



*“Mangiare con i sensi...
per scoprire Igiene e Sicurezza
tra i colori e i sapori della corretta alimentazione.”*

24 marzo 2009

Mauro D’Aveni -Ufficio Qualità Coldiretti Torino

“La Qualità è salute e piacere”

Salute, Qualità & Piacere

Salute e Qualità sono **due termini** accomunati innanzitutto dall'essere **estremamente onnicomprensivi**, ossia portatori di significati ampi e diversi, e poi dal fatto, che qui più c'interessa, **che nel cibo trovano la loro più naturale fusione**. (in qualche misura, noi siamo ciò che mangiamo).

Per l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) **la salute è uno “stato di completo benessere fisico, psichico e sociale e non semplice assenza di malattia”**.

Cioè, a ben vedere, **la salute è qualcosa di molto vicino alla felicità**; se non a quella tout court, forse irraggiungibile, perlomeno **al piacere procurato da un sano e corretto rapporto col cibo**, il quale, nella nostra società che ha superato le urgenze del bisogno, diventa non solo **nutrimento del corpo** ma anche **dello spirito e della capacità relazionale**, portatore di allegria e convivialità.

Salute, Qualità & Piacere

Ed è proprio nello stile di vita (nella qualità della vita, nel “saper vivere” non con tante cose, ma con quelle giuste) che salute e qualità si fondono compiutamente e **che entra in gioco la capacità di saper coniugare il piacere** (della buona tavola) **con la salute** in un binomio per nulla antitetico, anzi diremmo persino terapeutico.

Per meglio comprendere la profondità di questo rapporto **occorre in primo luogo capirsi sul termine qualità**, che come detto è portatore di molteplici significati.

Da un punto di vista più prettamente economico **la qualità di un prodotto è la capacità di soddisfare le esigenze, espresse ed implicite, del consumatore**, il quale ha nei confronti dell'alimento che consuma una pluralità di aspettative.

La qualità complessiva di un alimento è quindi data dalla sommatoria dei valori che noi attribuiamo ad esso.

I valori d'un alimento

1. Il valore igienico-sanitario.

Inteso come il livello di salubrità e di sicurezza (assenza di patogeni, di contaminanti, di effetti residuali, ecc.) d'un alimento.

È un valore estremamente importante, ma **in realtà è un pre-requisito di qualità**, perché tutto ciò che viene commercializzato deve rispettare standard mondiali di sicurezza.

2. Il valore nutrizionale.

Inteso come l'insieme delle caratteristiche confacenti a un'alimentarsi in linea con il proprio fabbisogno energetico (calorie) e con le esigenze di equilibrio e completezza e dei nutrienti apportati (proteine, carboidrati, grassi, minerali, vitamine, ecc.)

I valori d'un alimento

3. Il valore tecnologico.

Inteso come l'attitudine di un alimento a particolari usi o trasformazioni, che si esprime attraverso qualità come la resa, la capacità di ritenzione idrica, la resistenza alle manipolazioni, ecc. È un valore poco percepito dal consumatore, ma spesso essenziale per l'agroindustria.

4. Il valore ecologico.

Da intendersi come la sommatoria di due qualità:

- **la naturalità**, come assenza di tutto ciò che incide artificialmente sulla produzione naturale (additivi, conservanti, OGM, ecc.);
- **l'ecocompatibilità**, cioè l'assenza o la massima riduzione possibile di impatti negativi sull'ambiente da parte della filiera produttiva e distributiva d'un alimento

I valori d'un alimento

5. Il valore etico.

Inteso come l'espressione del grado di sensibilità alle modalità di produzione, che devono garantire il **rispetto delle normative sui diritti dei lavoratori e sulla sicurezza del lavoro.**

6. Il valore edonistico.

Inteso come **la capacità d'un alimento di soddisfare tutte le attese “meno razionali” del consumatore.** Tutte quelle attese cioè collegate alla cosiddette “cinque esse”: i sensi, il sapere, lo status, la simpatia, il servizio.

Sono ovviamente queste attese che maggiormente interessano il tema “mangiare coi sensi” ed allora proviamo ad analizzarle una per una in ordine sparso.

Le attese edonistiche del consumatore

Superata l'epoca del bisogno, **il valore edonistico d'un alimento assume sempre maggiore importanza nelle scelte di consumo.**

A. Il servizio.

Inteso come **l'insieme delle qualità d'uso** d'un alimento, che si esprimono attraverso particolari caratteristiche quali la conservabilità (resistenza al deterioramento), la trasportabilità, l'economicità (la differenza tra costi e benefici), l'accessibilità, ecc.

