mortalità infantile, ma anche nel contrasto delle più comuni malattie trasmissibili. Tuttavia, quasi metà della popolazione mondiale non ha accesso ai servizi sanitari essenziali: l'ottenimento di una copertura sanitaria universale appare infatti un'incredibile sfida. Inoltre, sulla base delle finalità e degli indicatori del Goal 3 - *Good Health and Well-Being*<sup>61</sup>, il contrasto delle Malattie Non Trasmissibili connesse a inquinamento ambientale non è stato definito uno degli obiettivi primari, se paragonato all'impegno manifestato per il contrasto delle malattie infettive, per la gestione della salute riproduttiva e mentale, per l'assicurazione di

servizi igienico-sanitari nei Paesi in Via di Sviluppo. Eppure nella descrizione dello stesso Goal 3 vi è chiaramente espresso che solo nel 2016 la probabilità di morte per malattie non trasmissibili (come tumori, diabete, malattie respiratorie e cardiovascolari croniche) era del 18%, sfiorando nello stesso anno circa 7 milioni di decessi a livello globale.

È per tale ragione che l'obiettivo 3.9, ovvero "...ridurre sostanzialmente il numero di decessi e malattie da sostanze chimiche pericolose e dall'inquinamento e dalla contaminazione di aria, acqua e suolo" rappresenta allo stesso tempo uno degli obiettivi principali del progetto '*Cibo, Comunità, Salute*'. Per garantire una vita sana e un benessere condiviso, è difatti necessario partire dai beni primari, di cui il cibo è parte, pur essendo divenuto attualmente una minaccia più che una fonte di nutrimento.

L'indicatore 3.9.3. "*Tasso di mortalità attribuito ad avvelenamento involontario*" è decisamente ampio, ma è bene essere consapevoli che tra le forme di avvelenamento involontario quotidiano vi è l'esposizione cronica a fitofarmaci, antibiotici e additivi dannosi attraverso il cibo presente sulle tavole di ogni individuo.

Tale avvelenamento si sovrappone alle forme di inquinamento ambientale, incidendo fortemente sullo stato di salute di intere comunità e agendo all'oscuro dei consumatori.

Anche l'obiettivo 3.D, il quale mira a ridurre il rischio sanitario e intraprendere buone strategie di gestione, risulta essere uno dei punti di partenza del progetto che, sulla base del *Principio di Precauzione*<sup>62</sup> (De Leonardis, 2005) e attraverso strategie di interazione e informazione, mira a rendere la comunità territoriale, parte integrante di questa sfida.

<sup>61</sup>[www.sustainabledevelopment.un.org/sdg3](http://www.sustainabledevelopment.un.org/sdg3)

A/RES/70/1 - Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development

<sup>62</sup> Per maggiori informazioni:

[www.europa.eu/scadplus/leg/it/lvb/l32042.htm](http://www.europa.eu/scadplus/leg/it/lvb/l32042.htm)



## 5.2 RESPONSIBLE CONSUMPTION AND PRODUCTION

Ensure sustainable consumption and production patterns

### ● OBIETTIVO 12.2

*Raggiungere la gestione sostenibile e l'uso efficiente delle risorse naturali.*

### ● OBIETTIVO 12.3

*Dimezzare lo spreco alimentare e ridurre le perdite alimentari lungo la catena di produzione e di approvvigionamento, comprese le perdite post-raccolta.*

### ● OBIETTIVO 12.4

*Raggiungere la gestione ecologicamente corretta delle sostanze chimiche e di tutti i rifiuti durante il loro ciclo di vita, in conformità con i quadri internazionali concordati, e ridurre significativamente il loro rilascio nell'aria, nell'acqua e nel suolo al fine di ridurre al minimo i loro impatti negativi sulla salute umana e sull'ambiente.*

### ● OBIETTIVO 12.5

*Ridurre sostanzialmente la generazione di rifiuti attraverso la prevenzione, la riduzione, il riciclaggio e il riutilizzo.*

### ● OBIETTIVO 12.6

*Incoraggiare le aziende, in particolare le società di grandi dimensioni e transnazionali, ad adottare pratiche sostenibili e integrare le informazioni sulla sostenibilità nel loro ciclo di rendicontazione*

### ● OBIETTIVO 12.8

*Garantire che le persone di tutto il mondo abbiano le informazioni e la consapevolezza pertinenti per lo sviluppo sostenibile e gli stili di vita in armonia con la natura*

Sebbene tale obiettivo non faccia specificamente riferimento al cibo, essendo estremamente ampio e contemplando i concetti di consumo e produzione in termini globali, risulta essere uno dei principali goal del progetto “*Cibo, Comunità, Salute*”. Difatti, sono numerosi i punti di connessione con il Goal 3 - *Good Health and Well-being*. Così come in altri settori di mercato, anche e soprattutto in quello alimentare, ogni consumatore, ogni individuo, ogni famiglia influenza sistemi produttivi, economici, ambientali e sociali attraverso le proprie scelte e le proprie abitudini.

In un modello altamente industriale, oggi la produzione di cibo ha il medesimo impatto di altri sistemi produttivi, rappresentando inoltre una produzione primaria che non può fermarsi e che pertanto necessita più di altre di un cambiamento sostenibile. Oggi il settore alimentare è il responsabile del 30% del consumo di energia globale e del 22% delle emissioni globali di gas serra. Ogni anno 1,3 miliardi di tonnellate di cibo divengono rifiuto (per di più non valorizzato), dunque un terzo del cibo prodotto, è destinato a marcire davanti a un depauperamento sempre maggiore delle risorse naturali<sup>63</sup>. La gestione insostenibile di suolo e acqua sono così incombenti minacce non solo per la sopravvivenza di altre specie animali e vegetali, ma anche per quella dell'essere umano. Per tale ragione, un consumo e una produzione sostenibile ambiscono a mantenere un buon livello di produttività, ma con un minor quantitativo di risorse e una corretta gestione di queste ultime nell'intero il ciclo vita. Questo significa che a essere coinvolti non sono solo produttori e trasformatori, ma anche e soprattutto i consumatori, che attraverso una buona informazione possono influenzare positivamente la direzione produttiva. Tutti i micro-obiettivi appartenenti al Goal 13 sono in realtà fortemente interconnessi, per cui il progetto “*Cibo, Comunità, Salute*” desidera rispondere in maniera estesa a ognuno di essi, sebbene con livelli di approfondimento differenti.

Indicatore primario risulta essere il 12.2 - *Gestione sostenibile e uso efficiente delle risorse*. Sebbene il progetto “*Cibo, Comunità, Salute*” sia stato sviluppato all’interno di un micro-territorio italiano, la gestione delle risorse risulta essere di fondamentale importanza.

Produzione e consumo alimentari sostenibili, a livello locale, significano infatti corretta gestione del suolo (in termini di pratiche agricole idonee, utilizzo di input chimici, rispetto dei tempi della natura), riduzione delle minacce per l’attività microbiologica dei terreni, uso più efficiente delle risorse idriche, dunque minore inquinamento della falda acquifera e nel complesso, minore contaminazione del cibo, in termini di sostanze chimiche dannose per l’uomo e per l’ambiente. Tuttavia tale obiettivo non può essere raggiunto senza l’adempimento dell’obiettivo 12.6 - *Incoraggiare le aziende ad adottare pratiche sostenibili e integrare le informazioni sulla sostenibilità*. Senza una produzione sostenibile, difatti, non può esistere un consumo sostenibile. Dunque, innescare un cambiamento di rotta all’interno delle attività produttive, rappresenta un passo fondamentale per un cambio di paradigma alimentare. Inoltre, integrare informazioni utili connesse alla sostenibilità, può aiutare il consumatore ad avere maggiore coscienza dell’impatto delle proprie scelte. Entra in gioco così l’Obiettivo 12.8 - *Garantire che le persone abbiano le informazioni e la consapevolezza pertinenti per lo sviluppo sostenibile e gli stili di vita in armonia con la natura*. Senza un livello di informazione idoneo, trasparente, non elitario, l’adozione di modelli di consumo sostenibili risulta un’ambizione complessa. L’adozione spontanea richiede un nutrimento informativo di qualità, affinché possa irrobustirsi e replicarsi. Dunque creare consapevolezza significa disseminare buone pratiche e disegnare concretamente quel filo attualmente invisibile tra causa e conseguenza, al fine di aiutare ogni individuo a comprendere come il cambiamento virtuoso di scelte e stili di vita possa condurre a ripercussioni differenti o addirittura a benefici tangibili. Così, produzione

e consumo iniziano a dialogare, influenzandosi e nutrendosi in un unico scenario che deve necessariamente ospitare un’urgente inversione di tendenza. Tale obiettivo, assieme al 12.4 - *Raggiungere la gestione ecologicamente corretta delle sostanze chimiche [...]e ridurre significativamente il loro rilascio nell’aria, nell’acqua e nel suolo al fine di ridurre al minimo i loro impatti negativi sulla salute umana e sull’ambiente* - sono il fulcro del progetto, essendo strettamente connessi al concetto di salute ambientale e umana.

In termini di produzione alimentare, si fa riferimento all’uso di fitofarmaci dispersi nel suolo e nell’aria e presenti all’interno di frutta e verdura, ormoni e antibiotici utilizzati nella produzione delle carni e in grado di interferire con l’organismo umano dopo il consumo, additivi e conservanti in grado di interagire con le nostre funzioni vitali e riproduttive, ma anche alle acque reflue industriali, come quelle zootecniche, spesso dismesse direttamente nei corsi d’acqua.

Una gestione ecologica di tali output di produzione, una cospicua riduzione degli input chimici o addirittura una completa rimozione del loro utilizzo, il perseguimento di alternative a basso impatto, rappresentano i punti di partenza per il perseguimento del Goal 3, dunque per la garanzia di un stato di salute ottimale, non solo in termini di Malattie Croniche Non Trasmissibili. Gli obiettivi 12.3 e 12.5, connessi alla riduzione dello spreco alimentare e della generazione di rifiuti, sono obiettivi secondari per il progetto “*Cibo, Comunità, Salute*”, ma non per questo di minore importanza. Sono difatti anch’essi presi in considerazione al fine di innescare un’economia locale che in ottica di circolarità di input/output possa generare un sistema produttivo pulito, etico e identitario.

---

<sup>63</sup>[www.un.org/sustainabledevelopment/sustainable-consumption-production/](http://www.un.org/sustainabledevelopment/sustainable-consumption-production/)



## 5.3 SUSTAINABLE CITIES AND COMMUNITIES

Make cities inclusive, safe, resilient and sustainable

### ● OBIETTIVO 11.4

*Intensificare gli sforzi per **proteggere e salvaguardare il patrimonio culturale e naturale del mondo.***

### ● OBIETTIVO 11.6

*Ridurre l'impatto ambientale pro capite **negativo delle città**, prestando particolare attenzione alla qualità dell'aria e alla gestione dei rifiuti urbani e di altro tipo.*

### ● OBIETTIVO 11.7

*Fornire accesso universale a **spazi verdi, pubblici e sicuri, inclusivi e accessibili**, in particolare per donne e bambini, persone anziane e persone con disabilità.*

### ● OBIETTIVO 11.A

*Supportare collegamenti economici, sociali e ambientali positivi tra **aree urbane, periurbane e rurali** rafforzando la pianificazione dello sviluppo nazionale e regionale*

Nel Goal 11 - *Sustainable Cities and Communities*<sup>64</sup>, non si fa in alcun modo riferimento ai sistemi agroalimentari e sanitari, benchè si parli di garanzia eterogenea dei servizi di base adeguati. Il focus dichiarato evidenzia l'importanza di una forma di urbanizzazione inclusiva e sostenibile, la garanzia di sistemi di trasporto sicuri, la tutela degli individui più vulnerabili in situazioni di crisi, la progettazione di edifici sostenibili, resilienti, intelligenti, tuttavia senza generare alcuna riflessione attorno al tema del cibo. Ma qual è il significato di '*città sostenibile*' e quello di '*comunità sostenibile*'? Quanto i sistemi agroalimentari rappresentano un elemento fondamentale di tali definizioni? Il progetto "*Cibo, Comunità, Salute*" desidera rispondere all'obiettivo principale - *Rendere le*

*città sicure, inclusive, resilienti e sostenibili*, scorporando alcuni sotto-obiettivi e inserendo il concetto di cibo al loro interno. Procedendo nel dettaglio, l'obiettivo 11.4 - *Proteggere e salvaguardare il patrimonio culturale e naturale del mondo*, conduce a porsi delle domande. Non è forse anche il cibo, nelle sue varietà, nelle sue origini, nella sua diversità, nel suo connubio con storia e tradizioni, nel suo legame con i popoli, patrimonio culturale e naturale del mondo e di ogni singolo territorio all'interno del quale città e comunità sono insediate?

L'obiettivo 11.6 mira a una riduzione dell'impatto ambientale delle città, ponendo l'accento sulla qualità dell'aria e la gestione dei rifiuti urbani. In realtà, città e conseguenti comunità, sono in grado di apportare una lunghissima lista di danni ambientali che si sommano all'inquinamento dell'aria e alla produzione di rifiuti, di cui gli scarti alimentari non valorizzati fanno ampiamente parte. Emergente è una connessione sempre più debole con la terra, con i suoi ritmi naturali, con i piccoli sistemi di autoproduzione locale e con un contesto agricolo tradizionale. Questo gap incarna una minaccia sempre più robusta. Difatti, in particolare nei contesti urbani più ampi, l'inclinazione ad acquistare in qualsiasi momento, a seconda dei propri desideri, qualsiasi prodotto alimentare, senza considerare stagionalità e provenienza, sta trasformando l'atto del fare la spesa in gesti frettolosi e istintivi, in scelte dettate da scarsa riflessione e consapevolezza, che rendono tangibile un'ignoranza alimentare diffusa e un distacco sempre maggiore da un sistema agroalimentare locale a cui un tempo i territori e le comunità erano radicati, il quale oggi, per ovvie ragioni, è costretto a modificarsi. Dunque tra le cause del danno ambientale commesso da città e comunità oggi è doveroso citare l'importazione estera e non stagionale di prodotti alimentari che minacciano la produzione, l'economia e il benessere delle aree rurali limitrofe, incrementando la produzione di CO<sub>2</sub>,

<sup>64</sup>[www.sustainabledevelopment.un.org/sdg11](http://www.sustainabledevelopment.un.org/sdg11)

una diffusione sempre maggiore di forme di vendita e consumo ad alto impatto, di cui ne sono esempio i *fast-food* o le formule *All You Can Eat*. Inoltre laddove parliamo di comunità, parliamo di educazione alimentare, e di scelte di massa che possono indirizzare mercati e territori in direzioni non del tutto sostenibili. Infine, se l'impatto e la mancata valorizzazione degli scarti alimentari sono in qualche modo contemplati nella definizione di rifiuti urbani, non sono al contrario citati gli sprechi, i quali dipendono da sistemi alimentari urbani estremamente insostenibili e fallimentari.

L'obiettivo 11.7 - "*Fornire accesso universale a spazi verdi, pubblici e sicuri, inclusivi e accessibili*", non rappresenta per il progetto "*Cibo, Comunità, Salute*" una finalità primaria, tuttavia è possibile condurre delle riflessioni aggiuntive se per aree verdi sono intesi anche orti urbani e zone rurali in prossimità delle città. Tali aree, a dispetto di parchi e aree ludiche urbane, possono infatti identificarsi in uno strumento concreto per ripristinare il legame tra cibo e fonte alimentare (dunque natura) che oggi è sempre meno percepibile all'interno dei supermercati. Chiedersi da dove viene il cibo non è una pratica comune, chiedersi come viene prodotto ancora meno. Queste aree verdi funzionali potrebbero avvicinare non solo le generazioni più giovani, al concetto di natura come sostentamento dell'uomo. È qui che entra in gioco l'obiettivo 11A, ovvero quello di supportare collegamenti economici, sociali e ambientali tra aree urbane, periurbane e rurali. Le ricadute positive di tale obiettivo potrebbero essere molteplici: in primis si potrebbe ridurre la crescente generazione di *food desert*, connettendo città e comunità a luoghi di produzione limitrofi. In secondo luogo, si faciliterebbero le relazioni dirette tra cittadini consumatori, produttori locali e zone agricole. Infine, si amplierebbero le possibilità di un turismo di prossimità e di un turismo gastronomico che, in particolare nel territorio italiano ha da sempre giocato un forte ruolo.



## 5.4 Zero Hunger

End hunger, achieve food security and improved nutrition and promote sustainable agriculture

### ● OBIETTIVO 2.2

*Porre fine a tutte le forme di malnutrizione, [...]e rispondere alle esigenze nutrizionali di ragazze adolescenti, donne in gravidanza e in allattamento e persone anziane.*

### ● OBIETTIVO 2.3

*Raddoppiare la produttività agricola e i redditi dei piccoli produttori alimentari, in particolare donne, popolazioni indigene, agricoltori familiari, pastori e pescatori, anche attraverso un accesso sicuro ed equo alla terra, altre risorse produttive e input, conoscenze, servizi finanziari, mercati e opportunità per l'aggiunta di valore e l'occupazione non agricola.*

### ● OBIETTIVO 2.5

*Mantenere la diversità genetica dei semi, delle piante coltivate e degli animali di allevamento e delle loro specie selvatiche correlate, anche attraverso banche di sementi e di piante [...], e promuovere l'accesso, l'equità e la condivisione dei benefici derivanti dall'utilizzo delle risorse genetiche e delle conoscenze tradizionali associate, come concordato a livello internazionale*

Il Goal 2 - *Zero Hunger*<sup>65</sup>, si focalizza sul raggiungimento di una maggiore sicurezza alimentare, in termini di accesso al cibo, di alimentazione corretta e di produzione alimentare sostenibile. Il progetto "*Cibo, Comunità, Salute*" desidera rispondere nello specifico a diversi micro-obiettivi dello stesso goal. Certamente in relazione all'obiettivo 3 -

<sup>65</sup>[www.sustainabledevelopment.un.org/sdg2](http://www.sustainabledevelopment.un.org/sdg2)

*Good Health and Well-being*, già in precedenza analizzato, una delle finalità del progetto è quella di agire sul concetto di 'malnutrizione', sebbene nell'obiettivo 2.2 si faccia riferimento a una malnutrizione per difetto (denutrizione) e per eccesso (obesità), in particolare in età infantile e nei soggetti più vulnerabili. Tuttavia, il termine 'malnutrizione', significa letteralmente nutrizione malsana, dunque la sua definizione dovrebbe inglobare tutti le declinazioni di un'alimentazione che danneggia. Un esempio può essere una dieta basata su prodotti di derivazione industriale, (dunque anche frutta e verdura) in cui la rilevante concentrazione di contaminanti chimici, la carenza di nutrienti, l'elevato apporto calorico, rappresentano fattori estremamente impattanti per l'organismo umano<sup>66</sup>. Dunque il progetto "*Cibo, Comunità, Salute*" mira ad agire su questo tipo di nutrizione dannosa, che ben si lega al concetto di malnutrizione per eccesso, attraverso una produzione alimentare sostenibile e attraverso la varietà alimentare, dunque rispondendo allo stesso modo all'obiettivo 2.3 - *Raddoppiare la produttività agricola e i redditi dei piccoli produttori alimentari e all'obiettivo 2.5 - Mantenere la diversità genetica*. Attualmente gli investimenti pubblici nell'agricoltura stanno subendo una riduzione a livello mondiale (United Nations, 2015). Perciò i piccoli produttori alimentari a cui è associata una produzione sostenibile, necessitano più di prima di sostegno, in termini di politiche locali e internazionali, infrastrutture, e tecnologie. Agire sui micro-territori e incentivare mercati eco-solidali, un consumo e una produzione responsabile con politiche a favore di piccoli agricoltori e di imprese familiari di dimensioni ridotte, si delinea come ottima soluzione per far fronte alle grandi produzioni industriali che minacciano la salute umana e del pianeta. Una direzione vincente per risollevare e tutelare le

---

<sup>66</sup> Proprio all'interno della sua campagna Cibo e Salute, Slow Food affronta il concetto di malnutrizione per carenza di nutrienti come una delle tre principali forme di malnutrizione. Per maggiori informazioni, consultare la pagina: [www.slowfood.it/cosa-facciamo/cibo-salute/](http://www.slowfood.it/cosa-facciamo/cibo-salute/)

piccole economie locali, per produrre cibo sano, pulito, ricco di nutrienti, per incentivare una nutrizione che non danneggia, ma sostiene.

Il progetto "*Cibo, Comunità, Salute*" ambisce proprio a sostenere questo tipo di economie per il raggiungimento di una forma di benessere comunitario che parte dalla produzione alimentare per toccare la salute, la qualità della vita, la tutela del territorio e molto altro ancora. In questo, fondamentale è anche l'adempimento dell'obiettivo 2.5 - "*Mantenere la diversità genetica di semi, piante e animali, sia coltivati/allevati che di origine selvatica e ancora, sostenere le conoscenze tradizionali*" che nella loro diversità perpetuano coltura e cura della natura. L'obiettivo fa riferimento in particolare alla generazione di banche di semi, di estrema importanza per la protezione di sementi antiche, oggi minacciate dalle imperanti sementi geneticamente modificate (Shiva, 2002).

