

#

Food

SCUOLE PRIMARIE

**Mangiare bene,
nel rispetto
della natura
e degli animali**

scuole primarie

Food

Cronisti in classe
QV LA NAZIONE
2022 20° edizione

scuola**attiva**^{NLUS}
EDUCATION FOR THE FUTURE

ScuolaHub
consulenza & orientamento

Il cibo non è mai soltanto cibo

Una bistecca di carne, frutti esotici come la banana o il mango, il tonno in scatola, il riso e la pasta: quello che mangiamo ha sempre delle **conseguenze sulla natura**.

Gli alberi abbattuti per coltivare i campi, l'acqua impiegata per irrigare e abbeverare gli animali, il carburante utilizzato per trasportare i prodotti, spesso da un lato all'altro del mondo: sono solo alcuni dei fattori che costituiscono l'impronta ecologica del cibo, ovvero il suo "peso", talvolta enorme, sull'ambiente.

Gli scienziati hanno infatti calcolato che i sistemi alimentari contribuiscono fino al 37% delle emissioni di **gas serra** sulla Terra.

L'alimentazione sostenibile

Il futuro, anche dell'alimentazione, è legato alla sostenibilità. Un concetto ampio che si regge su tre pilastri:

- Consumare meno cibo;
- Diminuire lo spreco alimentare;
- Prediligere le proteine di origine vegetale rispetto a quelle animali.

Tra gli obiettivi principali c'è quello di arrivare all'**equilibrio** e non avere più situazioni dove i Paesi ricchi buttano nel cestino cibo ancora buono e lo sprecano, mentre in tanti altri luoghi del mondo non si riesce nemmeno a mangiare tre volte al giorno.

●
●
●

La produzione di cibo contribuisce al 37% delle emissioni di gas serra sulla Terra

L'utilizzo dei pesticidi

I pesticidi sono prodotti chimici studiati per respingere i **parassiti** che attaccano la verdura, la frutta e i cereali. Oggi esistono delle norme precise che ne regolano l'uso, affinché non ci siano rischi per la salute delle persone.



Cosa significa cibo biologico

Pomodori, ma anche carne di pollo e di coniglio: un prodotto viene detto "biologico" se è stato ottenuto in modo del tutto naturale e **non sono stati utilizzati prodotti chimici come i pesticidi**. Con biologico si intende anche l'insieme di tutte le tecniche produttive ideate per rispettare in maniera attenta le risorse naturali e la vita degli animali.

Vicini, vicinissimi, a Km 0

Quelli a Km 0 sono prodotti che **non percorrono lunghi tragitti** per arrivare sulla tavola e che di solito non si trovano nei supermercati. Al contrario, vengono realizzati da aziende che lavorano in una zona vicina a casa nostra. È possibile comprare frutta, verdura, uova e carne direttamente dai produttori aiutando l'ambiente, perché si evita, tra gli altri vantaggi, di aumentare l'inquinamento.

La biodiversità e il puzzle della Terra

Quante specie di animali esistono al mondo? E di piante? Per non parlare di funghi e microrganismi... La risposta è: **non si sa**. Ma quelle attualmente conosciute sono pari a 1.900.000 specie viventi. Ciascuna di esse è un tassello **fondamentale** del grande puzzle della Terra. Questo grande mosaico, che non può fare a meno di nessun pezzetto, prende il nome di biodiversità. Se, ad esempio, un giorno di colpo sparissero animali impollinatori come api, vespe, farfalle, mosche, ma anche uccelli e pipistrelli, non ci sarebbero più numerosi alimenti che noi esseri umani mangiamo quotidianamente.

●
●
●

È fondamentale proteggere le risorse naturali e il lavoro dei contadini di tutto il mondo

I problemi dell'agricoltura

Mantenere integro il grande puzzle della Terra è dunque fondamentale per la vita di tutti, ma spesso questa necessità viene dimenticata.

Alcune attività dell'uomo - come l'agricoltura intensiva, che cerca di produrre frutta e verdura in grandi quantitativi, tutto l'anno e nel minor tempo possibile - utilizzano i pesticidi e sfruttano il terreno, che non può mai riposare come si faceva, invece, in passato.