B. La simpatia.

La simpatia (dal greco *sympatheia* “provare emozioni insieme”) nasce dalla **capacità di creare emozioni positive e sentimenti condivisi** e, nel cibo, dalla capacità di attrarre e di indurre all'allegria, come ben sanno il mondo della pubblicità e della ristorazione di qualità.

Le attese edonistiche del consumatore

C. La sensorialità.

I sensi sono le nostre antenne sul mondo ed il nostro rapporto col cibo le utilizza tutte, perché sono tantissimi e complessi gli effetti - fisiologici e psicologici - che le loro proprietà termiche, acustiche, visive, tattili e olfattive producono sul nostro stato di benessere o di disagio.

D. Il sapere.

Ogni alimento ha un suo potere evocativo, tanto maggiore quanto più esso esprime un territorio, la sua storia, la sua cultura, le sue tradizioni. E questo potere è tanto maggiore quanto più si interseca con i nostri saperi e la nostra storia personale.

Del resto sapere e sapore condividono la stessa radice etimologica (dal lat. *sàpere* “avere o sentir sapore” e fig. “aver senno, essere saggio, intendere”)

Le attese edonistiche del consumatore

E. Lo status.

Oggi non viviamo più **il cibo** solo come mezzo di sussistenza, anzi al contrario lo viviamo **come mezzo di espressione, come evento culturale e sociale**. Mangiamo sempre meno “con lo stomaco” e sempre più “con la testa” (perciò diventa sempre più importante “educare al cibo”, alla sua conoscenza e al suo consumo).

Del resto cucinare significa simbolicamente sottomettere la natura (le materie prime) e ridurla a cultura (il piatto finito).

Lo stesso termine “convivio” rimanda etimologicamente a “*cum vivere*”, vivere insieme. Mangiare insieme (un carattere tipico, se non esclusivo, della specie umana) è un altro modo ancora per trasformare il gesto nutrizionale dell'alimentarsi in un fatto eminentemente culturale e sociale.

I Prodotti Locali

Sono soprattutto i prodotti locali a rispondere positivamente a tutte queste attese ed a **racchiudere in sé tutti i molteplici valori** (ecologici, etici, edonistici ma non solo) che abbiamo visto prima.

Perché **i prodotti locali rispondono ad una serie di aspettative:**

- ✓ **economiche**, con **vantaggi diretti** (si risparmiano soldi ed energia) e **indiretti** (i soldi della spesa rimangono sul territorio);
- ✓ **ambientali**, con **benefici diretti** (meno traffico, meno inquinamento) e **indiretti** (si preserva l'ecosistema agricolo e quindi il paesaggio);
- ✓ **etiche e sociali**, perché nascono da imprese responsabili che tutelano i lavoratori e creano nuovi posti di lavoro;
- ✓ **culturali**, perché consentono la perpetuazione di tradizioni e stili di vita.

Le Filiere Locali

Quando parliamo di prodotti locali non ci riferiamo soltanto alla cosiddetta **tipicità**, che esprime produzioni ad alto valore aggiunto e relativamente bassa incidenza sul mercato (i cosiddetti “prodotti di nicchia”), ma soprattutto ci riferiamo al concetto più ampio di **territorialità**, di prodotto che nasce interamente in un territorio e ne è espressione completa.

In questo senso **il prodotto locale è l'espressione d'una filiera locale**, che però, indipendentemente dal fatto che sia più o meno corta, è realmente tale soltanto se anche la materia prima prevalente è di produzione locale.

Ed è soprattutto di quest'aspetto dovremmo tener conto quando acquistiamo e consumiamo degli alimenti.

Salute, Qualità & Piacere

Ecco quindi che **tutte le volte che facciamo la spesa** dobbiamo essere consapevoli che **facciamo delle scelte che incidono** profondamente non solo **sulla nostra personale salute**, ma anche **sul futuro benessere dei nostri figli e del nostro pianeta**.

Scegliere alimenti di qualità, nell'accezione pluricomprendiva che abbiamo visto, e **consumarli nei modi giusti** (utilizzando tutti i sensi e, possibilmente, in compagnia) **prendendoci il tempo necessario** (senza troppa fretta) sono il presupposto per far sì che termini come salute, qualità e piacere si fondino completamente e che l'atto concreto e quotidiano del nutrirsi diventi davvero un momento di riconciliazione con la vita.