Tuttavia le banche dei semi devono comunque essere sostenute da una consapevolezza generale sull'importanza di preservare la biodiversità, una consapevolezza che dovrebbe essere propria di produttori e consumatori, che con la loro produzione o il loro consumo possono scegliere di incrementare la forza delle grandi industrie agro-alimentari o quella dei piccoli agricoltori sostenibili.

## **5.5 Interconnessioni tra i 4 goals del progetto "*Cibo, Comunità, Salute*"**

Già all'interno dell'analisi effettuata per ogni Obiettivo di Sviluppo Sostenibile a cui il progetto "*Cibo, Comunità, Salute*" intende rispondere è stato possibile notare la presenza di numerose interconnessioni tra gli indicatori in cui i Goals 2, 3, 11 e 12 si sviluppano. Per maggiore completezza, è stato creato un sistema grafico (Fig. 95) in cui sono stati considerati tutti gli indicatori di tali Obiettivi e le loro molteplici relazioni. In realtà, tale considerazione vale per tutti i 17 Obiettivi di Sviluppo Sostenibile e non solo in relazione al progetto "*Cibo, Comunità, Salute*", sebbene appaiano più un elenco di tra-

guardi raggiungibili, che un sistema complesso in cui il concetto di Sviluppo Sostenibile si identifica. Nello specifico non esiste benessere, buona salute e corretta nutrizione senza una produzione e un consumo responsabile che possano rendere a loro volta sostenibili città e comunità. Rischi sanitari e malattie croniche non trasmissibili non possono essere ridotte senza una riduzione della malnutrizione, che a sua volta non può essere ridotta senza una produzione alimentare sostenibile, senza una gestione ecologica delle sostanze chimiche, senza informazione e consapevolezza e senza efficienti connessioni tra aree urbane e rurali.

Dunque nessun Obiettivo Sostenibile può in realtà essere raggiunto senza un parziale conseguimento degli altri Obiettivi a cui esso è maggiormente connesso. È per questo necessario un agire sempre più sistemico, che consideri il dialogo tra più discipline e la cooperazione tra gli attori in gioco.

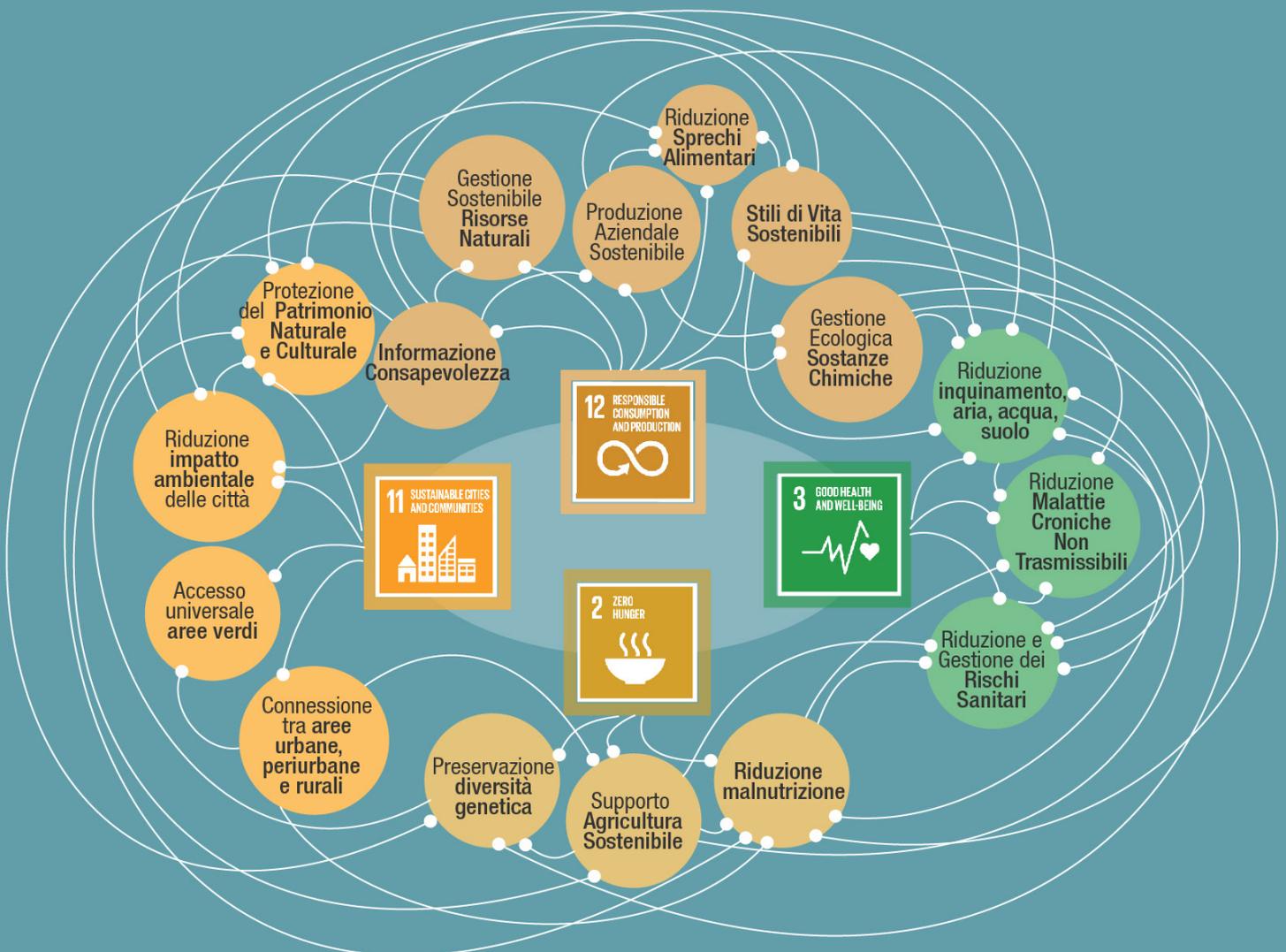


Fig. 95 - Relazioni tra gli indicatori degli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile 2030 che più rispondono alle sfide globali sui temi del cibo e della salute: Goal 2 – Zero Hunger, del Goal 3 – Good Health and Well-Being, del Goal 11 – Sustainable Cities and Communities e del Goal 12 – Responsible Consumption and Production.



## *CAPITOLO 6*

---



## *RISULTATI RAGGIUNTI*



# CAPITOLO 6

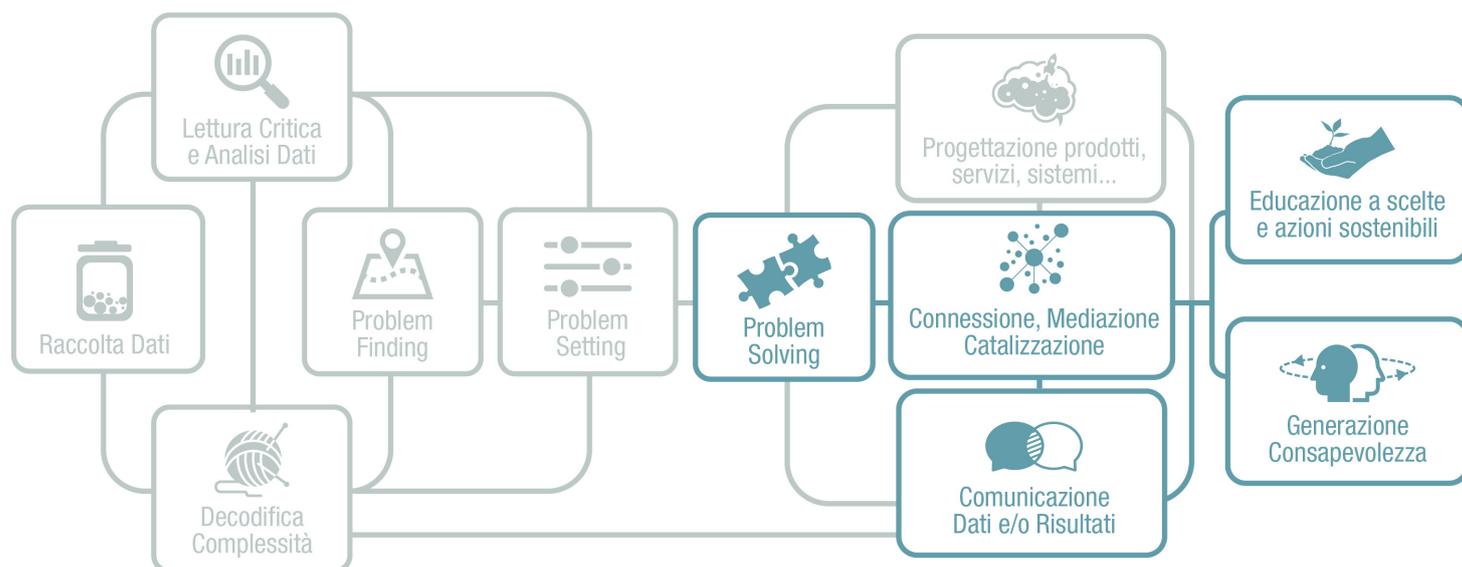
## RISULTATI RAGGIUNTI

All'interno di questo capitolo conclusivo, il design svolge principalmente un ruolo di connessione e mediazione, indagando le nuove relazioni generate tra gli stakeholder coinvolti attraverso il progetto “*Cibo, Comunità, Salute*” e progettando nuove modalità per replicare quest'ultimo in territori differenti.

A tal proposito, nelle pagine seguenti sarà descritto il nuovo territorio coinvolto dal progetto rispetto alle aree di partenza e le connessioni innescate tra nuovi attori territoriali sempre appartenenti alla sfera agroalimentare (sebbene in un differente segmento) attraverso un nuovo workshop multidisciplinare.

L'obiettivo rimane quello di educare a scelte e azioni sostenibili, oltre che a comportamenti virtuosi, attraverso più elevati livelli di consapevolezza alimentare ed ecologica, appro-

dando in nuovi territori e tentando di minimizzare i limiti applicativi della ricerca.



## 6.1 RISULTATI RAGGIUNTI: LE NUOVE RELAZIONI TRA GLI STAKEHOLDER

Nel mese di Ottobre 2020, a seguito del lancio del progetto '*Cibo, Comunità, Salute*' sui canali di *ChieriWebTv* e *Picchioverde*, è stato possibile monitorare le nuove relazioni innescate tra gli stakeholder. L'indotta e mediata interazione tra tali attori, afferenti a settori diversi, ha facilitato il dialogo, mitigato ostacoli comunicativi, mediato background differenti, facilitato la condivisione di un obiettivo e una visione comune. Il livello di soddisfazione espresso dai professionisti coinvolti ha dato vita a nuove forme autogestite di relazioni territoriali, esterne al progetto, le quali hanno conseguenzialmente prodotto una situazione di fermento nel tessuto sociale locale. Professionisti sanitari e agroalimentari hanno dimostrato maggiore predisposizione a nuove forme di collaborazione, ma soprattutto minore diffidenza verso ambiti disciplinari diversi da quelli di appartenenza e volontà di superare ostacoli concettuali spesso propri di scenari caratterizzati da linguaggi e metodologie differenti. Allo stesso tempo, i cittadini interlocutori del progetto hanno dimostrato interesse e partecipazione crescente e predisposizione a modificare scelte d'acquisto e abitudini alimentari ad alto impatto.

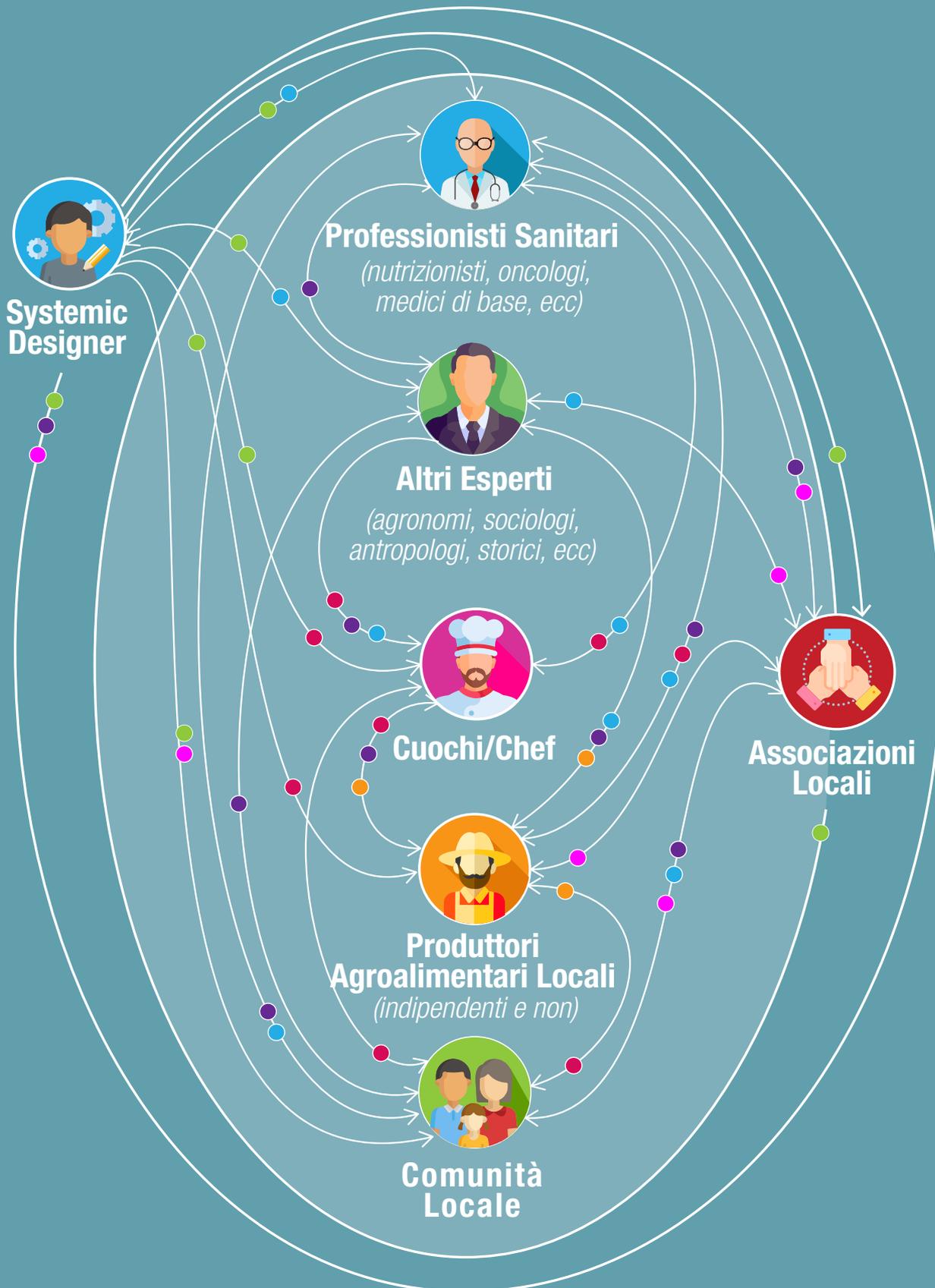
Tali riscontri, raccolti attraverso nuove interviste e dialoghi diretti, hanno permesso di svolgere un'ulteriore analisi delle nuove relazioni innescate tra gli stakeholder (Fig. 96). Innanzitutto, è possibile affermare che dopo solo 5 mesi dal lancio concreto del progetto, le relazioni precedentemente definite critiche e/o frammentarie sono state rafforzate, le relazioni buone sono state maggiormente consolidate e le relazioni assenti sono state innescate. Sono queste ultime, in particolar modo quelle tra medici e produttori, le relazioni che necessitano di maggiore cura e nutrimento nel tempo.

Per facilità, all'interno di questo nuovo processo di analisi qualitativa, le relazioni tra singoli attori locali sono state contrassegnate da specifiche attività, fortemente interdipendenti, connesse ai settori di riferimento degli attori in gioco (progettazione, connessione e mediazione, produzione e trasformazione alimentare, aggregazione, condivisione, azione, guida e consiglio, acquisto, ricezione e consumo, informazione e divulgazione).

La relazione maggiormente rafforzata è stata senza dubbio quella tra cittadini e produttori locali agro-alimentari virtuosi. Il progetto ne ha infatti permesso una più ampia conoscenza sul territorio, generando maggiore interesse da parte dei cittadini a connettersi con le loro realtà agricole produttive, più consapevoli ora dei luoghi in cui rintracciare cibo sano, locale e identitario. A seguito di tale progetto virtuale, si stima una riconversione reale attraverso una piattaforma di riferimento per gli stakeholder coinvolti e per quelli che ne vorranno prender parte in futuro.

Come descritto, è infatti in fase di sviluppo una piattaforma multifunzionale di acquisto alimentare, consultazione medica, scambio, informazione e divulgazione, che perpetui nel tempo la relazione tra cittadini, produttori organici, medici virtuosi, cuochi e associazioni di promozione sociale e ambientale. Tale piattaforma intende essere un punto di riferimento futuro per tutti i cittadini sani, ma anche per quelli malati, i quali necessitano di supporto nel loro processo di guarigione o di convivenza con la malattia. Attraverso la piattaforma, le figure sanitarie coinvolte potranno elaborare menù sani, sostenibili e adatti a determinate patologie, segnalare prodotti alimentari e processi dannosi o, al contrario, cibi e processi con proprietà particolarmente benefiche, diffondere suggerimenti su metodi di cottura maggiormente salutari, divulgare articoli e accettare la prenotazione di visite, controlli e consultazioni mediche.

Fig. 96 Le nuove relazioni tra gli stakeholder locali



## LEGENDA

- Design, connessione e mediazione
- Aggregazione, condivisione e azione
- Acquisto, consumo e ricezione
- Produzione e trasformazione
- Guida e consiglio
- Informazione e divulgazione

I produttori agroalimentari locali potranno vendere i loro prodotti stagionali, a patto che siano stati generati con metodi naturali, pubblicare lo scenario di alimenti in arrivo nelle settimane successive, distribuire kit di prodotti per specifiche esigenze, ricette, occasioni e infine, consegnare a domicilio, nella sede della piattaforma e in specifici punti di ritiro disseminati sul territorio. In questo modo, cuochi e chef aderenti potranno consultare i prodotti alimentari offerti dalla piattaforma, elaborare e divulgare ricette salutari stagionali e progettare un ricettario progressivo sempre accessibile all'utente. Per concludere, attraverso le organizzazioni di promozione sociale e ambientale sarà possibile organizzare eventi, workshop e corsi di cucina, autoproduzione e permacoltura, coinvolgendo anche scuole e università.

Il progetto presume l'individuazione e lo studio di una serie di spazi fisici in cui gli attori possono svolgere il proprio ruolo, ma anche di una realtà virtuale dove possano perpetuare il tipo di relazione e scambio istaurato, senza limiti spazio-temporali.

Questa prospettiva futura può essere considerata la prosecuzione del progetto "*Cibo, Comunità, Salute*". Le difficoltà prodotte dalla pandemia da Covid-19 rappresentano certamente un rallentamento, così come è accaduto nelle attività svolte all'interno di questo percorso di ricerca, tuttavia le ambizioni di questa Tesi di Dottorato ben si adeguano allo scenario contemporaneo, rappresentando una possibilità di supporto per gli stakeholder e la comunità coinvolta.

## 6.2 LIMITI APPLICATIVI

Se da un lato i risultati raggiunti appaiono ottimali, dall'altro non sono assenti i limiti applicativi della ricerca. Tra questi è possibile citare certamente la riduzione delle occasioni di incontro diretto, a causa della pandemia da Covid-19, dunque il rallentamento della riproducibilità delle connessioni createsi e una predilezione a relazione di tipo virtuale a cui i canali attualmente sperimentati si prestano tuttavia moltissimo. Infine, a causa della stessa crisi sanitaria, un limite transitorio è il focus serrato sul contenimento del Covid-19 da parte dei professionisti sanitari, i quali per ovvie ragioni hanno scelto di dedicare minor tempo al progetto rispetto a quello dichiarato in partenza.

Come designer, rispondere a un problema così vasto e di grande rilevanza, significa affrontare una sfida molto importante. Certamente, la questione dei costi sanitari legati a un sistema alimentare fallimentare (costituito da pratiche produttive ad alto impatto e ampia disinformazione) è una domanda comune alla maggior parte dei Paesi del mondo, anche se manifestata in forme diverse. Per questo è necessario agire dalla micro alla macro scala (Bistagnino, 2016), partendo da un dato territorio, al fine di sviluppare un modello progettuale flessibile e sostenibile, da replicare con gli opportuni riadattamenti in altri territori. Affrontare un progetto che coinvolge il settore sanitario e agroalimentare, pone senza dubbio il progettista sistemico davanti a diverse difficoltà, soprattutto quando agisce al di fuori del mondo accademico per mettere in pratica i risultati della ricerca.

