

SFORBICIANDO

TESTIMONIANZE E SAGGI SUL NOSTRO RAPPORTO CON L'AMBIENTE IN RELAZIONE ALLA SALUTE

DAI CIBI TOSSICI ALLO STRESS, COSA CI FA MALE



ALDO FORBICE

Ma veramente nella nostra alimentazione si nascondono i cibi killer? Le denunce, per la verità, da parte di esperti, medici e giornalisti ci sono sempre state ma ora un libro di un ricercatore e giornalista francese, William Reymond, apre nuove finestre alla conoscenza. Infatti, in *Cibi Killer* (Nuovi Mondi) l'autore, dopo oltre cinque anni di ricerche, riesce a documentare i veleni che non sai di mangiare». Le fabbriche del cibo industriale - sostiene Reymond - hanno modificato la natura dei nostri alimenti, colonizzando la nostra tavola ma anche gli spuntini, le colazioni al bar di milioni di persone. Mentre il «toxic food» si diffondeva sempre di più, malattie come l'Alzheimer o alcuni tipi di cancro hanno conosciuto un'espansione senza precedenti. Esiste una causa-effetto? A giudicare dalle molte ricerche sembrerebbe di sì. Il mondo

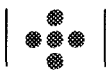
del cibo industriale americano viene esplorato a lungo, in ogni suo aspetto. Ci si sofferma sulla triade, cioè sui tre terribili tumori del XXI secolo (prostata, colon e seno). Gli oncologi e i nutrizionisti non hanno dubbi in proposito e cioè che la maggior parte di questi tumori siano originati dalla «cattiva» alimentazione (la seconda causa, com'è noto, è costituita dal fumo). Ricordiamo che, col 286% di incremento negli ultimi 20 anni, quello della prostata rappresenta il cancro più diffuso in Usa (il 25% di tutte le forme di cancro). Per questo tipo di cancro sono stati messi sotto accusa i latticini (una ricerca del 2001, Università di Harvard). Il cancro al colon-retto si colloca al secondo posto nella classifica dei tumori e colpisce il 6% della popolazione (18 milioni di americani). In questo caso sono state «processate» dagli studiosi le carni rosse (uno studio del 2005 dell'American Cancer Society). Infine, il terzo tumore è quello al seno. Negli anni '60 questo tumore colpiva una donna su 20, oggi la proporzione è passata a una su tre. Una tendenza che interessa tutto il mondo occidentale, anche se - rispetto al passato - la mortalità è sensibilmente diminuita. An-

che per studiare la causa di questo tumore si citano moltissime ricerche che individuano nel grasso (oltre che nel fumo e nei fattori ereditari) le cause di questo flagello. Un libro-denuncia che ci fa riflettere e che dovrebbe rappresentare un monito anche per i produttori di «toxic food» che spesso dimenticano uno dei principi fondamentali del commercio: non uccidere il tuo cliente.

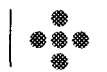
Dalle Edizioni Ambiente è arrivato nelle librerie il nuovo rapporto al Club di Roma di Gunter Pauli, *Blue Economy*, curato da Gianfranco Bologna (direttore scientifico del Wwf Italia). Pauli è il fondatore di Zeri (Zero Emission Research Initiative), una rete internazionale di scienziati, studiosi ed economisti che studiano l'ambiente. In questo rapporto si analizzano e sperimentano tutte le iniziative e i progetti che possano servire a tutelare meglio la nostra Terra. La «blue economy», di cui Gunter Pauli traccia i principi è quella delle tecnologie ispirate dal funzionamento della natura e che opera materialmente attraverso le strategie della biomimesi. È qualcosa di diverso dalla «green economy»: non richiede agli imprenditori alcun investimento

aggiuntivo per salvare l'ambiente. Anzi è in grado di produrre altri redditi. Ad esempio, coltivare funghi sui fondi di caffè, usare un cellulare senza batteria che sfrutta il calore del corpo e le vibrazioni della voce umana. O, ancora, imitare i sistemi di raccolta dell'acqua di un coleottero per ridurre il riscaldamento globale, sostituire le lame in metallo dei rasoi con fili di seta. Tutte queste cose ora non sembrano più fantascienza.

Infine, due segnalazioni. Maria Novo (scrittrice e artista plastica) ha scritto un divertente libro, *Vivere slow-Apologia della lentezza* (Dedalo). L'autrice propone una serie di strategie per riappropriarsi del proprio tempo e liberarsi dalla «schiavitù della produttività». Una riflessione sull'uso del tempo, fondata sull'equilibrio ecologico e la qualità della vita degli esseri umani. L'altro libro è di Simone Perotti, *Avanti tutta* (Chiarelettere). Lui, un giornalista, è riuscito a mollare tutto (città, lavoro e chissà che cos'altro). Ora naviga nei mari liguri e scrive. Di questa sua scelta esistenziale ha fatto un «manifesto per una rivolta individuale». Per carità, non imitatelo. Ci mancherebbe anche questa forma di protesta per incrementare i nostri guai.



IL CELLULARE
SENZA BATTERIA?
È LA «BLUE
ECONOMY»



DALL'APOLOGIA
DELLA LENTEZZA
ALLA SCELTA
DEL «MOLLO TUTTO»

