



Lucca, 15 giugno 2018 - In occasione della Giornata della Gastronomia Sostenibile, 18 giugno, istituita dall'Assemblea generale delle Nazioni Unite il 21 dicembre 2016, attraverso la risoluzione A / RES / 71/246, il Coordinamento Nazionale dei docenti della Disciplina dei Diritti Umani intende affermare l'importanza di un'alimentazione corretta e varia, improntata ai criteri della sostenibilità e della tutela ambientale.

L'Italia costituisce uno dei paesi più all'avanguardia per la serietà delle norme in materia alimentare e per i controlli sulla qualità / igiene sanitaria dei prodotti che arrivano sulle nostre tavole.

Se è vero che “noi siamo ciò che mangiamo”, come sosteneva Ludwig Feuerbach, l'attenzione delle agenzie formative come la scuola non può che essere massima rispetto ad un argomento che in realtà si collega a diversi altri temi tutti assai rilevanti per la qualità della vita.

Buon cibo significa assicurarsi una corretta trafila di passaggi che prevedano un uso assai limitato di pesticidi, il riciclo dei materiali utilizzati, condizioni di trasporto e di conservazione degli alimenti appropriate e sicure.

Investire nella ricerca per attuare soluzioni alternative all'uso di sostanze chimiche, il consumo a Km 0, la creazione di piccoli orti domestici / condominiali finalizzati al recupero di aree verdi abbandonate all'incuria e al degrado, la conoscenza delle eccellenze territoriali a livello regionale possono diventare momenti di riflessione da tradurre in tappe di un percorso didattico volto al raggiungimento di una consapevolezza alimentare più sana e critica.

Chi apprezza la bontà e le proprietà nutritive delle castagne o delle fragole dovrà rendersi conto che tali prodotti dovrebbero rispettare la stagionalità per una maggiore efficacia nutritiva e organolettica; sarebbe necessario altresì far comprendere e spiegare che i lavoratori del settore, dal bracciante all'imprenditore, specializzato in agraria, hanno tutti delle responsabilità e dovrebbero essere tutelati nell'esercizio della propria attività.

La dieta mediterranea per gli effetti positivi connessi alle caratteristiche degli alimenti che la costituiscono rappresenta un modello di riferimento d'eccellenza da proporre nelle mense scolastiche, partendo sempre da materie prime a Km 0; anche altri piatti 'sani' o 'cucine' potrebbero essere sperimentati e 'studiati' onde favorire la curiosità nei confronti del prossimo. Si potrebbero creare dei percorsi pluridisciplinari da proporre agli studenti, naturalmente calibrati in funzione dei destinatari, in tutte le scuole di ogni ordine e grado.

Un'ultima proposta potrebbe essere quella di imparare a leggere insieme, guidati dal docente, i valori nutrizionali e le informazioni aggiuntive dei prodotti alimentari, in modo da orientarsi ed evitare alcune “trappole a cui possono andare incontro i consumatori più sprovveduti. A tal proposito, è consigliabile la

lettura dell'opuscolo del Ministero della Salute: "Etichettatura degli alimenti" (http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_215_allegato.pdf).

Mediante tali azioni didattiche i discenti imparerebbero anche a consultare fonti e siti appropriati per individuare cibi contaminati o potenzialmente dannosi per la salute, come il dossier della Coldiretti su "La classifica dei cibi più pericolosi" e i documenti presenti sul portale dell'epidemiologia per la sanità pubblica.

"In cucina funziona come nelle più belle opere d'arte: non si sa niente di un piatto fintanto che si ignora l'intenzione che l'ha fatto nascere."(Daniel Pennac)

Prof. Romano Pesavento

Presidente Coordinamento Nazionale Docenti della disciplina dei Diritti Umani