Il primo passo da compiere è, per ovvie ragioni, una chiara comunicazione del proprio ruolo e della propria professione, in modo che possa essere compreso da altri professionisti quali medici, biologi, periti agrari, produttori alimentari, istituzioni sanitarie e agroalimentari e gli utenti finali. L'accettazione e il superamento della diffidenza rappresenta una fase essenziale.

Nella maggior parte dei casi, la scarsa conoscenza dell'evoluzione che le discipline progettuali hanno vissuto negli ultimi decenni, condurrebbe altre professioni a chiedersi perché affidarsi ad una figura professionale le cui competenze sono così distanti dal settore in cui si trova ad agire.

La comprensione reciproca di ciascuna competenza nelle collaborazioni multidisciplinari tra designer e ricercatori è infatti un elemento cruciale (Dawson, 2009). L'acquisizione della fiducia da parte di tutte le parti diventa dunque la base di un progetto sistemico di successo in cui sono previsti confronto disciplinare, condivisione di informazioni e nozioni di settore, contributi concreti di tutte le parti coinvolte. Questo risulta ancor più rilevante se riferito all'utente finale, soprattutto se l'obiettivo del progetto è la modifica di una radicata mentalità errata e la generazione di un più elevato livello di consapevolezza.

Un'altra ampia difficoltà è stato il monitoraggio dei risultati ottenuti. Rittel e Webber (Rittel e Webber, 1973) suggeriscono che i problemi complessi, definiti *wicked problems*, non possono essere trattati con un approccio convenzionale e il caso dei costi sanitari legati a un sistema alimentare produttivo ad alto impatto, ne è un esempio tangibile. Essendo un argomento multidisciplinare, infatti, possiede in tutti i suoi aspetti le caratteristiche di un *wicked problem*. Anche se, come emerge dalla letteratura scientifica, esiste una formulazione precisa del fenomeno, è estremamente difficile tracciare limiti rigidi poiché questi sarebbero soggetti a continui cambiamenti e ridefinizioni. Per lo stesso motivo, non è possibile definire con certezza come il designer debba agire con precisione per contenere il problema in una data area geografica o territorio. Inoltre, rappresentando uno scenario i cui sviluppi saranno visibili solo nel lungo periodo (quindi prevedibili solo entro i limiti), non esiste un

ventaglio di soluzioni precise e una prova immediata dell'efficacia delle direzioni intraprese (Jones, 2014).

Come testimoniano alcuni dei casi studio analizzati nei capitoli precedenti, perché un progetto alimentare-sanitario possa prendere piede all'interno di un territorio più o meno esteso, è necessaria una fascia temporale molto ampia che consideri anche il tempo indispensabile alla transizione che precede il cambiamento. Questo processo lento, non è solo tipico delle grandi innovazioni, ma caratterizza anche i progetti che coinvolgono le relazioni umane e quelle professionali.

Inoltre, è bene ammettere che il coinvolgimento del piano politico-amministrativo, purtroppo assente all'interno del progetto "*Cibo, Comunità, Salute*", avrebbe senza dubbio potuto agevolare uno sviluppo più concreto, conducendo al suo interno non solo singoli professionisti, ma anche enti locali già fortemente radicati sul territorio, ben predisposti ai valori del progetto, come insegna il caso studio canadese "*Nourish: the Future of Food in Healthcare*" (descritto da pagina 107. Tuttavia, tale ampliamento non è escluso a conclusione di questo percorso di Dottorato, in quanto le Amministrazioni Locali dei 40 comuni coinvolti a conoscenza dell'iniziativa, si sono dimostrate inclini alle prospettive future appena descritte.

## 6.3 REPLICABILITÀ IN ALTRI TERRITORI

Per il suo elevato livello di flessibilità, il progetto *'Cibo, Comunità, Salute'* rappresenta un modello replicabile in altri territori, a patto che in essi o in loro prossimità sia la presenza di un contesto agroalimentare sufficientemente sviluppato, all'interno del quale è possibile rintracciare un sistema di produttori agroalimentari virtuosi. Gli attori coinvolgibili sarebbero infatti i medesimi del progetto presentato in questa tesi: produttori agro-alimentari, trasformatori, cuochi, professionisti sanitari, medici, designer e ovviamente cittadini.

Tuttavia ogni territorio presenta le sue peculiarità ambientali, sociali e culturali, pertanto nella replicabilità del modello, gli stakeholder coinvolti dovranno necessariamente considerare le varietà e le tipicità alimentari locali, le conseguenti abitudini alimentari e i rituali quotidiani a esse connessi, i conseguenti problemi e i disturbi sanitari. Si ricordi come infatti la diffusione di diverse patologie vari a seconda dei territori e dei consumi alimentari locali (Global Burden of Disease, 2019).

Per ogni territorio cambierà dunque l'offerta agroalimentare, i modelli di consumo e produzione, la consulenza medica, l'attitudine a determinate diete piuttosto che altre e persino la percezione del design come strumento che possa agire su tali temi.

È chiaro che la riproducibilità del progetto *'Cibo, Comunità e Salute'* in contesti geografici estremamente differenti richiederebbe un grado di flessibilità maggiore. Basti pensare come nel panorama internazionale le questioni legate al cibo e alla salute spazino da contesti di malnutrizione per difetto e mancato accesso al cibo, a contesti di malnutrizione per eccesso, dove il cibo consumato è eccessivo, altamente processato e insalubre.

Tuttavia, in tutti i casi, il dialogo mediato tra produttori agroalimentari virtuosi e professionisti sanitari non può che condurre a modelli di consumo e produzione più sostenibili, se gli stakeholder coinvolti sono caratterizzati da etica, responsabilità ambientale e sociale, onestà.

Infine, è necessario considerare gli strumenti di comunicazione adottati sul territorio e il grado di alfabetizzazione digitale della comunità coinvolta. Per esempio, attraverso la pandemia da Covid-19 è stato possibile notare come:

- non tutti gli individui possiedono dispositivi tecnologici indispensabili per l'accesso a informazioni e contenuti di vario genere o intrattenere delle relazioni virtuali;
- non tutti gli individui, in particolare le fasce più adulte, possiedono un'alfabetizzazione digitale adeguata e una predisposizione alle tecnologie.

Tali aspetti potrebbero non riguardare unicamente gli utenti del progetto, ma gli stessi stakeholder coinvolti. Proprio per questo tali variabili potrebbero rappresentare il fallimento parziale del progetto, nella sua natura virtuale. In numerose aree dell'Italia, come nel mondo, ad esempio, le professioni connesse all'agricoltura sono condotte dalle fasce più adulte o dagli anziani, detentori di antichi saperi e buone pratiche, i quali non hanno la stessa propensione alla tecnologia come i giovani agricoltori coinvolti nel progetto *'Cibo, Comunità, Salute'* all'interno del territorio chierese. In tali contesti, sarebbe auspicabile l'utilizzo di canali diretti e di eventi periodici di incontro e dialogo che possano nutrire l'agire comune degli stakeholder, supportati da servizi e tecnologie che tuttavia non ne sarebbero protagonisti.

Infine, gioca un forte ruolo la percezione che stakeholder, amministratori e comunità locali hanno della professione del design, ancora troppo spesso connessa unicamente alla progettazione del mero prodotto industriale o più in generale, del bello e del funzionale. Le sue capacità di problem finding e problem solving, mediazione e catalizzazione in contesti distanti dalla sua originaria natura disciplinare, sono infatti ancora poco conosciute. Pertanto, laddóve vi sia questa mancata conoscenza del design, sarebbe auspicabile una prima fase descrittiva e una successiva fase di acquisizione di fiducia di tutti gli attori coinvolti finalizzata al superamento di scetticismo e diffidenza.



## REQUISITI

Presenza di un contesto agroalimentare sufficientemente sviluppato.  
Sistema di produttori agroalimentari virtuosi.

## VARIABILI



### OFFERTA AGROALIMENTARE

(varietà e tipicità alimentari locali)



### ABITUDINI ALIMENTARI E RITUALI QUOTIDIANI

(modelli di consumo, attitudine a determinate diete, ecc)



### GRADO DI ALFABETIZZAZIONE DIGITALE

e predisposizione alle tecnologie.



### CONSULENZA MEDICA



### SPECIFICHE PATOLOGIE E DISTURBI SANITARI



### PERCEZIONE DEL DESIGN

come strumento che possa agire su tali temi. Fiducia nella disciplina.

## 6.4 CIBO, COMUNITÀ E SALUTE IN UN NUOVO TERRITORIO

Durante lo svolgimento del progetto 'Cibo, Comunità, Salute' un nuovo territorio e una nuova comunità hanno scelto di riprodurre il modello di network territoriale proposto, all'interno del proprio territorio, ovvero l'area piemontese della Val di Susa. Al suo interno, il *Mulino Valsusa*<sup>67</sup> ha deciso di riunire la comunità del grano e connetterla con il mondo della salute, per la creazione di un sistema sostenibile di relazioni produttive che abbia delle ripercussioni positive sul benessere della Val di Susa e della sua gente. Una volta rinnovati gli accordi tra Politecnico di Torino e l'Associazione CioCheVale è stata pertanto valutata la possibilità di abbandonare temporaneamente l'approccio virtuale e di perseguire una co-progettazione in presenza, data la riduzione cospicua dei contagi da Covid-19 nel periodo estivo e le norme governative meno

stringenti. Pertanto il 30 Agosto 2020, presso il Comune di Bruzolo (Torino, Piemonte, Italia), all'interno degli spazi del Mulino Valsusa, con la preziosa collaborazione di Massimiliano Spigolon e Silvia Calcagno, è stato organizzato un workshop tematico dal titolo "Per una filiera sostenibile del grano: da un approccio lineare a un modello sistemico" (Fig. 97) adottando tutte le dovute precauzioni. L'obiettivo primario dell'evento è stato quello di condurre un team eterogeneo di 32 professionisti a interrogarsi con spirito critico e approccio creativo sulla salubrità e l'impatto delle attuali filiere del grano e sulle responsabilità di ogni attore in esse coinvolto. Hanno preso parte all'evento produttori agroalimentari, dunque principalmente produttori di grani e cereali tradizionali e di varietà antiche, agronomi, moli-

<sup>67</sup>Per maggiori informazioni: [www.mulinovalsusa.it](http://www.mulinovalsusa.it)

### Per una filiera sostenibile del grano: da un approccio lineare a un modello sistemico

#### Luogo

Bruzolo, Val di Susa (TO, Piemonte, ITALIA)

#### Partner

Mulino Valsusa - Associazione CioCheVale

#### Durata

5 Ore

### 32 Partecipanti

10



Produttori  
Alimentari

2



Medici e  
Nutrizionisti

2



Ristoratori  
Pizzaioli

3



Amministratori  
Locali

3



Associazioni e  
Fondazioni

2



Agronomi

6



Panificatori

4



Molini



**POLITECNICO  
DI TORINO**

Dipartimento di  
Architettura e Design



# Per una filiera sostenibile del grano

da un approccio lineare a un modello sistemico

**Workshop**  
**Per Un Futuro Più Buono**  
**1° Edizione**

**30 Agosto 2020**

9.00 - 13.00

Mulino Valsusa

Via Umberto I°, 28  
10050 Bruzolo (TO)

**Per registrarsi:**

Mulino Valsusa  
011 9371086 - 340 2154803  
info@mulinovalsusa.it

Alessandra - Politecnico di Torino  
389-3435866  
alessandra.savina@polito.it

*Perché affrontare il tema delle filiere agro-alimentari sostenibili? Siamo realmente consapevoli dei costi sociali, ambientali ed economici di una filiera del grano ad alto impatto? Che ruolo abbiamo come produttori, trasformatori, distributori, ristoratori e cittadini per la nostra comunità e il nostro territorio?*

*Proviamo a riflettere assieme...*

Fig. 97 - Locandina del workshop "Per una filiera sostenibile del grano: da un approccio lineare a un modello sistemico". Mulino Valsusa (Susa, Torino)

tori, panificatori, pizzaioli, associazioni, amministratori locali e ovviamente, medici e nutrizionisti (Fig. 98). Nello specifico il workshop è stato curato e moderato dalla candidata di questa Tesi di Dottorato. Il ruolo di tale figura è stato quello di guidare alla costruzione consapevole di un modello tradizionale e un modello sistemico di filiera del grano, conducendo a una riflessione partecipata tutti gli attori coinvolti.

Gli obiettivi specifici dell'evento sono stati:

- ottenere una visione olistica dell'intera filiera del grano tradizionale, valutandone le ripercussioni sul piano ambientale, sociale, economico e culturale
- co-progettare un nuovo modello sistemico di filiera del grano sostenibile che tenesse conto di ogni sua singola componente e professionista coinvolto
- portare il concetto di salute a essere priorità essenziale di una filiera produttiva di un bene primario quale il pane, la pasta e i cereali, attraverso la collaborazione con professionisti sanitari
- svolgere il primo passo per la co-creazione di un network territoriale virtuoso e sostenibile attorno alla filiera sistemica del grano locale affinché, da un lato, chi è già protagonista di una produzione alimentare sostenibile, possa portarla avanti con la consapevolezza del vasto contributo che rappresenta per il territorio e per la comunità, dall'altro, chi è invece connesso a modelli produttivi più inclini a sistemi agro-industriali, possa coglierne l'impatto e magari intraprenderne in futuro una riconversione sostenibile.

Nelle filiere agro-alimentari attuali l'acquisizione di una visione globale da parte di tutti gli stakeholder coinvolti risulta essere fondamentale. Tuttavia perché ogni attore coinvolto possa avere una visione di questo tipo, è indispensabile che conosca la realtà

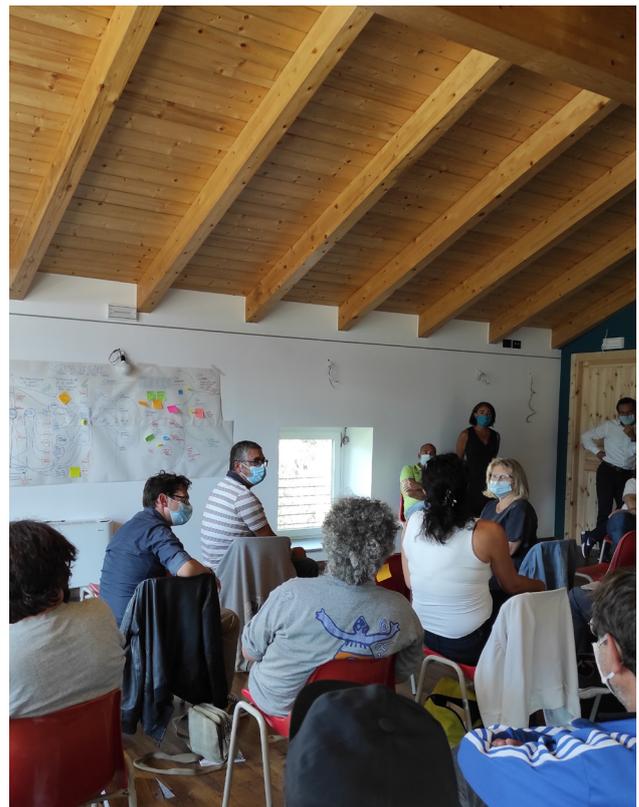


Fig. 98 - Confronto tra alcuni panificatori del workshop. Sullo sfondo la realizzazione grafica della filiera del grano lineare.

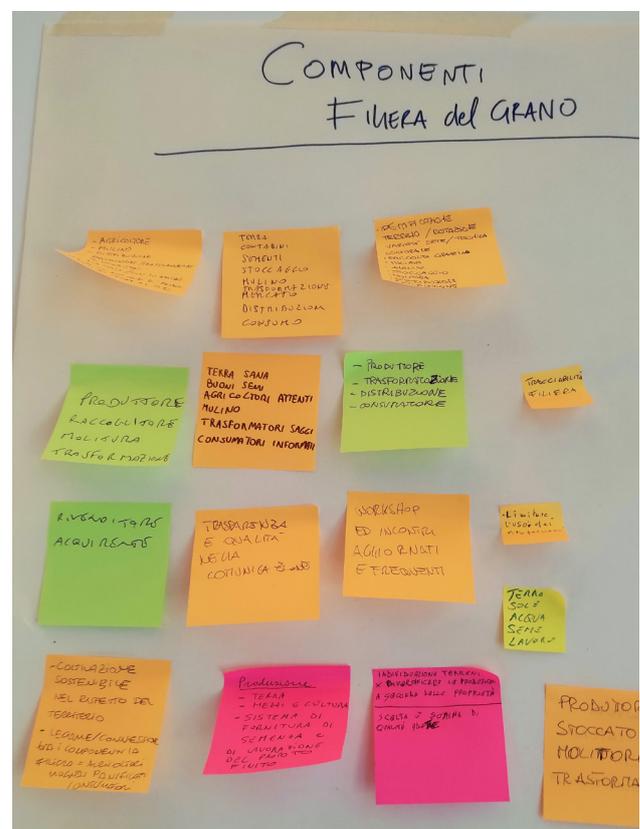


Fig. 99 - Brainstorming sulle componenti di una filiera tradizionale del grano.

che precede e segue le azioni svolte all'interno della propria attività professionale, al contempo interrogandosi sulle criticità e le potenzialità del proprio operato, sulle potenziali ripercussioni e sui possibili fattori di cambiamento.

Per tale ragione il workshop è stato diviso in due sezioni fondamentali:

- 1° SEZIONE - Costruzione della filiera del grano ad alto impatto e valutazione dei costi sociali, sanitari, ambientali, economici e culturali.
- 2° SEZIONE - Co-progettazione di un modello sistemico di filiera del grano sostenibile e valutazione dei benefici ottenibili in termini di sostenibilità e salute.

La prima fase è stata preceduta da un brainstorming sulle principali componenti della tradizionale filiera del grano (Fig. 99). Tale fase, apparentemente banale, è risultata indispensabile per identificare quali sarebbero state le componenti che avrebbero composto il sistema produttivo preso in analisi. In questa fase, a eccezione delle classiche componenti di produzione agricola, molitura, panificazione, distribuzione e consumo (a cui fanno riferimento specifici professionisti), sono emerse altre componenti come le varietà delle sementi utilizzate e le tecniche colturali, ma soprattutto altri elementi intangibili e trasversali, reputati tuttavia di grande importanza per la creazione di una filiera di qualità. Tra questi elementi è possibile citare la tracciabilità, la trasparenza e la qualità della comunicazione, gli aggiornamenti frequenti (non solo settoriali) e infine, la consapevolezza.

## LA COSTRUZIONE DELLA FILIERA DEL GRANO AD ALTO IMPATTO

A seguito di tale brainstorming, attraverso l'utilizzo di un grande foglio orizzontale è stato immaginato lo spazio fisico in cui ricostruire in maniera consapevole un modello di filiera del grano ad alto impatto. In questo spazio immaginario sono stati tracciati i limiti del territorio internazionale, nazionale e locale, all'interno del quale tale filiera si sviluppa. Infine, per semplicità, all'interno del territorio locale, sono state create quattro aree di lavoro in cui ogni stakeholder potesse identificarsi. Tali aree sono: la produzione agricola sul campo, la trasformazione di 1° grado dei grani all'interno dei mulini, la trasformazione di 2° grado che coincide con le attività di panificazione e pastificazione e infine, la distribuzione (Fig. 100).

È possibile notare come la maggior parte degli input della prima fase, ovvero quella di produzione agricola sul campo derivino dal territorio europeo ed extraeuropeo. Si tratta infatti di input di derivazione chimica (es. pesticidi, fitofarmaci, ecc) provenienti da multinazionali agroindustriali, chimico-farmaceutiche ecc. Tuttavia nel panorama internazionale e nazionale troviamo anche la presenza di monoculture intensive per la produzione di grani che saranno poi miscelati ai grani locali, prima della trasformazione di primo grado, ovvero quella della molitura.

All'interno della molitura tali miscele sono utilizzate prevalentemente per la produzione di farine raffinate (es. tipo 00). Tra gli scarti di tale attività troviamo grani spezzati, crusca e cruschetto e polveri organiche, i quali non vengono valorizzati in altre attività. Molto spesso per la produzione di farine integrali, si ricorre a processi di ricostruzione, con la miscela di farine raffinate e il cruschetto, scarto precedentemente citato.

# SISTEMA LINEARE | La filiera del grano ad alto impatto

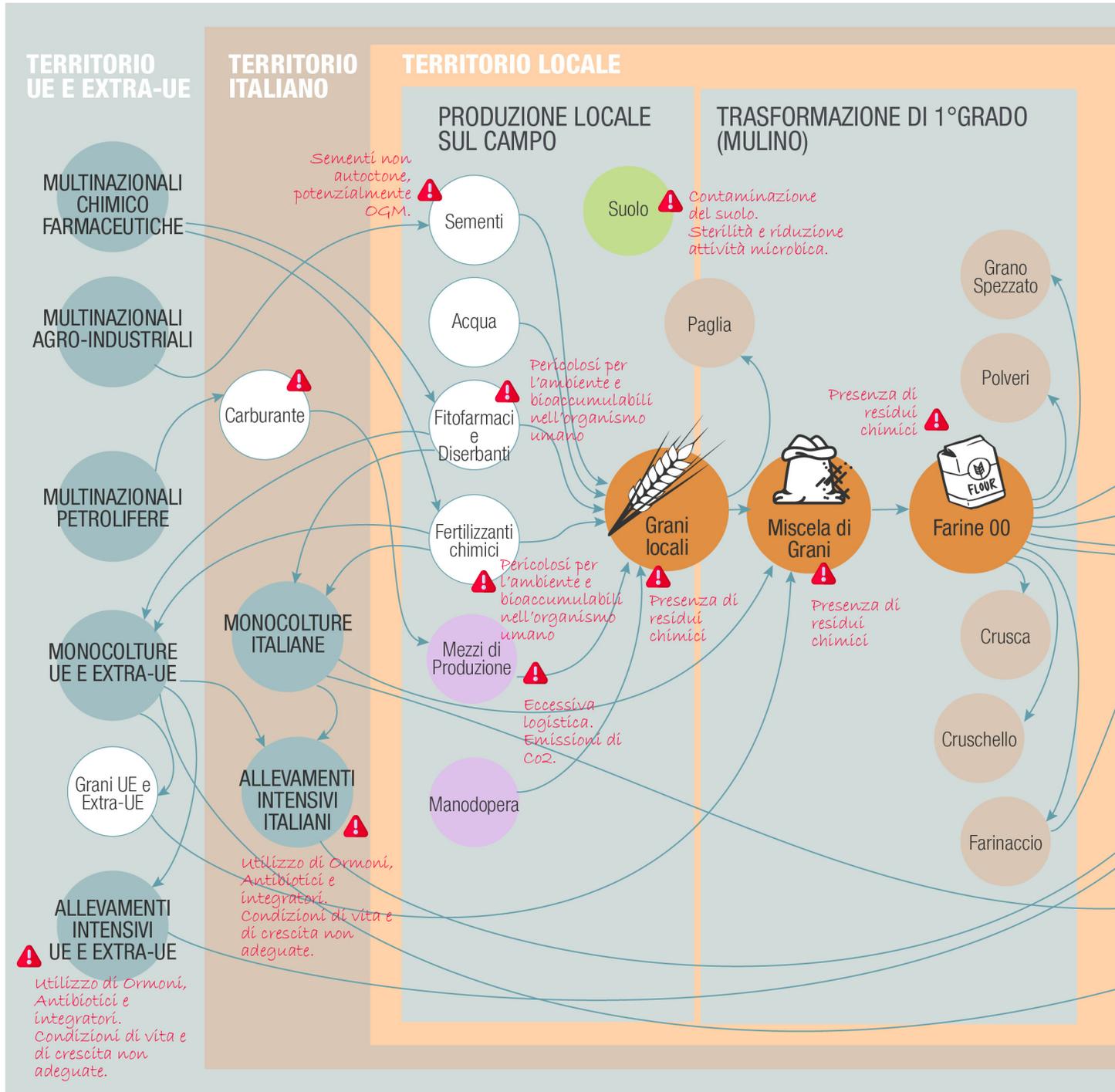
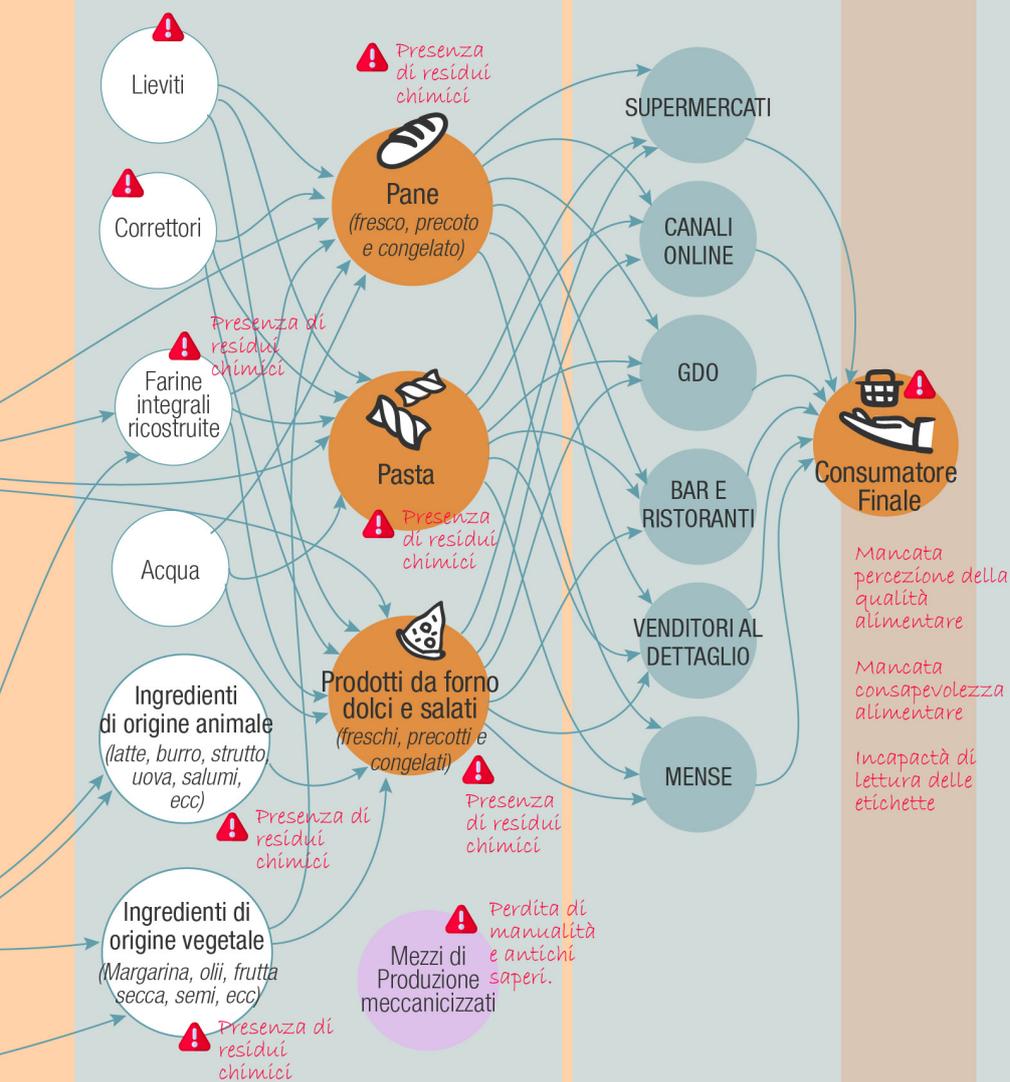


Fig. 100 - Graficizzazione di un modello di filiera del grano ad alto impatto (filiera lineare) realizzato all'interno del workshop "Per una Filiera Sostenibile del Grano: da un approccio lineare a un sistemico". In rosso, le criticità e i costi sociali, sanitari, ambientali, economici e culturali.

## TRASFORMAZIONE DI 2° GRADO (PANIFICAZIONE E PASTIFICAZIONE)

## DISTRIBUZIONE



## COSTI SOCIALI ⚠

Impatto sulla salute delle generazioni future. Sviluppo di Malattie Croniche non Trasmissibili. Riduzione dell'attività microbica intestinale. Celiachia. Rischi chimici. Malattie degli agricoltori.

## COSTI AMBIENTALI ⚠

Perdita della biodiversità. Depauperamento suolo. Inquinamento della falda acquifera, della terra e del cibo stesso. Eccessivo trasporto delle merci e conseguente emissioni di CO2. Produzione basata sull'utilizzo di combustibili fossili.

## COSTI CULTURALI ⚠

Perdita di antichi saperi e tradizioni. Affievolimento della cultura e dell'identità locale. Perdita della cultura alimentare connessa al cibo. Formazione di una nuova cultura basata sulla quantità e non sulla qualità.

## COSTI ECONOMICI ⚠

Costi sanitari. Dipendenza dalle multinazionali chimiche e agroindustriali. Impatto sulle micro-economie e sui piccoli produttori locali. Scarsi profitti per i produttori locali.

Tali farine non presentano le stesse proprietà organolettiche e nutritive delle farine integrali tradizionali. Farine integrali ricostruite e farine raffinate sono poi destinate alla trasformazione di secondo grado, ovvero alle fasi di pastificazione e panificazione, all'interno delle quali si individuano altri input di derivazione chimica come lieviti, stabilizzatori, correttori, alcool e ingredienti di origine vegetale e animale provenienti da altre monoculture e allevamenti intensivi presenti sul territorio nazionale e internazionale. Da qui, attraverso mezzi di produzione meccanici prenderanno vita i diversi prodotti da forno dolci e salati, pasta e pane, destinati alle tavole dei consumatori. Tra i maggiori canali distributivi vi saranno non solo la Grande Distribuzione Organizzata, ma anche venditori al dettaglio, attività di ristorazione e differenti canali online, dimostratisi molto utili durante la pandemia da Covid-19.

A primo impatto esso appare un sistema logico e lineare, tuttavia è stato richiesto ai partecipanti di interrogarsi sui possibili costi sociali, ambientali, economici e culturali di tale filiera, individuando e segnalando attraverso dei post-it quali fossero le varie criticità di specifiche fasi o componenti, partendo da un'analisi degli step iniziali.

Senza dubbio, la prima criticità emergente è stata l'introduzione di elementi ambientalmente e socialmente ad alto impatto all'interno della filiera, tra i quali è possibile citare pesticidi e fitofarmaci. Essi sono tra i responsabili del depauperamento del suolo, della riduzione della sua attività microbica e della perdita di biodiversità, infine inquinano la falda acquifera e si disperdono sul territorio. Inoltre, la presenza di tali sostanze perdura in tutta la filiera permeando ogni prodotto e sottoprodotto, non escludendo gli scarti. Tracce di tali input chimici saranno perciò rilevabili all'interno delle farine e dei loro output e in tutti i prodotti alimentari che andranno a essere distribuiti all'interno e

all'esterno del territorio.

Attraverso il punto di vista dei medici coinvolti è stato possibile definire tali input chimici un vero e proprio rischio chimico. Agendo come perturbatori endocrini, anche in questa situazione sono stati definiti tra i responsabili dello sviluppo di Malattie Croniche non Trasmissibili nei consumatori e nei produttori, sino a impattare sulla salute delle generazioni future. Tale ripercussione di tipo sociale è risultata solo marginalmente percepita dagli attori coinvolti nel workshop, i quali attraverso il contributo dei professionisti sanitari presenti hanno acquisito una visione più ampia e consapevole degli impatti di una filiera del grano non sostenibile.

Ulteriore impatto sulla salute dei consumatori è poi rappresentato dalla produzione e l'abuso di farine raffinate, le quali, carenti di nutrienti essenziali, riducono l'attività microbica intestinale e possono essere responsabili di celiachia.

Il coinvolgimento eccessivo del territorio internazionale, i processi di miscela con i grani europei ed extraeuropei, l'utilizzo di processi di coltura meccanizzati, una produzione basata sull'utilizzo di combustibili fossili, rappresentano altre componenti dell'ampio impatto ambientale in precedenza descritto. Tali costi ambientali intersecano in realtà anche dei costi di natura economica: molti produttori coinvolti nell'evento hanno infatti denunciato una forte dipendenza dalle multinazionali chimiche e agroindustriali con conseguenti profitti locali ridotti. Si tratta dunque di un forte impatto sulle micro-economie territoriali che ha delle ricadute a cascata anche su altre filiere agroalimentari locali. Infine, dal punto di vista culturale, l'utilizzo di sementi brevettate e quello di processi meccanici sia nella fase di produzione agricola che in quella di panificazione e pastificazione sta contribuendo progressivamente alla perdita di antichi saperi e tradizioni, svantaggiando i piccoli laboratori artigiani, affievolendo la cultura alimentare locale connessa al cibo, e più in genere, innescando la formazione di una nuova cultura basata sulla quantità.

## LA CO-PROGETTAZIONE DI UN MODELLO SISTEMICO DI FILIERA DEL GRANO SOSTENIBILE

Nella seconda parte del workshop è stato chiesto ai partecipanti di impegnarsi nella co-progettazione di una nuova filiera del grano più giusta, più sana, più sostenibile, utilizzando le personali esperienze nel settore e la maggiore consapevolezza acquisita durante la precedente fase di costruzione di un modello di filiera ad alto impatto. Anche questa volta, per semplicità, è stato utilizzato un grande foglio orizzontale all'interno del quale sono stati tracciati nuovamente i limiti del territorio locale, nazionale e internazionale e le differenti fasi produttive proprie di una filiera del grano. Nella creazione del modello sistemico, la fase di produzione agricola prevede l'utilizzo di sementi locali autoprodotte e il solo coinvolgimento di realtà locali di piccola-media dimensione: non solo aziende agricole, ma anche piccoli allevamenti estensivi utili per la produzione di letame e concime naturale, tra l'altro non necessario se adottata una buona rotazione colturale. Nel panorama nazionale, si è stimata un'unica relazione con produttori di micorrize, generalmente presenti in Valle d'Aosta. I mezzi di produzione e la manodopera sono gestiti attraverso processi di scambio e condivisione, i quali consentono l'abbattimento dei costi elevati, usualmente richiesti a ogni singolo produttore, e il coinvolgimento della comunità locale. Si stima poi di adottare tecniche culturali atte alla gestione sostenibile del terreno. Tra queste è possibile citare la riduzione della profondità dell'aratura, il diserbo meccanico in sostituzione di quello chimico (dannoso per la salute dell'ambiente e delle persone), la falsa semina e ancora la rotazione colturale che non solo arricchirebbe il suolo, ma consentirebbe anche una produzione agricola più varia. Si è stimato di utilizzare il grano prodotto solo per la produzione di farine di tipo 1, di tipo 2 e di tipo

integrale e di valorizzare, in ottica di economia circolare, tutti gli scarti ottenuti. La paglia e la crusca saranno destinate alle aziende di materiali edile locali, ma anche agli allevamenti, che potrebbero ri-utilizzare anche lo scarto rappresentato dal grano spezzato.

A questo punto le farine prodotte verrebbero utilizzate nei processi locali di panificazione e pastificazione attraverso l'utilizzo di lievito madre autoprodotta, ingredienti di origine animale provenienti dagli allevamenti del luogo, ingredienti stagionali di origine vegetale (noci, castagne, funghi e piccoli frutti), ma soprattutto l'utilizzo di tecniche tradizionali locali, che valorizzerebbero e tramanderebbero gli antichi saperi del luogo. Il complesso di tutti questi fattori darebbe vita a prodotti tipici di elevata qualità e durata. La distribuzione di tali prodotti è stata ipotizzata prevalentemente nel territorio locale, attraverso mercati e canali virtuosi di gruppi d'acquisto, venditori al dettaglio, mense, bar e ristoranti, ma anche attraverso canali online.

A conclusione della co-progettazione del modello sistemico di filiera del grano, è stato possibile notare come, anche solo graficamente, le componenti della nuova filiera fossero più dense all'interno dell'area identificata dal territorio locale, al contrario di ciò che invece era emerso nella costruzione della precedente filiera ad alto impatto, le cui componenti pesavano invece prevalentemente sul territorio internazionale.

A questo punto è stato chiesto ai partecipanti del workshop di interrogarsi sui benefici ottenibili dalla possibile riproduzione reale sul territorio del nuovo modello sostenibile. La prima valutazione è arrivata proprio dai medici coinvolti, i quali hanno rilevato minori rischi chimici, dunque minori rischi sanitari per con-

## MODELLO SISTEMICO | La filiera del grano sostenibile

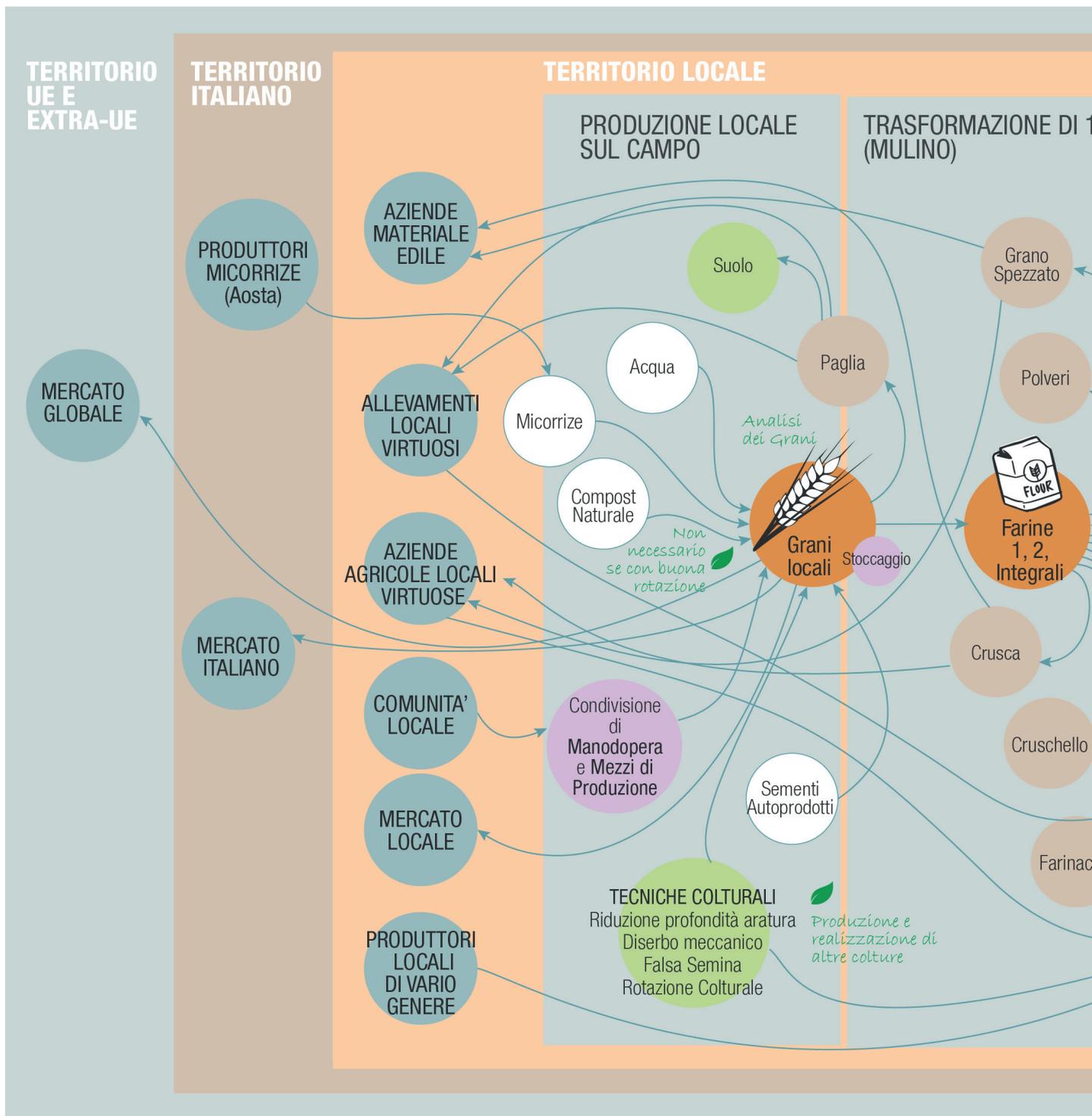
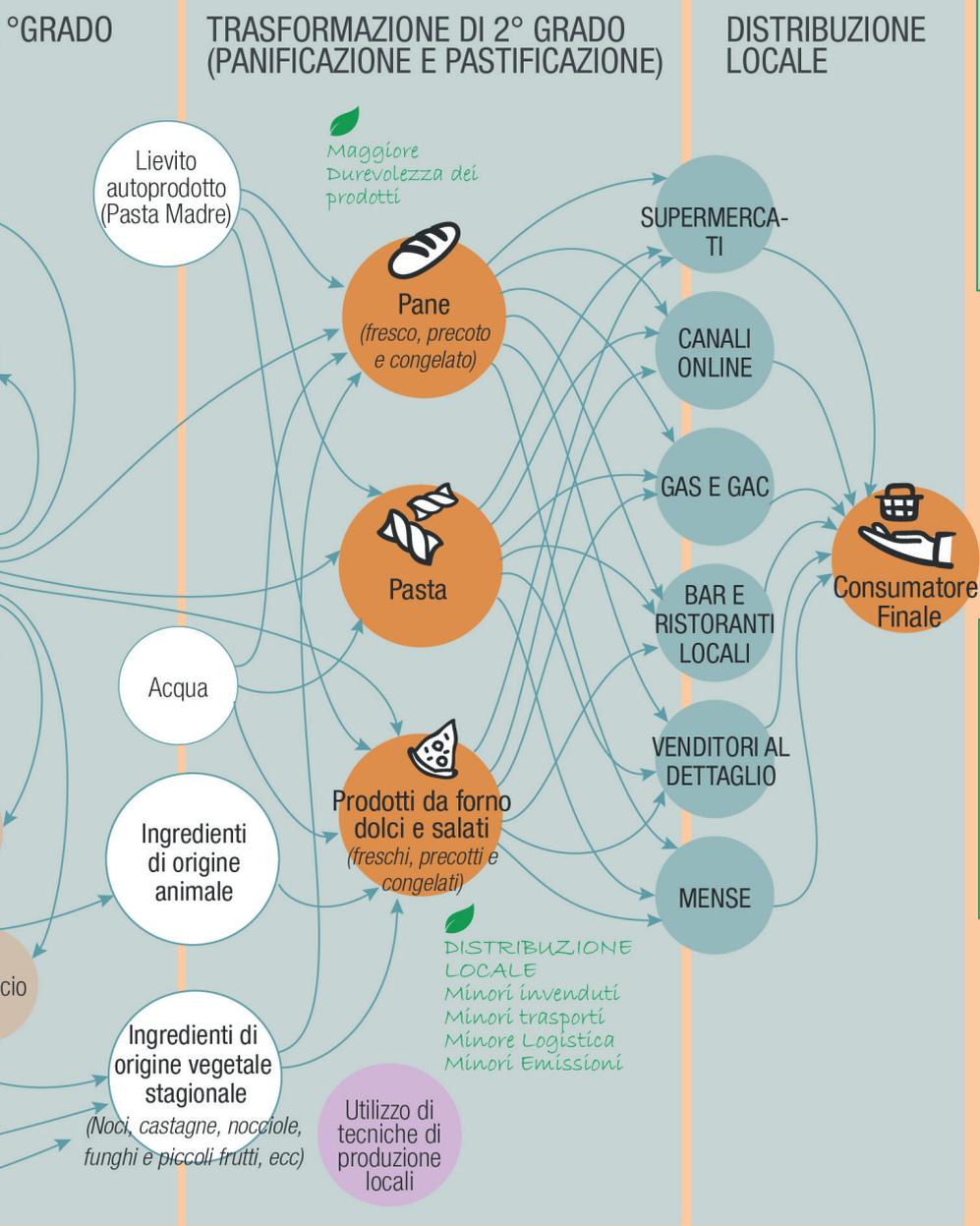


Fig. 101 - Graficizzazione di un modello sostenibile di filiera del grano (filiera sistemica) realizzato all'interno del workshop "Per una Filiera Sostenibile del Grano: da un approccio lineare a un sistemico". In verde, gli aspetti vincenti e i benefici ottenibili.



**BENEFICI SOCIALI**

Minori rischi chimici.  
 Minori rischi sanitari per produttori e consumatori.  
 Minore stress per i produttori.  
 Mantenimento attività microbica intestinale.  
 Aumento nutrienti disponibili all'interno dei prodotti.

**BENEFICI AMBIENTALI**

Mantenimento della biodiversità.  
 Tutela e perpetuazione delle varietà locali.  
 Nutrimento e vitalità suolo.  
 Minore inquinamento della falda acquifera, della terra e del cibo stesso.  
 Recupero e valorizzazione delle terre.  
 Minore emissioni di CO2.

**BENEFICI CULTURALI**

Valorizzazione di antichi saperi e tradizioni.  
 Rafforzamento della cultura e dell'identità locale.  
 Valorizzazione di piatti e ricette locali connesse a prodotti tipici.  
 Stimolo all'autoproduzione.  
 Confronto e relazione all'interno del tessuto sociale locale.

**BENEFICI ECONOMICI**

Minori Costi sanitari  
 Adeguata remunerazione per i produttori locali  
 Aumento dell'occupazione.  
 Abbattimento della dipendenza dalle multinazionali  
 Nutrimento delle micro-economie locali.  
 Produttori padroni e custodi del seme.

sumatori e produttori, minore stress psicofisico per questi ultimi, non più pressati dalle logiche di mercato internazionali, un aumento dei nutrienti disponibili all'interno dei prodotti alimentari e un conseguente buon mantenimento dell'attività microbica intestinale, il cui ruolo è fondamentale per il benessere dell'organismo umano. Proprio l'importanza dell'attività microbica intestinale è stata associata all'importanza dell'attività microbica del terreno, tutelata e favorita da questo modello produttivo più sostenibile che contribuirebbe al suo nutrimento e alla sua vitalità (Fassio, Giovannetti, Capaldo, Nuti & Bruno, 2020). Inoltre, la tutela e la perpetuazione delle antiche varietà locali, contribuirebbero a loro volta alla tutela della biodiversità. La mancata dipendenza dalle grandi multinazionali e la valorizzazione delle attività produttive locali garantirebbe un'adeguata remunerazione dei produttori locali, creerebbe nuovi posti di lavoro, nutrirebbe le micro-economie locali, incentiverebbe il recupero e la

valorizzazione delle terre abbandonate e renderebbe i piccoli produttori del luogo padroni e custodi del seme.

Infine, il ripristino e la tutela delle locali tecniche di produzione artigianale e l'utilizzo di varietà autoctone valorizzerebbe antichi saperi e tradizioni, piatti e ricette locali connesse a prodotti tipici, rafforzando la cultura e dell'identità del territorio. Nel complesso, il nuovo sistema progettato condurrebbe a un confronto dinamico e alla creazione di relazione all'interno del tessuto sociale locale.

A conclusione della co-progettazione del nuovo modello sistemico di filiera del grano (Fig. 101), la maggior parte dei partecipanti ha ammesso di aver acquisito una visione globale dell'intero sistema produttivo, precedentemente assente. Tutti i partecipanti hanno dichiarato di non aver mai partecipato a un evento che ponesse allo stesso tavolo gli attori differenti che costituiscono la loro filiera di appartenenza



Fig. 102 - Alcuni dei partecipanti del workshop svolto all'interno del Mulino ValSusa.

e hanno espresso spontaneamente la necessità di creare un sistema relazionale e professionale, che supportasse la costruzione di un nuovo sistema produttivo territoriale, coinvolgendo anche i professionisti sanitari e gli amministratori locali, indispensabili per creare maggiore consapevolezza circa i rischi subiti attraverso la predilezione di una filiera ad alto impatto e per l'elaborazione di nuove politiche territoriali che agevolassero il cambiamento.

In questo, il Mulino ValSusa ha svolto un ruolo chiave, identificando nel progetto '*Cibo, Comunità, Salute*' e nella disciplina del design una possibilità per creare unione all'interno di una filiera territoriale tipica, apertura verso nuove discipline indispensabili, consapevolezza circa i modelli alimentari ad alto impatto, agire consapevole e benessere comunitario.

Il workshop "*Per una filiera sostenibile del grano: da un approccio lineare a un modello sistemico*" accolto dallo stesso mulino e organizzato attraverso il presente lavoro di ricerca, è stato

un momento indispensabile per tessere le prime relazioni tra gli stakeholder della filiera del pane e per porre le basi per la futura creazione di un network territoriale virtuoso che desidera coinvolgere la sanità e la politica, ma anche altre filiere produttive locali.

A conclusione dell'evento sono difatti stati presi i primi accordi, scambiati e donati prodotti della filiera del grano locale (Fig. 103).

I sistemi costruiti, riprodotti poi in forma grafica com'è possibile notare in queste pagine, sono stati in seguito divulgati ad altri attori del territorio, per favorire una visione sempre più olistica della filiera del grano e cercare nuovi partner per il progetto. Poco dopo l'evento, il nuovo e cospicuo aumento dei contagi da Covid-19 ha nuovamente reso impossibili gli spostamenti e le possibilità d'incontro, generando ancora una volta un periodo di staticità, dopo il quale il progetto di network territoriale sulla filiera del grano nei territori della Val Susa intende prendere piede.

La speranza, la motivazione e la passione degli attori locali già coinvolti rappresenta un nuovo terreno fertile per il progetto '*Cibo, Comunità, Salute*'.



Fig. 103 - Pani alla segale provenienti dalla filiera del grano locale, condivisi durante il workshop in un momento finale di condivisione e accordo per la realizzazione del progetto *Cibo, Comunità, Salute* all'interno del territorio della Val Susa.

## 6.5 LA POSSIBILE COLLABORAZIONE FUTURA CON TERRA MADRE SALONE DEL GUSTO

Come già descritto all'interno dell'analisi del caso studio Slow Food (pp.103-106), il progetto Terra Madre Salone del Gusto, a cura della stessa organizzazione, rappresenta un'iniziativa di globalizzazione positiva all'interno della quale oltre 2000 Comunità del cibo provenienti dalle diverse geografie del mondo, interagiscono e collaborano affinché la produzione agro-alimentare stringa una relazione sostenibile con l'ambiente e le tradizioni locali. Tale progetto prende piede proprio a Torino, in Piemonte, e può essere definito il più importante appuntamento mondiale dedicato al cibo. Per tale ragione, il progetto 'Cibo, Comunità, Salute' descritto all'interno del presente elaborato, potrebbe supportare Terra Madre Salone del Gusto e, con dovuti accorgimenti, addirittura esserne parte, assistendo a una potenziale replicabilità nei diversi territori del mondo all'interno dei quali Slow Food opera. Solo nel 2021, nonostante la pandemia da Covid-19, Terra Madre ha infatti

organizzato ben 1146 eventi internazionali connessi al tema del cibo (672 su piattaforme online - 474 in presenza), con una media di 38 eventi a settimana (Fig.104). Attraverso tali eventi ha coinvolto 75 stati in tutto il mondo, parlando 25 lingue differenti. Tra questi, l'Italia rappresenta lo stato con il maggior numero di eventi organizzati, più precisamente 731, ovvero più della metà del totale (Slow Food, 2021), con una forte concentrazione nel territorio piemontese (Fig. 105-106)



Top 10 degli Stati		
<b>1</b>	Italia	<b>731</b>
<b>2</b>	Filippine	<b>42</b>
<b>3</b>	Brasile	<b>36</b>
<b>4</b>	Cile	<b>15</b>
<b>5</b>	Germania, Polonia, Argentina, Messico	<b>14</b>
<b>6</b>	Colombia, USA	<b>13</b>
<b>7</b>	Russia, Spagna	<b>12</b>
<b>8</b>	Cuba	<b>11</b>
<b>9</b>	Olanda, Ucraina, Gran Bretagna, Irlanda del Nord, Ecuador	<b>9</b>
<b>10</b>	Turchia, Venezuela	<b>8</b>

Fig. 104 -105 - Numeri degli Eventi Terra Madre Salone del Gusto 2021. Fonte: "Slow Food, Università di Scienze Gastronomiche, Università di Torino, Politecnico di Torino. (2021). SEeD for Change. Seminare conoscenza per accelerare il cambiamento. Report Terra Madre Salone del Gusto 2020/2021"

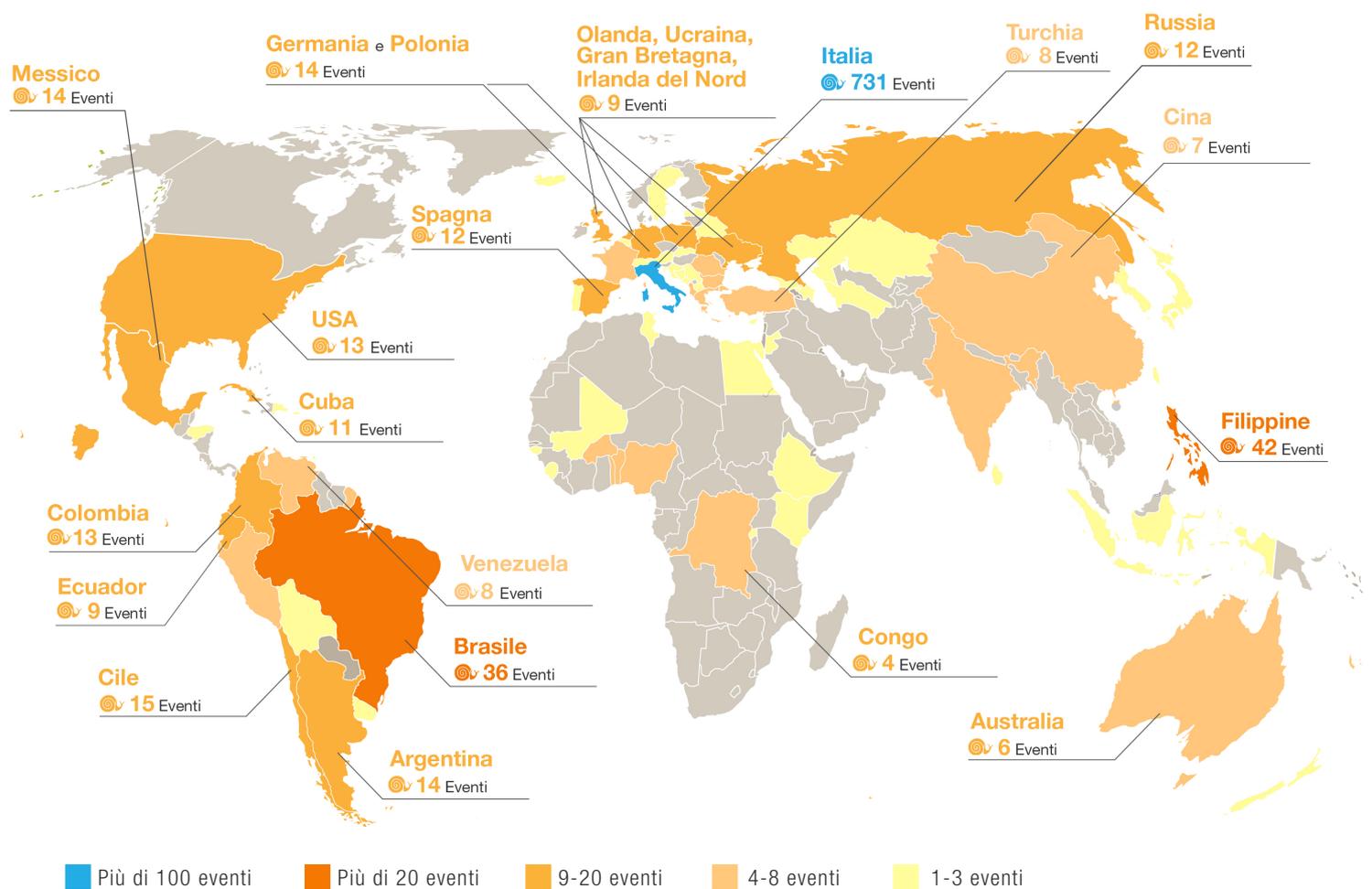


Fig. 106 - Mappatura globale degli eventi internazionali di Terra Madre Salone del Gusto 2021.  
 Fonte: "Slow Food, Università di Scienze Gastronomiche, Università di Torino, Politecnico di Torino. (2021). SEEd for Change. Seminare conoscenza per accelerare il cambiamento. Report Terra Madre Salone del Gusto 2020/2021"

Secondo il Report Terra Madre Salone del Gusto 2020/2021 (Slow Food, 2021), tutti gli eventi condotti, nelle loro differenti tematiche connesse in maniera sfaccettata al tema del cibo, hanno avuto un interessante impatto sui tre goals di Slow Food, ovvero Biodiversity, Education ed Advocacy<sup>67</sup> e sui 17 Obiettivi di Sviluppo Sostenibile 2030.

<sup>67</sup> I tre goal di Slow Food (Slow Food, 2020) possono essere sintetizzati in:  
 - *Biodiversity*: ricerca e catalogazione del patrimonio di diversità biologica e culturale legata al cibo e sostegno e promozione di chi preserva la biodiversità e si pone come custode dei territori locali.  
 - *Education*: sviluppo di materiali di comunicazione e di campagne atte ad aumentare la consapevolezza sul sistema alimentare. Progettazione di attività educative e formative che migliorino la conoscenza del cibo.  
 - *Advocacy*: Influenza di istituzioni pubbliche e private al fine di creare politiche e modelli che supportino sistemi di produzione, distribuzione, marketing e consumo equi e rigenerativi.

Ma quanto i temi della salute, dei costi sociali intesi come costi sanitari, del benessere delle comunità sono stati trattati utilizzando la lente del cibo all'interno di Terra Madre Salone del Gusto 2021? Quale contributo darebbe il progetto '*Cibo, Comunità e Salute*'? Per rintracciare una risposta a tali quesiti, è stata svolta un'analisi dei contenuti dei 1146 eventi di Terra Madre Salone del Gusto 2021, utilizzando i dati concessi direttamente da Slow Food. Da tale analisi è emerso che su 75 Stati coinvolti, solo 17 sono stati quelli che hanno accolto il dibattito inerente l'intersezione tra cibo e salute (Fig. 107). Tra questi è possibile citare l'Italia, la Croazia, la Slovacchia, la Spagna la Germania, l'Ucraina, il Regno Unito, gli Stati Uniti, il Messico, Cuba, l'Ecuador, il Giappone, le Filippine, la Federazione Russa, Togo, la Nigeria, la Guinea Bissau.

## 17 Stati

hanno accolto il dibattito inerente l'intersezione tra Cibo e Salute

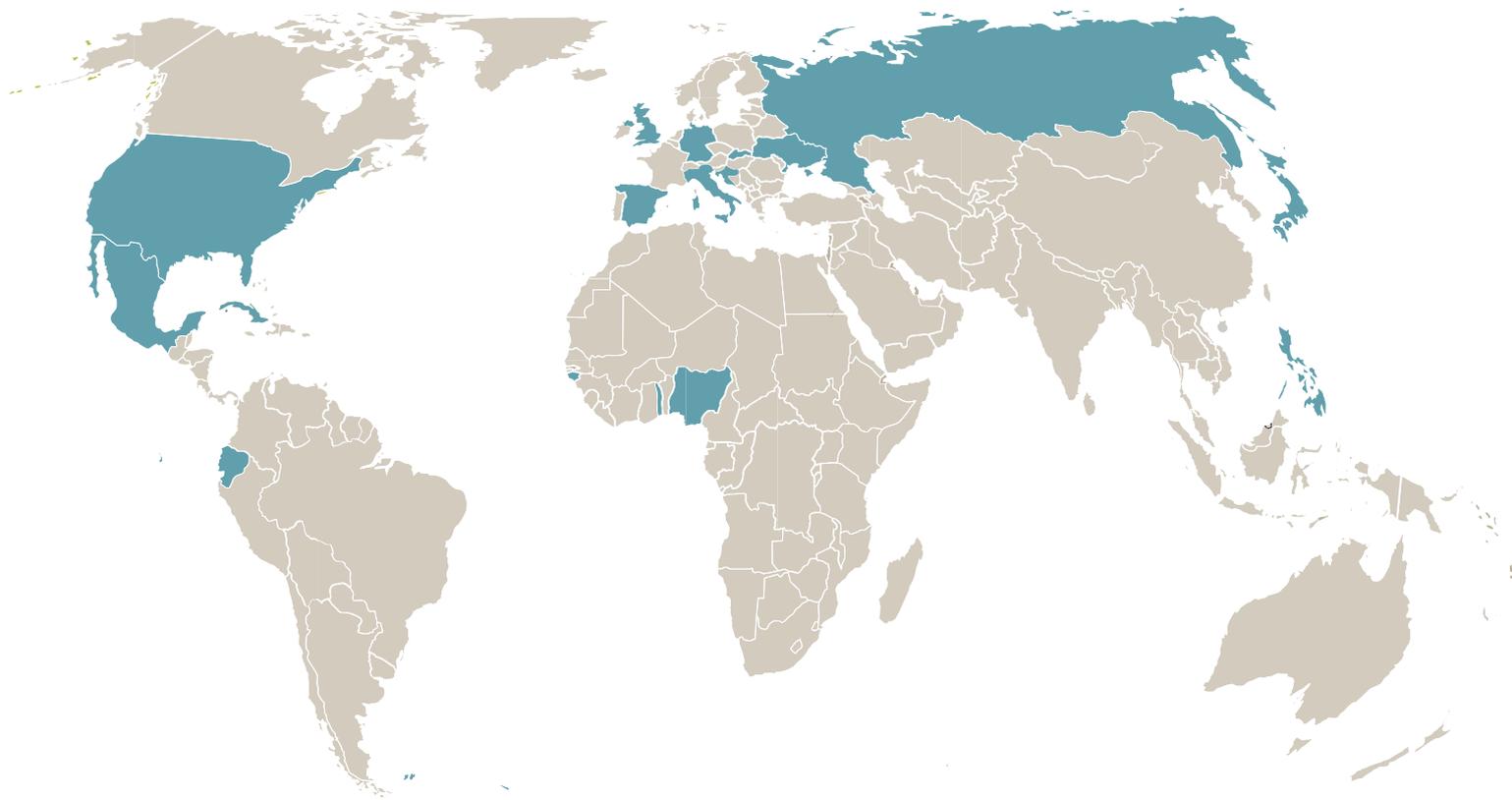


Fig. 107 - Stati del mondo che hanno accolto il dibattito inerente l'intersezione tra cibo e salute all'interno dei loro eventi di Terra Madre Salone del Gusto 2021.

### EUROPA

#### ITALIA

- Incentivi all'acquisto di cibo sano.
- Tecnologie digitali per la tutela della salute umana e ambientale.
- Corretto uso del suolo per garantire salute.
- Ruolo chiave delle api per la salute umana e del pianeta.
- La cura nel piatto: prevenzione primaria delle malattie oncologiche attraverso il cibo e i suoi nutrienti).
- Nutrirsi in modo sano, promuovere lo sviluppo sociale attraverso il cibo.

#### GERMANIA

- Salute umana e salute planetaria, crisi pandemica e cibo. Come le abitudini alimentari possono essere parte della soluzione.

#### UK

- Come il cibo, le sue origini e la sua qualità possono riavviare il nostro sistema immunitario e recuperare la nostra resilienza.
- Costi sociali, ambientali, economici e sanitari del cibo attuale.

#### UCRAINA

- Benefici ayurvedici dei prodotti alimentari locali.
- Ruolo della percezione nella scelta e nell'assunzione del cibo. Ruolo terapeutico dei gusti. Come rintracciare cibi sani in base ai gusti, a seconda della propria costituzione individuale e della stagione.

## SPAGNA

- I sistemi agroalimentari e le loro ricadute su ambiente e salute.

## SLOVACCHIA

- Specialisti sanitari, produttori e chef per scelte alimentari più sane.

## RUSSIA

- Il pesce nella nutrizione e nella cultura dei popoli indigeni in Russia; specie ittiche locali e ruolo nella cultura tradizionale; problemi di conservazione e connessione con disturbi sanitari locali.

## CROAZIA

- Processi di sensibilizzazione al cibo sano.

## AMERICHE

### USA

- Mercati locali e salute pubblica, ancora di salvezza economica per piccoli imprenditori e cibo sano per residenti durante la pandemia da Coronavirus.
- Agricoltura rigenerativa e punti di connessione con le sezioni fragili del sistema alimentare emersi in pandemia.
- Confronto tra stakeholder diversi (agricoltori, cuochi, attivisti, scienziati, leader politici, ricercatori e altri esperti) sui temi della giustizia alimentare, sul ruolo futuro dei ristoranti nella comunità, sulla crisi climatica e su come l'agricoltura rigenerativa possa aiutare creare giustizia nel sistema alimentare e a fornire cibo nutriente su larga scala.

### ECUADOR

- Benefici salutari del panela (zucchero di canna grezzo integrale)

### MESSICO

- Allevamento rigenerativo.
- Consumo di carne responsabile (meno carne e diete pi vegetali).
- Recupero di piatti salutari del passato.
- Benefici sanitari di Slow Food e del modello dei sistemi sostenibili dei "Presidi" per le comunità messicane.
- Rafforzamento di un sistema alimentare '*buono, pulito e giusto*' nello Yucatan e nel Chiapas.

### CUBA

- Guide alimentari per la popolazione cubana, raccomandazioni nutrizionali e consigli pratici.
- Aumento consapevolezza l'importanza di frutta e verdura.
- Connessioni tra sicurezza alimentare e l'igiene.
- Tecniche di conservazione del cibo.

## AFRICA

### TOGO

- Importanza degli orti urbani in termini di salute, possibilità di avere verdure fresche e naturali in prossimità del luogo in cui si vive per un'alimentazione sana e priva di rischi chimici.

### NIGERIA

- Formazione femminile sulle pratiche alimentari salutari e sulla produzione sostenibile di detergenti in fase pandemica.

### GUINEA BISSAU

- L'evento si propone di promuovere la produzione di cibo di qualità e una gastronomia variegata, in grado di migliorare la dieta e la salute dei consumatori delle diverse regioni africane.

 **FILIPPINE**

- Condivisione della cucina tradizionale da parte degli anziani per immergere la nuova generazione di Palawan nel proprio patrimonio culinario e avvicinarla a processi e pratiche, come la conservazione della biodiversità e ad altre conoscenze, sistemi e tecniche indigene.
- Agricoltura e alimentazione rigenerativa; educazione di agricoltori e produttori circa gli impatti negativi che OGM e glifosato hanno su acqua, biodiversità, e salute.

- Sensibilizzazione delle giovani generazioni sull'importanza delle giuste scelte alimentari, facendo assaggiare loro i veri sapori del cibo locale e discutendo dei benefici sociali, salutari ed economici di questi prodotti.

 **GIAPPONE**

- Sensibilizzazione dei giovani per quanto concerne l'accesso al cibo sano attraverso gli orti Slow Food

Dall'analisi emersa, è possibile notare come meno di 1/4 degli Stati coinvolti da Terra Madre Salone del Gusto 2021 abbia affrontato il tema della salute, come questione strettamente connessa a quella della produzione e del consumo alimentare. Il numero degli eventi internazionali che ha affrontato tale connessione è poco meno di 30 su un totale di 1146 eventi (pari al 3% del totale).

Tale dato evidenzia come, sebbene Slow Food e le Comunità del Cibo abbiano dimostrato già un interesse per il tema duale quale quello affrontato in tale tesi, la strada da percorrere per alimentare il dibattito e aumentare la consapevolezza in merito alle connessioni esistenti tra produzione agroalimentare, abitudini alimentare e stato di salute, è ancora molto lunga. Tuttavia, Terra Madre Salone del Gusto rappresenta uno scenario estremamente fertile all'interno del quale il progetto '*Cibo, Comunità e Salute*' potrebbe operare al fine di aumentare gli eventi e i dibattiti sul benessere delle comunità, sulla salute degli individui e su quella del pianeta, attraverso un'alimentazione e una produzione sana, equa, priva di contaminanti chimici, naturale.

Il modello della WebTv realizzata all'interno del progetto del presente elaborato potrebbe essere riprodotto così nei diversi paesi del mondo coinvolti

da Slow Food, le puntate tradotte in più lingue potrebbero rappresentare una videoteca virtuale di riferimento. Le stesse potrebbero essere formulate secondo la logica di una rivista open-source, accessibile a tutti, in lingua inglese e nelle lingue principali parlate all'interno degli eventi. In questo modo, le Comunità del Cibo rafforzerebbero la loro visione e il loro operato, coinvolgendo il tema fondamentale della salute non come questione marginale, bensì come elemento che deve essere posto alla base di qualsiasi riflessione in ambito gastronomico.

## 6.6 IL CONTRIBUTO DELLA RICERCA AFFRONTATA PER L'AMBITO DEL DESIGN E DELLE DISCIPLINE COINVOLTE

A conclusione di questo percorso di ricerca, è lecito chiedersi che tipo di contributo questa tesi, nella sua interezza, dunque il progetto 'Cibo, Comunità e Salute', abbia apportato alla disciplina del design e al settore della ricerca che la supporta.

Certamente l'obiettivo forse eccessivamente ambizioso che ha mosso questo progetto, è il desiderio di agire, come designer, su questioni di grande impatto sociale e ambientale.

E se è vero che la tradizionale azione del progettare un prodotto industriale ha una potenza straordinaria, in quanto in grado di penetrare negli spazi artificiali, nelle case, nella

vita privata, nei luoghi di lavoro ecc., cambiando e influenzando concretamente le abitudini delle persone, questo Progetto di Dottorato ha desiderato agire su un livello diverso, ovvero sulla sfera delle relazioni umane, del loro approccio professionale, e non sullo spazio materiale degli artefatti, seppur strettamente connessi all'essere umano che li utilizza.

I temi che muovono questo scenario di azione sono proprio quelli del cibo e della salute: due elementi che permeano la vita umana, senza i quali quest'ultima non può esistere.

Senza dubbio ciò che può lasciare perplessi leggendo il presente elaborato è che non si

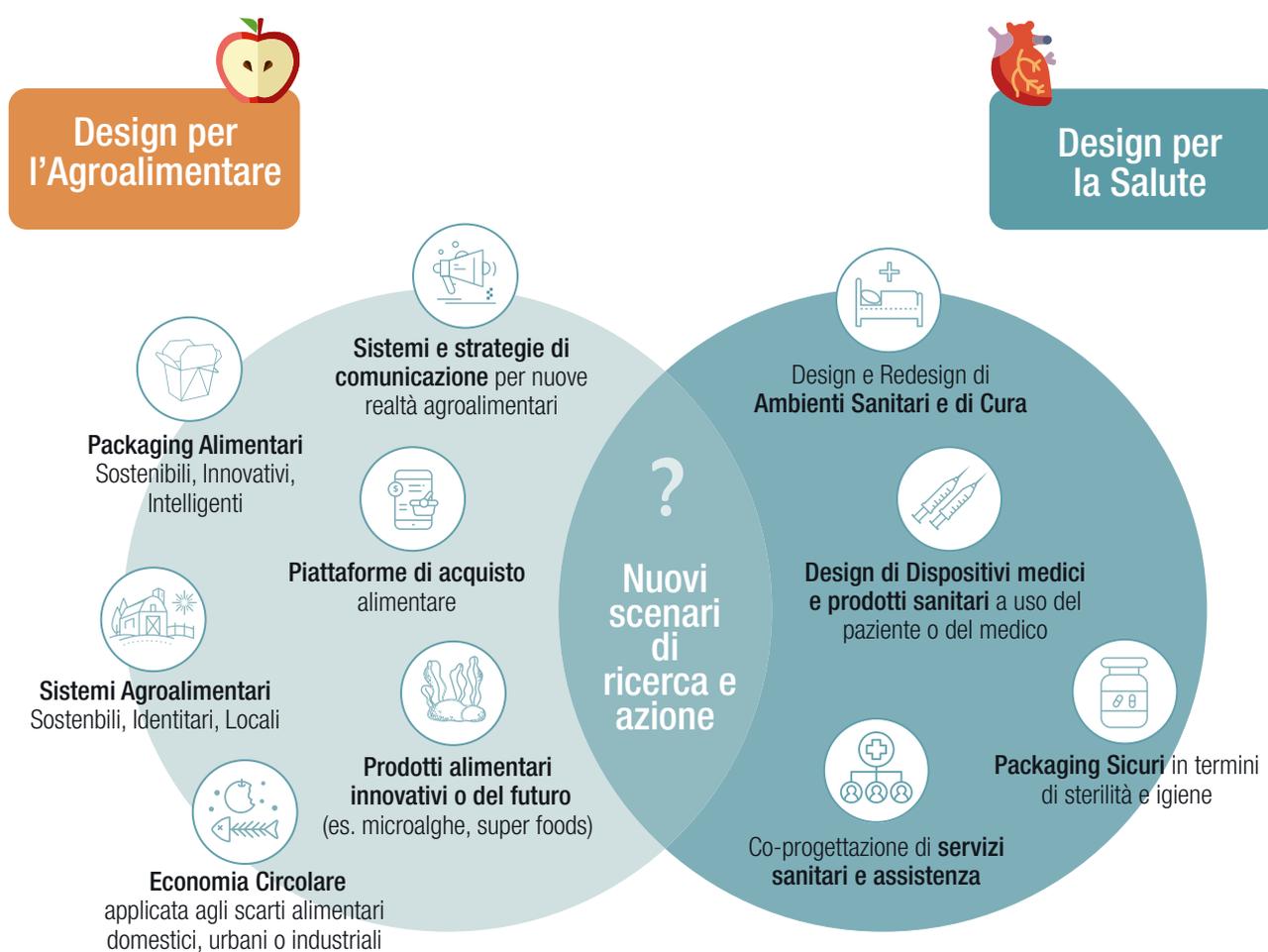


Fig. 108 - Azioni intraprese dal Design all'interno del settore agroalimentare e sanitario. Individuazione di nuovi scenari di ricerca e azione nella compenetrazione dei due settori.

raggiunge la progettazione di un prodotto concreto (non necessariamente di natura industriale), non si realizza un sistema complesso basato sui principi dell'economia circolare, non si progetta un reale servizio, un sistema di logistica, un dispositivo sanitario, un packaging alimentare sostenibile. La lista di questi esempi potrebbe essere ancora molto lunga e questo può condurre a una sorte di disorientamento e scetticismo. Ma il design è parte di quell'esigenza che l'uomo contemporaneo ha di modificare la realtà attraverso l'esercizio progettato del possibile (Celaschi, 2016), dove la definizione di possibile coinvolge innumerevoli temi e scenari d'azione. Allora questo progetto di ricerca imbocca la strada della reale transdisciplinarietà, intrecciandosi con ambiti non industriali (sebbene la produzione alimentare oggi ne sia effettivamente parte) e progettando nuove tipologie di relazioni, ristrutturando quelle esistenti sulla base delle necessità di partenza individuate e utilizzando il potere della comunicazione e della mediazione.

Come già descritto nell'Introduzione e nel capitolo 2 di questa tesi, il design ha affrontato innumerevoli volte il tema alimentare e quello sanitario, ma quando ci si riferisce all'intersezione dei due elementi, la complessità aumenta e le esperienze in cui il design si è fatto promotore di nuove prospettive si affievoliscono. Dunque, è proprio questo l'aspetto innovativo di tale percorso di ricerca, il tentativo di generare un nuovo dialogo tra discipline sanitarie e alimentari, tentando di nutrire i deboli legami già esistenti, ripartendo dal Design, andando oltre il classico modo in cui il cibo e la salute sono stati affrontati nell'ambito della progettazione. Questo tentativo può forse apparire una provocazione, con il rischio di non essere realmente compresa, tuttavia altro non è che un

modo per rilanciare delle questioni oggi ancora aperte:

- nei confronti delle discipline sanitarie e agroalimentari che nutriranno scetticismo verso una disciplina che non pone le sue basi su nozioni mediche o agro-ambientali, a cui è pertanto richiesto di rimanere nei suoi confini;
- nei confronti della stessa disciplina del design, che seppur auto-definendosi adeguata e pronta ad affrontare le grandi sfide globali e a dialogare con altre discipline, ha la necessità di chiedersi ancora che cosa è realmente design e che cosa non lo è, nella ricerca di definizioni e limiti rassicuranti da un lato e frustranti dall'altro.

Dunque questa tesi desidera proporre una modalità in cui professionisti sanitari e agroalimentari sono obbligati a confrontarsi su una sfida che interpella entrambi (e non solo), ma alla quale hanno sempre cercato di rispondere in maniera indipendente. Sì, il design può parlare di questo. Può agire su questo.

Pertanto, se da un lato questa tesi offre nuove prospettive di interazione, dall'altra delinea un ampio e complesso scenario in cui il design ha ancora molta strada da fare e molte soluzioni da offrire (Fig. 108). Si tratta di uno scenario che mai come nel 2021 richiede di essere esplorato in maniera sinergica, considerata la diffusione della pandemia da Covid-19 che sollecita necessariamente ad agire su quegli elementi che fortificano il sistema immunitario dell'organismo umano, elementi di cui il cibo è forse la componente più importante (Dietz & Santos-Burgoa, 2020) e con margini di azione e cambiamento maggiore.

## 6.7 PROSPETTIVE FUTURE E SCALABILITÀ DEL PROGETTO SUL PIANO INTERNAZIONALE

Quando il progetto di ricerca presentato all'interno di questa Tesi di Dottorato ha avuto inizio e la pandemia da Covid-19 non si era ancora pienamente sviluppata, le prospettive progettuali erano varie e di natura internazionale. Lo hanno dimostrato le esperienze di collaborazione con il *Dipartimento di Scienze della Nutrizione del Tecnológico de Monterrey* di Città del Messico o ancora lo studio diretto di *Nourish*, il caso studio con sede a Toronto, ma ben radicato in tutto il Canada.

Tuttavia, come già descritto in precedenza, a causa delle ingenti restrizioni connesse alla diffusione del Coronavirus in Italia e nel resto del mondo, è stata indispensabile una fase di ridefinizione progettuale che prediligesse un agire locale e la possibilità di sviluppare il progetto nonostante il forzato distanziamento sociale.

Sebbene agire localmente sia uno dei più importanti principi connessi alla sostenibilità, in questo paragrafo si desidera indicare quali potrebbero essere gli sviluppi del progetto '*Cibo, Comunità, Salute*' in uno scenario internazionale che coinvolga concretamente attori di grande portata (un esempio potrebbe essere la *Food and Agriculture Organization* delle Nazioni Unite o ancora, la già interpellata *World Design Organization*).

Come si è potuto scorgere da alcuni dei casi studio analizzati, come *Slow Food*, *DIANA5* o ancora, *Nourish*, il binomio cibo-salute è stato già affrontato nel panorama internazionale, sebbene in maniera frammentata. Anche le Nazioni Unite ne hanno in qualche modo parlato attraverso i *17 Obiettivi di Sviluppo Sostenibile*, sebbene non in maniera sistemica ed emergente (consultare il Capitolo 5 per maggiori informazioni), focalizzandosi maggiormente sul concetto di sicurezza alimentare, in termini di accesso egualitario al cibo.

Tuttavia, le connessioni tra cibo sano, naturale, non processato e buona salute riguardano tutta la popolazione del mondo, così come il rischio di una diffusione sempre maggiore di cibo prodotto con metodi intensivi, altamente processato e dunque altamente impattante in termini di diffusione di malattie croniche e impatto ambientale. Pertanto sarebbe auspicabile un'azione condivisa di tutti gli enti che già trattano tali temi, ambendo a un coinvolgimento di chi al contrario, pur essendo idoneo, lo considera un tema marginale allo stato attuale.

### **Cosa potrebbe accadere, però, se tali temi raggiungessero in maniera più permeante la World Design Organization?**

Volendo rimanere nel quadro disciplinare del Design in cui il presente lavoro si colloca, infatti, il binomio *cibo-salute* può essere definito un nuovo scenario da esplorare nella sua interezza. I membri intervistati afferenti alla WDO ne hanno tutti riconosciuto, in maniera diversa, la fondamentale importanza e l'urgenza d'azione, ammettendo al contempo il fatto che sino a oggi i temi congiunti del cibo e della salute non siano stati affrontati in maniera unitaria e approfondita dai designer.

Si oscilla infatti dalla progettazione di packaging più sostenibili, a quella di sistemi pubblicitari più accattivanti per prodotti salutari, sino a raggiungere i casi più complessi di progettazione di sistemi di produzione agroalimentare in ottica di economia circolare o di re-design di esperienze e ambienti sanitari.

A eccezioni di sporadici casi provenienti da situazioni critiche presenti in Africa e in India, come è stato comunicato dal prof. Mugendi K. M'Rithaa (ICSID/WDO Past President) e dal prof. Pradyumna Vyas (WDO Board Member 2019-2021) nelle pagine precedenti, sino a oggi la World Design Organization non si è mai realmente occupata del binomio cibo-salute, pur definendosi estremamente interessata a esso. Pertanto se il progetto "*Cibo, Comunità, Salute*" fosse portato al suo interno, accogliendo una

dimensione internazionale con un adeguato riadattamento, potrebbe:



### **DIALOGHI TRANSDISCIPLINARI, CONFERENZE INTERNAZIONALI SUL TEMA, OCCASIONI FORMATIVE, NUOVI CORSI UNIVERSITARI**

Generare interessanti e più approfonditi dialoghi online (e conferenze internazionali post-Covid) tra i massimi esponenti del Design, delle Discipline Agroambientali e delle Discipline Sanitarie. Occasioni formative accessibili a tutti, finalizzate non solo alla diffusione di una maggiore consapevolezza alimentare ed ecologica, ma anche alla possibile nascita di nuovi accordi per una rieducazione degli adulti, per la potenziale introduzione di corsi di Design Sistemico all'interno delle Discipline Sanitarie e Agroambientali e, al contrario, per l'introduzione dei temi del cibo e della salute, nella loro interconnessione, all'interno dei corsi di studio di discipline progettuali.



### **PIATTAFORMA INTERNAZIONALE**

Condurre alla nascita di una piattaforma internazionale, che possa avere la propria declinazione in ogni paese, per ogni comunità e territorio, al fine di mettere in relazione gli stakeholder sanitari e agroalimentari di ogni piccola o grande realtà locale del mondo, pur seguendo le stesse linee guida generali, condividendo i medesimi valori e principi.



### **DATI SCIENTIFICI COMPRESIBILI A TUTTI**

Portare alla progettazione di un sistema di comunicazione accattivante, semplice, corretto, accurato e minuzioso, ma soprattutto alla portata di tutti e sempre aggiornato di dati scientifici inerenti alle interconnessioni tra cibo e salute, al fine di rendere comprensibile e accessibile a tutti la fondamentale importanza di tali temi in termini di salute pubblica e ambientale.



### **RIVISTA INTERNAZIONALE TRANSDISCIPLINARE**

Indurre al lancio di una rivista internazionale transdisciplinare con l'obiettivo di affrontare attraverso il design i temi del cibo e della salute. Questo condurrebbe a una maggiore accettazione di tali temi all'interno delle riviste scientifiche già esistenti connesse alla disciplina del design e a una maggiore possibilità di accettazione e divulgazione di progetti svolti e in atto attorno al tema del cibo e della salute che non siano necessariamente connessi alla progettazione di prodotti e servizi. Auspicabile sarebbe anche la possibilità di pubblicare gli stessi in ulteriori riviste agro-scientifiche e sanitarie, tuttavia il lavoro da svolgere è ancora lungo e i rigidi limiti disciplinari ancora troppo robusti per essere scardinati.

L'individuazione di queste opportunità internazionali bene evidenziano le potenzialità del progetto "Cibo, Comunità, Salute" oltre che le future prospettive e le numerose possibilità di ampliamento.

## 6.8 CONCLUSIONI

Questa Tesi di Dottorato ha descritto un esempio di progettazione territoriale che mira al dialogo tra il settore agroalimentare e quello sanitario, dimostrando come il design si presti efficacemente al supporto delle *'wicked interactions'* (Granovetter, 1973), alla creazione di reti informali locali, contribuendo al capitale sociale territoriale.

Essa ambisce a testimoniare come il design possa essere una disciplina estremamente idonea al coordinamento di gruppi multidisciplinari di progetto e alla gestione di progetti *'community-centred'* (Manzini and Meroni, 2014) ovvero iniziative in cui le comunità locali (stakeholder e cittadini) partecipano attivamente al percorso progettuale, conducendo al raggiungimento di un risultato olistico. In molti casi tali progetti possono divenire dei modelli versatili replicabili in territori differenti.

Come descritto in precedenza, il progetto *'Cibo, Comunità, Salute'* ha infatti raggiunto un nuovo territorio e una specifica filiera. Si tratta della Valle di Susa (Piemonte, Italy) nella quale è già stato condotto un workshop all'interno del Mulino Valsusa, intitolato "Per una Filiera del Grano Sostenibile – Da un Modello Lineare a un Approccio Sistemico" descritto nelle pagine precedenti. Al suo interno produttori di grano, panificatori, mulini, ristoratori, venditori al dettaglio, agronomi, nutrizionisti e oncologi – attraverso la mediazione e la guida di un designer sistemico – hanno lavorato assieme per il re-design sostenibile della filiera locale del grano, con un focus specifico sulla coltivazione e la valorizzazione dei grani antichi locali.

Il coinvolgimento di un nuovo territorio dimostra come il progetto *'Cibo, Comunità, Salute'* possa essere replicato in territori differenti e su specifiche filiere, sebbene con determinate modifiche sulla base delle peculiarità delle nuove aree geografiche e delle relazioni presenti tra gli attori locali coinvolgibili.

Per concludere, il progetto non solo ha innescato comportamenti virtuosi su piani differenti, oscil-

lando dalla sfera produttiva a quella di consumo, ma ha anche promosso una maggiore conoscenza del ruolo del designer, in particolar modo del designer sistemico, in altri ambiti disciplinari e sul territorio, conducendo a una richiesta consapevole e sempre più frequente del suo intervento nella progettazione di scenari futuri sostenibili, in grado di non danneggiare le comunità e i territori che le supportano.

Cogliendo gli elementi critici di un sistema alimentare ad alto impatto e le enormi conseguenze sociali e ambientali, attraverso la ricerca e l'analisi di casi studio rappresentativi appartenenti al panorama globale e lo sviluppo di un progetto locale, questa ricerca individua i punti salienti in cui il progettista sistemico può operare, i potenziali attori con cui collaborare e le principali sfide da affrontare in un ambito che parte dall'agroalimentare per raggiungere la sanità e il benessere delle comunità, più in genere. La riscoperta della centralità del designer come lettore della complessità, attivatore di relazioni e mediatore di conoscenze, pone le basi per riprogettare le esperienze alimentari/sanitarie di chi ricerca uno stato di benessere ottimale partendo dal cibo.

Il progetto *'Cibo, Comunità, Salute'*, caratterizzato da un elevato senso di responsabilità sociale, desidera infatti condurre chi mangia, dunque ogni essere umano sulla terra, a essere un decision maker consapevole, piuttosto che un mero consumatore.

Oggi è necessario essere consapevoli, come progettisti, cittadini, decisori politici, ecc., di quanto il cibo rappresenti il fulcro di ogni attività umana, essendo l'unico elemento, l'unica necessità materiale che davvero accomuna e definisce tutti i viventi. Una volta raggiunta tale consapevolezza diverrebbe logico regolare tutti i progetti, le attività e le politiche territoriali in modo da non danneggiare tale materia vitale e di sostentamento, da non renderla tossica, dannosa per la salute dell'uomo e dell'ambiente

e per ogni diritto. Da questo presupposto si genera l'urgente necessità di ripartire dal tema del cibo in un progetto di Dottorato in Gestione, Produzione e Design, in quanto partire da tale significativo elemento vuol dire estendere il target di riferimento del progetto, rivolgendosi a "chi mangia", dunque a tutti gli individui di una comunità, senza distinzione tra categorie e individui. Solo in questo modo tutti i progetti e le politiche territoriali, anche quelle relative alla produzione, al mercato, al lavoro, alla cultura potrebbero essere food-friendly, sostenendo la possibilità di un cibo 'Buono, Pulito, Giusto' per tutti (Petrini, 2016), un modello di produzione locale sostenibile, la valorizzazione di tradizioni e saperi, una migliore gestione degli scarti e dell'invenduto. Attraverso tale approccio nessuno potrebbe svolgere attività produttive "altre" in grado di danneggiare il cibo, le comunità e i territori (Scaffidi, 2018).

Già tra il 460 a.C. e il 377 a.C. il filosofo Ippocrate, che diede importanti contributi allo sviluppo della Medicina Antica, scriveva: "*Lascia che il tuo cibo sia la tua medicina e la tua medicina sia il tuo cibo*" (Carena, 2020). Oggi, l'applicazione di questa antica saggezza senza tempo sarebbe auspicabile.

La salute è, infatti, un equilibrio da ricercare, raggiungere, mantenere e difendere con un impegno individuale costante e con un contributo onesto e sostenibile di chi gestisce la sanità, l'alimentazione, le risorse naturali ed economiche (Dimonte, 2005). Per questo oggi, più di prima, è urgente una doppia rivoluzione, sia nella produzione del cibo quotidiano che nella gestione della salute pubblica.

Tuttavia, questo può essere realizzato solo attraverso la riprogettazione dell'intero sistema alimentare-sanitario, connettendo due realtà oggi dissociate. È quindi fondamentale partire dall'educazione e dalla riabilitazione alimentare degli adulti, affinché la conoscenza e la consapevolezza possano diventare uno strumento

di potere, mentre il cibo un mezzo di prevenzione, piuttosto che causa di malattia.

Il progetto '*Cibo, Comunità, Salute*' si è sviluppato proprio sulla base di queste riflessioni e con esse intende raggiungere in futuro nuovi territori e nuove collaborazioni.

# Ringraziamenti

---

---

Quando più di tre anni fa mi è stata comunicata l'ammissione a questo Corso di Dottorato, le mie mani hanno iniziato a sudare e le mie gambe a correre. Camminavo a passo lesto agitata, chiedendomi se ne sarei stata all'altezza. Mi sentivo folle ad aver osato tanto. E in effetti, non vi è stato giorno in questo percorso di ricerca che io mi sia sentita realmente all'altezza di fare ciò che un dottorando di ricerca ha il compito di fare. Ma dentro il mio cuore sentivo un forte senso di dovere e di responsabilità sociale.

Durante il mio progetto di Tesi Magistrale ho analizzato l'emergenza fitosanitaria generata dal patogeno *Xylella Fastidiosa* presso gli uliveti salentini, in Puglia, dove sono nata. La preoccupazione maggiore per il mio territorio era rappresentata da una perdita ambientale, culturale ed economica connessa alla produzione olivicola locale. Ma le mappe di *Xylella* combaciavano con le mappe dei suoli agricoli trattati con fitofarmaci, e le mappe dei suoli trattati combaciavano con quelle della diffusione locale dei tumori. L'oncologo Giuseppe Serravezza ha lottato e lotta ancora molto per questo scenario. Così, assieme al prof. Pier Paolo Peruccio, mio tutor all'epoca e mio tutor ancora oggi, e assieme al prof. Luigi Bistagnino, mia guida fidata, abbiamo valutato di incrociare il tema della produzione alimentare a quello della salute pubblica, in un percorso di ricerca più complesso che seguisse gli studi svolti. In una disciplina come il design, questa sarebbe stata per molti aspetti una sfida. In effetti, in questi anni mi è stato chiesto frequentemente cosa ci facesse un designer nel settore agroalimentare e sanitario e... ammetto che sia stato un pò scoraggiante cercare le parole per descrivere ogni giorno cosa fosse il Design Sistemico e come agisse in altre discipline. Nella mia mente l'eco delle parole di Albert Einstein: "Se non lo sai spiegare in modo semplice, non l'hai capito ab-

bastanza bene". La verità è che fare quello che non fanno in molti è certamente più complesso, ma se ci credi, hai una marcia in più.

Questa Ricerca di Dottorato mi ha condotta a riconoscere il Design come un contenitore dalle pareti permeabili, ricco di opportunità per confrontarsi con gli altri e imparare da essi. Nel mio percorso ho infatti dialogato e cooperato con molti professionisti diversi ed è per questo che a conclusione di questo percorso, le persone da ringraziare sono davvero tantissime.

Il mio primo ringraziamento va all'Associazione CioCheVale, senza la quale il progetto "*Cibo, Comunità, Salute*" non avrebbe preso piede in Piemonte. Perciò, un sincero grazie al presidente Alberto Guggino e a tutti i soci che con la loro professionalità hanno desiderato esser parte di questo network territoriale.

Dunque un grazie speciale è diretto anche alla Dott.ssa Rossana Becarelli, alla Dott.ssa Maria Lucia Macrì, alla Dott.ssa Maria Cecilia Caramello e al Dott. Giorgio Bonazzi che ci ha lasciato in questi mesi. Essi hanno accolto il mio progetto, conducendolo nell'ambito sanitario.

Grazie a Roberta Lomuscio, cuoca ufficiale diella vide-rubrica "*Cibo, Comunità, Salute*", Pietro Liotta, Daniela Perena, Silvia Genta e Maria Teresa Bono, che dalle proprie abitazioni hanno lavorato dietro le quinte perché il progetto di WebTV prendesse piede. Grazie a tutti i produttori agroalimentari locali che hanno aperto le porte delle loro cascine e delle loro aziende con entusiasmo e desiderio di condivisione. Dunque un grazie speciale è diretto ad Andrea Pirolo, Luca Roffinella, Federico Chiaia, Paolo Pompilio, Elena Comollo e Raffaella Firpo. Nuovamente grazie al prof. Luigi Bistagnino che ha da sempre creduto in me, al prof. Dario Padovan e alla Dott.ssa Armona Pistoletto che ha saputo coniugare la cultura del cibo a quella dell'arte.

Ma i ringraziamenti di questa tesi, devono necessariamente varcare anche i limiti nazionali, per raggiungere chi mi ha supportato durante i miei periodi di ricerca all'estero.

Nel territorio canadese, precisamente a Toronto, esprimo la mia estrema gratitudine al prof. Peter Jones, il quale mi ha guidato con premura e precisione all'interno della mia ricerca come fossi da sempre sua studentessa, grazie a Goran e Ana Matic, designer fantastici e amici imperdibili che mi hanno aiutato a non provare sconforto durante le difficoltà linguistiche e a cavarmela in ogni sventura nord-americana.

Nel territorio messicano, invece, la mia immensa gratitudine è diretta alla prof. Francesca Caregnato, al suo affetto e i suoi consigli, al suo supporto e alla sua amicizia, ma anche al Dott. José Guillermo Domínguez Cherit e alla Prof.ssa Verónica Flores Bello che mi hanno guidato nel mondo della Nutrizione, a Mauricio Tapia Maltos che mi ha aiutata ogni singolo istante a vivere in un territorio fantastico quanto contraddittorio.

Infine, ringrazio le persone che lungo questi tre anni sono state per me punto di riferimento: ringrazio i miei colleghi Paola Menzardi per i lunghi confronti, Maurizio Vrenna per la sua instancabile precisione, Massimiliano Viglioglia per la grande intesa progettuale e ancora il mio tutor Pier Paolo Peruccio che ha creduto in me, nei temi a cui sono sempre stata affezionata e che ha permesso che questo percorso avesse inizio.

Nessuno avrebbe mai immaginato che il 2020, ultimo anno di Dottorato, avrebbe assistito a una pandemia in corso, la quale avrebbe obbligato noi dottorandi del 33° ciclo a proseguire il periodo più importante per la nostra ricerca all'interno delle nostre abitazioni con enorme difficoltà e sconforto.

Per questo un grande grazie va anche ai miei pazienti coinquilini, a Rosalinda e la sua premura materna quotidiana, a Gabriele, al suo umorismo e la sua curiosità, ai ragazzi di Omnia Torino, che in un periodo nero quale quello del primissimo lockdown mi hanno aiutato a sentirmi ancora parte di un team di progetto di cui l'agroalimentare e il benessere sono parte integrante. Grazie a Gabriele, il mio ragazzo, che ha colto in me la forza e il sacrificio da altri dati per scontati, aiutandomi ogni giorno a sentirmi all'altezza di ciò che faccio e in cui credo.

Per concludere, ringrazio mamma, papà e Betta, mia sorella, i quali da un piccolo paesino del Salento, a distanza, mi hanno sempre supportata con infinito amore, seppur non comprendendo le complesse logiche del mondo della ricerca. Grazie alla loro pazienza e al loro supporto in ogni istante, allo sforzo non banale di comprendermi e di non avere paura ogni volta che con la valigia piena di interrogativi ho varcato territori lontani. Spero che questo percorso sia per loro motivo di orgoglio.

## Riferimenti Bibliografici

---

---

- Altieri A.M., Nicholls, Clara, I., Ponti, L., (2015), *Agroecologia. Una via percorribile per un pianeta in crisi*, Edagricole, Milano.
- Antonelli, P. and Rawsthorn A., (2020), "Ed è ancora Design Emergency" in Salone del Mobile Milano Magazine. Online: <https://magazine.salonemilano.it/design-e-dintorni/ed-e-ancora-design-emergency> Consultato il 29.03.2021
- Barbero, S. and Fiore, E. (2015), "The Flavours of Coffee Ground: The Coffee Waste as Accelerator for New Local Businesses", in *ANNALS of Faculty Engineering Hunedoara – International Journal of Engineering*, vol. XIII, issue 1, pp. 57-63.
- Bassi, A., (2015), *Food Design in Italia. Progetto e comunicazione del prodotto alimentare*, Electarchitettura, Milano
- Becarelli, R., (2009), *Il corpo. Il laboratorio della nostra trasformazione*, Edizioni Sì, Villalago.
- Beck, U. (2012). *Risk Society: Towards a New Modernity*, Sage Publications Limited, London.
- Beglehole R., Yach, D., (2003), "Globalisation and the prevention and control of non-communicable disease: the neglected chronic disease of adults" in *Lancet*, Issue 362, pp. 903-907.
- Berrino, F., (2015), *Il Cibo dell'uomo – La via della salute tra conoscenza scientifica e antiche saggezze*, Franco Angeli, Milano.
- Berrino, F., (2017). *Alimentare il benessere. Come prevenire il cancro a tavola*. Franco Angeli, Milano.
- Berrino, F. (2017), *Medicina da mangiare*, La Grande Via, Milano.
- BilesT, J. E., McNealT, P., Begley, H., Hollifield, C. (1997), "Determination of Bisphenol-A in Reusable Polycarbonate Food-Contact Plastics and Migration to Food-Simulating Liquids" in *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, Vol.45, Issue 9, pp. 3541-3544.
- Bozzola, M. and De Giorgi, C., (2019), "Social packaging. Design for wide sustainability", in *The Design Journal*, Vol. 22, Issue sup1, pp. 737-749.
- Braudel, F., (2006), *Civiltà materiale, economia e capitalismo – Le strutture del quotidiano (secoli XV-XVIII)*, Einaudi, Torino.
- Biolghini, D. (2007), *Il popolo dell'economia solidale*, EMI, Verona.
- Bistagnino, L. (2011), *Systemic Design – Designing the productive and environmental sustainability*, Slow Food Editore, Bra.

- Bistagnino, L. (2016). *MicroMACRO. Micro relazioni come rete vitale del sistema economico e produttivo*, Edizioni Ambiente, Milano.
- Bistagnino, L., Cantino, V., Gibello, P., Puddu, E., Zaccone, D., (2015), *Il settore agroalimentare. Scenari e percorsi di crescita sostenibile. Bra: Slow Food Editore, Deloitte & Touche S.p.A., Milano.*
- Boehnert, J., (2018), *Design, Ecology, Politics. Towards the Ecocene*, Bloomsbury Academic, London.
- Buchanan, R., (1992), Wicked Problems in Design Thinking in *Design Issues*, Vol. 8(2), pp. 5-21.
- Calori, A. and Magarini, A. (2015), *Food and the Cities – Politiche del cibo per città sostenibili*, Edizioni Ambiente, Milano.
- Calori, A., Dansero, E., Pettenati, G. and Toldo, A., (2017), “Urban food planning in Italian cities: a comparative analysis of the cases of Milan and Turin” in *Agroecology and Sustainable Food Systems*, Vol. 41, Issue 8, pp.1026-1046.
- Capra, F. and Luisi, P. L., (2014), *Vita e natura – Una visione sistemica*, Aboca.
- Capra, F. (1982), *The Turning Point. Science, Society and Rising Culture*, Simon and Schuster, New York.
- Capra, F. (1997). *The web of life. A new scientific understanding of living systems*. Anchor Books, New York.
- Carena, C., (2020), *Ippocrate. L' arte della medicina*. Einaudi, Torino.
- Catania, A. (2017), “Design e Ficodindia per uno Sviluppo locale sostenibile | Design and Prickly Pear for a Sustainable Local Development”, in *Agathón | International Journal of Architecture, Art and Design*, vol. 2, pp. 227-234.
- Cerutti G, (2006), *Residui, Additivi e Contaminanti negli alimenti*, Tecniche Nuove Editore, Milano.
- Celaschi, F, (2016), *Non industrial design. Contributi al discorso progettuale*, Luca Sossella Editore, Bologna.
- Celaschi, F., Celi, M., Formia, E., Franzato, C., Ortuño, B.H., Imbesi, L., Peruccio, P.P, (2016), “Systems and Design: Beyond Processes and Thinking” in *Systems & Design: Beyond Processes and Thinking ETSID*, 22-24 June 2016, València, Universitat Politècnica de València.
- Celaschi, F., (2008), “Il design come mediatore tra bisogni” in *Germak, C. (a cura di) Uomo al centro del progetto*. Umberto Allemandi & C., Torino, pp. 19-31.
- Celaschi, F., and Celi, M., (2015), “Advanced design as reframing practice: ethical challenges and anticipation in design issues”, in *Futures*, Issue 71, pp. 159-167.

Chen, Y. (2014). *Trade, Food Security and Human Rights. The Rules for International Trade in Agricultural Products and the Evolving World Food Crisis*. Routledge, London.

Clarkson, P. J., Buckle, P., Coleman, R., Stubbs, D., Ward, J., Jarrett, J., Lane, R. & Bound, J., (2004) "Design for patient safety: A review of the effectiveness of design in the UK health service" in *Journal of Engineering Design*, Vol.15, Issue 2, pp. 123-140,

Colborn, T., Peterson Myers J. and Dumanoski, D., (1996), *Our Stolen Future: Are We Threatening Our Fertility, Intelligence, And Survival? A Scientific Detective Story*, Penguin, Londra.

Cooper, R., Boyko, C. T. and Cooper, C. (2011), "Design for Health: The Relationship Between Design and Noncommunicable Diseases" in *Journal of Health Communication*, Vol. 16, Issue 2, pp. 134-157

Coulter, T. P., (2016). *Food. The Chemistry of its Components*, The Royal Society of Chemistry, Cambridge.

Counihan, C., Siniscalchi, V. (2014). *Food Activism. Agency, Democracy and Economy*. Berg Publishers, Oxford.

Cox, D.F., (1967), *Risk Taking and Information Handling in Consumer Behavior*, Harvard University Press, Boston, MA.

Crews, D., McLachlan, J.A., (2006), "Epigenetics, evolution, endocrine disruption, health, and disease" in *Endocrinology*. 2006 Jun; 147(6 Suppl): S4-10.

Dawson, E., (2009), "On Constructing Collaborations between Engineers, Designers and Publics in *Interaction Research Studio. Material Beliefs*", University of London, London: Goldsmiths.

De Leonardis, F., (2005), *Il principio di precauzione nell'amministrazione di rischio*, Giuffrè, Milano.

Dietz, W. and Santos-Burgoa, C., (2020), "Obesity and its Implications for COVID-19 Mortality" in *Obesity*, Vol. 28, Number 6.

Dimonte, M., (2005), *Per un medico più vicino al problema ecologico e partecipe al cambiamento*, Levante Editori, Bari.

Eom, Y.S., (1994), "Pesticide residue risk and food safety valuation: a random utility approach" in *American Journal of Agricultural Economics*, St Paul, MN, Vol. 76, pp. 760-72.

Erevelles, S., (1993), "The price-warranty contract and product attitudes" in *Journal of Business Research*, Vol.27, pp. 171-81.

Fagnoni, R. (2018), "Da ex a next – Design e territorio – Una relazione circolare basata sulle tracce", in *MD Journal*, vol. 5, pp. 16-27.

Fassio, F., Cionchi, E., Tondella, A., (2020), "La Circular Economy For Food Nelle Città Del Futuro Buone Pratiche Per La Definizione Di Smart Food" in AGATHÓN – International Journal of Architecture, Art and Design, Vol. 08, pp. 244-253.

Fassio, F., Giovannetti, G., Capaldo, S., Nuti, M., & Bruno, A., (2020), "La rigenerazione della terra per la salute dell'umanità" in *Materia Rinnovabile*, Vol. 31, pp.46-55  
Fassio, F., Tecco, N. (2018), *Circular Economy for Food – Materia, energia e conoscenza in circolo*, Edizioni Ambiente, Milano.

Fassio, F., (2017), "Systemic Food Design.it - A website that narrates food supply chains from a systemic perspective" in *The Design Journal*, 20:sup1, pp. 1355-1366.

Ferguson, R.S. and Lovell, S.T., (2014), "Permaculture for agroecology: design, movement, practice, and worldview. A review" in *Agronomy for Sustainable Development*, Vol. 34, pp. 251–274.

Fogg, B.J., (2003), *Tecnologia della persuasione*. Milano: Apogeo.

Fry, T., (2008), *Design Futuring. Sustainability, Ethics and New Practice*. Oxford: Berg Publishers.

GBD 2017 Diet Collaborators (2019), "Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990-2017 – A systemic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017", in *The Lancet*, vol. 393, Issue 10184, pp. 1958-1972.

GBD 2015 Risk Factors Collaborators, (2016) "Global, regional, and national comparative risk assessment of 79 behavioural, environmental and occupational, and metabolic risks or clusters of risks, 1990–2015: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2015" in *Lancet*; Vol. 388, pp.1659–1724.

GBD 2013 Risk Factors Collaborators, Forouzanfar MH, Alexander L, et al., (2015), "Global, regional, and national comparative risk assessment of 79 behavioural, environmental and occupational, and metabolic risks or clusters of risks in 188 countries, 1990–2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013", in *Lancet*; Vol. 386: pp. 2287–2323.

Genovese, U., Mariotti, P., (2013), *Responsabilità sanitaria e medicina difensiva*, Maggioli Editore, Rimini.

Germak, C., (Ed.). (2008), *Uomo al centro del progetto*, Umberto Allemandi & C., Torino.

Granovetter, M. S., (1973), "The Strength of Weak Ties", in *American Journal of Sociology*, vol. 78, issue 6, pp. 1360-1380.

Grasseni C., (2013), *Beyond Alternative Food Networks: Italy's Solidarity Purchase Groups*, Berg/Bloomsbury Academic, London.

Harari, Y. A., (2021). "Lessons from a year of Covid" in *Financial Time*.  
Online. <https://www.ft.com/content/f1b30f2c-84aa-4595-84f2-7816796d6841>  
Consultato il 29.03.2021

- Harrington, A., (2008), *The Cure Within: A History of Mind-Body Medicine*. W.W. Norton & Company, New York.
- Henson, S., Caswell, J., (1999), "Food safety regulation: an overview of contemporary issues" in *Food Policy*. 43. Vol. 24, Issue 6, pp. 589-603.
- HMSO, (1995), *A Guide to Risk Assessment and Risk Management for Environmental Protection, Department of the Environment*, HMSO, pp. 77-80.
- Imbasciati, A., (2008), *La mente medica. Che significa «umanizzazione» della medicina*, Springer Verlag, Berlino.
- Irwin, T., (2015), "Transition Design – A Proposal for a New Area of Design Practice, Study, and Research", in *Design and Culture | The Journal of the Design Studies Forum*, Vol. 7, Issue 2, pp. 229-246.
- Jones, P. H., (2013), *Design for Care – Innovating Healthcare Experience*, Rosenfeld Media, New York.
- Jones, P. H., (2014), "Systemic Design Principles for Complex Social Systems", Chapter 4 in *Social Systems and Design*, Gary Metcalf Editor. Volume 1 of the Translational Systems Science.
- Joung, H.W., Choi, E.K.C., Ahn, J. and Kim, H.S., (2014), "Healthy Food Awareness, Behavioral Intention, and Actual Behavior toward Healthy Foods: Generation Y Consumers at University Foodservice" in *Journal of the Korean Society of Food Culture*, Vol. 29, Issue 4, pp. 336-341
- Koohafkan, P. & Altieri, M.A., (2017), *Forgotten Agricultural Heritage. Reconnecting food systems and sustainable development*. Routledge, Abingdon.
- Lautoche, K., Rainelli, P., & Vermesch, D., (1998), "Food safety issue and BSE Scare: some lessons from the French case" in *Food Policy*, Vol. 23, No.5, pp. 347-56.
- Lee, K., (2004), "Globalisation: what is it and how does it affect health?" in *The Medical Journal of Australia*, Vol. 180 (4), pp. 156-158.
- MacFie, H. (2007). *Consumer-Led Food Product Development*, Hal MacFie Editor, UK. Woodhead Publishing Series in *Food Science, Technology and Nutrition*.
- Maffei, N.P., Schifferstein, H. N. J., (2017), "Perspectives on food packaging design" in *International Journal of Food Design*, Volume 2, Issue 2, pp. 139-152. Publisher: Intellect
- Maga, J. A., Tu, A. T., (1995), *Food Additive Toxicology*, M. Dekker, New York.
- McMichael, Aj., Beaglehole, D., (2000), "The changing global context of public health", in *Lancet*, Vol. 356, pp. 495-99.

Maffei, S., Villari, B., Tamini, L. and Parini, B. (2016), *Social Food Club – Service e food design come abilitatori di nuovi modelli di sviluppo, innovazione e coesione sociale*, Macro, Milano.

Manzini, E. and Meroni, A., (2014), “Catalyzing social resources for sustainable changes – Social innovation and community-centred design”, in Vezzoli, C., Kohtala, C. and Srinivasan, A. (eds), *Product-Service System Design for Sustainability*, Greenleaf Publishing, Sheffield, pp. 362-379.

Mattiolo, O., (2011), *Phytoalimurgia Pedemontana. Come Alimentarsi Con Le Piante Selvatiche*, Blu Edizioni, Torino.

Micha R, Shulkin ML, Peñalvo JL, et al., (2017), “Etiologic effects and optimal intakes of foods and nutrients for risk of cardiovascular diseases and diabetes: systematic reviews and meta-analyses from the Nutrition and Chronic Diseases Expert Group (NutriCoDE)” in *PLoS One*, Vol. 12: e0175149.

Micha R, Kalantarian S, Wirojratana P, et al., (2012), “Estimating the global and regional burden of suboptimal nutrition on chronic disease: methods and inputs to the analysis” in *European Journal of Clinical Nutrition*, Vol. 66, pp. 119–29.

Miles, S., and Frewer, L, (2001), “Investigating specific concerns about different food hazards” in *Food Quality and Preference*, Vol. 12, Issue 1, pp. 47-61. Mitchell, V. W., (1998), Defining and measuring perceived Risk. The Academy of Marketing Annual Conference, 380-4.

Mitchel, V.W., (1999), “Consumer perceived risk: conceptualisations and models” in *European Journal of Marketing*, Vol.33, No. 1/2, pp.163-95.

Norat T, Chan D, Lau R, Aune D, Vieira R, Corpet D., (2010) “The associations between food, nutrition and physical activity and the risk of colorectal cancer”, Online: [www.wcrf.org/sites/default/files/SLR\\_colorectal\\_cancer\\_2010.pdf](http://www.wcrf.org/sites/default/files/SLR_colorectal_cancer_2010.pdf). Imperial College London.

Onen, C.I., (2004), “Medicine in resource-poor settings: time for a paradigm shift?”, in *Clin Med*, Vol. 4, pp. 355-360.

Osservatorio CORES, (2013), *I GAS nella provincia di Bergamo: indagine osservatorio CORES in collaborazione con il Tavolo Nazionale RES*, CORES Working Papers, no. 1, Università degli Studi di Bergamo, Online: <http://hdl.handle.net/10446/28934>.

Papanek, V., (1985), *Design for the Real World: Human Ecology and Social Change*. Chicago Review Press, Chicago.

Patel, R., (2008), *I padroni del Cibo*, Feltrinelli Editore, Milano.

Peano, C., Sottile, F., (2017), *Agricoltura Slow*, Slow Food Editore, Bra.

Parente, M. and Sadini, C., (2019), *D4T – Design per i territori – Approcci, metodi, esperienze*, List Editore, Trento.

Pereno, A. Barbero, S. and Tamborrini, P. (2016), "Design for Healthcare Sustainability: Ethical implications of eco-design research.", in Valentine, L., Borja de Mozota, B., Nelson, J., Merter, S. and Atkinson, P. (eds), *The Value of Design Research – Proceedings of the 11th International Conference of European Academy of Design Conference*, 22-24 April 2015, pp. 1-15.

Pereno, A. (2018). *Systemic Design for Sustainable Healthcare. Designing for the treatment of chronic diseases*. Ph.D. Thesis. Scudo. Politecnico di Torino.

Peruccio, P. P., Vrenna, M., Menzardi, P., & Savina, A., (2018), "From The Limits to Growth' to Systemic Design: envisioning a sustainable future" in Z. Linghao, L. Yanyan, X. Dongguan, M. Gong, & S. Di (Eds.), *Cumulus Conference Proceedings Wuxi 2018 - Diffused Transition and Design Opportunities* (pp. 751–759). Jiangnan University, 31st October-3rd November 2018. Wuxi, China: Huguang Elegant Print Co., Ltd.

Peruccio, P., Savina, A. (2020). "The planning of a territorial network among food, health and design" in *Agathón | International Journal of Architecture, Art and Design*, vol. 8, pp. 262-271.

Petrini, C., (2020) *Terrafutura. Dialoghi con Papa Francesco sull'ecologia integrale*, Slow Food Editore, Bra.

Petrini, C., (2016), *Buono, Pulito e Giusto – Principi di una nuova gastronomia*, Slow Food Editore, Bra.

Petrini C., (2011), *Come non farci mangiare dal cibo*, Slow Food Editore, Bra.

Pistoletto, M., (2010), *Il Terzo Paradiso*. Venezia, Marsilio Editori, Venezia

Pollan, M., (2006), *Il Dilemma dell'Onnivoro*. Adelphi Edizioni, Milano.

Pothukuchi, K., (2004), "Community food assessment: A first step in planning for community food security" in *Journal of Planning Education and Research*, Vol. 23, Issue 4, pp. 356-377.

Raats, M. and Shepherd, R., (1996), "Developing a subject-derived terminology to describe perceptions of chemicals in foods" in *Risk Analysis*, Vol 16, pp.133-46.

Rakel, D., (2017), *Integrative Medicine*, Elsevier, Philadelphia.

Rittel, H. W. J., (1988), *The Reasoning of Designers*, Institut für Grundlagen der Planung, Stuttgart.

Rittel, H.W.J., (1984). Second Generation Design Methods. Interview in Design Methods Group, 5th Anniversary Report, DMG Occasional Paper 1, 1972, pp. 5–10. Reprinted in N. Cross (ed.), *Developments in Design Methodology*, John Wiley & Sons, Chichester, pp. 317-327.

Rittel, H.W.J. and Webber, M.M. (1973), "Dilemmas in a general theory of planning" in *Policy Sciences*, Vol 4, pp. 155 -169.

Rivera, J. A., Barquera, S., Campirano, F., Campos, I., Safdie, M. and Tovar, V. (2006), “Epidemiological and nutritional transition in Mexico: rapid increase of non-communicable chronic diseases and obesity” in *Public Health Nutrition*, Vol. 5(1A), pp.113–122

Roati, A., (2012), *Medicina difensiva e colpa professionale medica in diritto penale. Tra teoria e prassi giurisprudenziale*, Giuffrè, Milano.

Robin, M., (2012), *Il veleno nel piatto – I rischi mortali nascosti in quello che mangiamo*, Feltrinelli, Milano.

Rodgers, P. A., (2007), “Designing the Next Generation of Designers” in *IASDR07: International Association of Societies of Design Research*. The Hong Kong Polytechnic University 12-15 November 2007.

Roselius, T., (1971), “Consumer Rankings of Risk reduction methods” in *Journal of Marketing*, Vol 35, No. 1, pp. 56-61

Royal Society, (1992), *Risk: Analysis, Perception, and Management*. The Royal Society, London.

Rozin, P., Pelchat, M.L., & Fallow, A.E., (1986), Psychological factors influencing food choice in Riston, C. Goffon, L. and McKenzie, j. (Eds), *The Food Consumer*, John Wiley & Sons Ltd Chichester and New York, pp. 85-106.

Russo, D. and Tamborrini, P., (2018), *D&T – Design e Territori*, Palermo University Press, Palermo.

Sandman, P.M., (1987)., “Risk Communication, facing public outrage” in *EPA Journal*, Vol 13, pp. 21-29.

Sandman, P.M., (1993), *Responding to Community Outrage: Strategy for Effective Risk Communication*. American Industrial Hygiene Association, Fairfax, V.A.

Sabaté J, Soret S., (2014), “Sustainability of plant-based diets: back to the future” in *American Journal of Clinical Nutrition*, Vol. 100 (suppl 1): pp. 476–482.

Savina, A., (2020), “Per un Territorio Sostenibile: Seminare Benessere. Ricerca, università e associazioni oggi si uniscono per sviluppare una rete locale che conduca al dialogo sistemi agroalimentari e sanitari” in PICCHIOVERDE, Rivista di Cultura e Promozione del Territorio. (Pianalto, chierese, collina torinese, basso monferrato), vol 7, pp. 32-34.

Savina, A., Peruccio, P. (2020), “The Role of Systemic Design in a First Re-Connection of Food Webs and Health Systems” in *Art and Design International Journal*. Vol. 3, Issue 4, pp 29-40.

Savina, A., Peruccio, P., (2019), “Facing a Phytosanitary Emergency through Transdisciplinary Approach of Systemic Design” in *Proceedings of DRS Learn X Design 2019: Insider Knowledge (2019)*, pp. 815-824.

- Savina, A., Peruccio, P., Vrenna, M., Menzardi, P., (2018)., “The impact of food production on public health: Systemic strategies for a diffused and transversal prevention plan” in *Proceedings of Relating Systems Thinking and Design (RSD7) 2018 Symposium (2019)*, pp. 315-330.
- Scaffidi, C., (2018), *Che mondo sarebbe – Pubblicità del cibo e modelli sociali*, Slow Food Editore, Bra.
- Shiva, V., (2002), *Il mondo del cibo sotto brevetto. Controllare le sementi per governare i popoli*. Feltrinelli, Milano.
- Shiva, V., (2009), *Campi di battaglia. Biodiversità e agricoltura industriale*. Edizioni ambiente, Firenze.
- Shiva, V., Patwardhan, B. and Shiva, M., (2018), *Cibo e salute. Manuale di resistenza alimentare*, Terra Nuova Edizioni, Firenze.
- Shiva, V., (2015), *Chi nutrirà il mondo? Manifesto per il cibo del terzo millennio*, Feltrinelli, Milano.
- Scharmer, O. (2018), *The Essentials of Theory U – Core Principles and Applications*, Berrett-Koehler Publishers, San Francisco.
- Slovic, P., (1987), “Perception of Risk” in *Science*, Vol. 236, pp. 280-285.
- Slovic, P., (1999), “Perceived Risk, trust and democracy” in *Risk Analysis*, Vol. 13, pp. 675-682.
- Slow Food, Università di Scienze Gastronomiche, Università di Torino, Politecnico di Torino. (2021). *SEeD for Change. Seminare conoscenza per accelerare il cambiamento*. Report Terra Madre Salone del Gusto 2020/2021
- Soma, T., & Wakefield, S., (2011), “The emerging role of a food system planner: Integrating food considerations into planning” in *Journal of Agriculture, Food Systems, and Community Development*, Vol 2, Issue 1, pp. 53–64.
- Sparks, P. and Shepherd, R., (1994), “Public perception of the potential hazard associated with food production and food consumption: an empirical study” in *Risk Analysis*, Vol.14, pp. 799-805
- Steel, C., (2008), *Hungry City: How Food Shapes Our Lives*, Chatto & Windus, London.
- Taylor, J., (1974), “The role of risk in consumer behavior” in *Journal of Marketing*, Vol.38, pp.54-60.
- Tavolo per la Rete italiana di economia solidale, (2010), *Il capitale delle relazioni. Come creare e organizzare gruppi d’acquisto e altre reti di economia solidale, in cinquanta storie esemplari*, Altreconomia, Roma.
- Tilman, D. and Clark, M. (2014), “Global diets link environmental sustainability and human health” in *Nature*, Vol. 515, pp. 518–22.

- Trasande, L., (2019), *Sicker, Fatter, Poorer – The Urgent Threat of Hormone-Disrupting Chemicals to Our Health and Future ... and What We Can Do about It*, Houghton Mifflin Harcourt, Boston.
- Ulrich, R. S., Zimring, C., Zhu, X., DuBose, J., Seo H.-B., Choi, Y.-S., Quan, X. and Joseph, A. , (2008), “A Review of the Research Literature on Evidence-Based Healthcare Design”, in *Health Environments Research & Design Journal*, Vol. 1, issue 3, pp. 61-125.
- United Nations – General Assembly, (2015), *Transforming Our World – The 2030 Agenda for Sustainable Development*, Resolution adopted by the General Assembly on 25 September 2015.
- Vasquez, J.J.C., Celaschi, F., Formia, E., Iñiguez Flores, R., León, R., Ramírez Triana, N. (2019), “Design & Territories: Emergencies and Conflicts at the Time of the Anthropocene” in *Strategic Design Research Journal*, Vol. 12, n. 02, May - August 2019. pp.138-154. Doi: 10.4013/sdrj.2019.122.02.
- Virzì, A., (2012), *La relazione medico-paziente. Come riumanizzare il rapporto: Un manuale introduttivo*, Franco Angeli, Milano.
- Wandel, M., (1994), “Understanding consumer concern about food related health risks” in *British Food Journal*, Vol.96, pp. 35-40.
- Vrenna, M., Peruccio, P.P., Liu, X., Zhong, F. and Sun, Y., (2021), “Microalgae as Future Superfoods: Fostering Adoption through Practice-Based Design Research” in *Sustainability*, Vol.13, 2848, pp. 1-28.
- Wendel, S., (2013), *Designing for Behavior Change – Applying Psychology and Behavioral Economics*, O’Reilly, Sebastopol.
- Willett WC and Stampfer MJ., (2013), “Current evidence on healthy eating” in *Annual Review of Public Health*, Vol. 34: pp. 77–95.
- World Cancer Research Fund/American Institute for Cancer Research. (2018), *Diet, nutrition, physical activity and cancer: a global perspective. Continuous Update Project Expert Report, 2018*.  
Online: <https://www.wcrf.org/dietandcancer>.
- World Health Organization (2018), *Time to Deliver – Report of the WHO Independent High-Level Commission on Noncommunicable Diseases*. [Online] [www.quotidianosanita.it/allegati/allegato9156971.pdf](http://www.quotidianosanita.it/allegati/allegato9156971.pdf) [Accessed 30 October 2019].
- Yeung, R. M. W. and Morris, J. (2001), “Food Safety Risk”, in *British Food Journal*, Vol. 103, Issue 3, pp. 170-187. [Online] Available at: [doi.org/10.1108/00070700110386728](https://doi.org/10.1108/00070700110386728)

**Ph.D. Candidate**  
Alessandra Savina

**Tutor**  
Prof. Pier Paolo Peruccio

**Ph.D. in**  
**Management, Production and Design**  
XXXIII° Cycle



**POLITECNICO  
DI TORINO**

Dipartimento di  
Architettura e Design