Secondo gli scienziati, questa modalità di coltivazione ha portato negli anni alla **scomparsa del 75% della biodiversità agricola** del pianeta.

Come funziona l'allevamento sostenibile

Cibo, acqua, spazio sufficiente, aria pulita: gli animali negli allevamenti hanno il diritto di godere di **buone condizioni di vita**, ma non sempre questo avviene. Negli allevamenti sostenibili il benessere di mucche e maiali è al primo posto. Un metodo che porta tanti vantaggi anche per l'uomo: la buona salute animale assicura infatti la sicurezza alimentare e riduce il rischio di trasmissione di malattie infettive per noi contagiose.

I molti danni del metodo intensivo

Del tutto diverso dall'allevamento sostenibile, quello intensivo dispone di grandissime stalle dove gli animali sono numerosi e vivono in spazi molto stretti, spesso senza mai poter uscire dalla stalla e stare all'aria aperta. Questo tipo di allevamento è responsabile di circa il 15% delle emissioni globali di **gas serra**. Il 65% di questo gas arriva direttamente dall'allevamento di bovini, che forniscono all'uomo carne e latte.


●
●
●

Gli scienziati pensano che ridurre il consumo di carne rossa aiuterebbe a ridurre l'impatto ambientale degli allevamenti

Anche la pesca deve essere rispettosa

I mari di tutto il mondo vengono utilizzati da sempre per pescare il pesce che poi finisce sulle nostre tavole. Diventa però ogni giorno più importante fare attenzione a come vengono sfruttate le risorse ittiche: pescare senza esagerare permette alle nostre riserve di pesce di riprodursi, mantenendo un **equilibrio** tra le varie specie. Molti pescatori hanno imparato a gestire in modo sostenibile la loro attività seguendo tre regole:

1. La pesca deve lasciare in mare abbastanza pesci per permettere loro di riprodursi;
2. L'impatto della pesca sulla flora e sulla fauna marina deve essere minimo, utilizzando tecniche specifiche;
3. La pesca deve essere responsabile e rispettare i limiti imposti dalle leggi, sia per le quote di pesce che per le aree e le stagioni.



La pesca a strascico usa grandi reti dove finiscono anche tartarughe e piante marine

Non si gioca con il cibo

Lo sappiamo: con gli alimenti non si gioca. Ma sappiamo anche che il cibo è frutto di un lungo processo e che per produrlo è servita energia, acqua e il tempo di qualcuno? Molto spesso lo dimentichiamo, come quando buttiamo nel cestino l'insalata che è diventata scura o il formaggio che abbiamo lasciato da settimane in fondo al frigorifero. I costi di queste azioni li paga l'ambiente, che ha visto sfruttare le sue risorse per produrre beni finiti al macero. Circa l'8% delle emissioni annuali di gas serra è legato allo **spreco alimentare**, che consuma anche una grande quantità di acqua dolce.

I Paesi "spreconi"

Ai primi posti della lista di chi getta più cibo in discarica ci sono i **Paesi più popolosi** come Cina, India e Stati Uniti. La classifica sulla quantità di spreco alimentare pro capite tra gli Stati del G20, però, vede il primato negativo dell'Arabia Saudita (105 kg all'anno). L'Italia è 12esima (67 kg).

Le 5 cause dello spreco alimentare

1. La sovrapproduzione
2. Viaggi troppo lunghi che fanno deteriorare il cibo
3. Imballaggi non funzionali
4. Cattiva conservazione nel frigo di casa
5. Acquistare più cibo di quello che si riesce a consumare

Lo spreco alimentare è un problema (anche) per il **clima**

Produrre cibo che finisce nel cestino comporta uno spreco di acqua, terra ed energia. Gli alimenti buttati nel mondo sono tantissimi, **circa 2,5 miliardi di tonnellate**. I problemi non si fermano qui: il fenomeno incide anche sulla gestione dei rifiuti e sulla perdita di biodiversità connessa all'inquinamento.

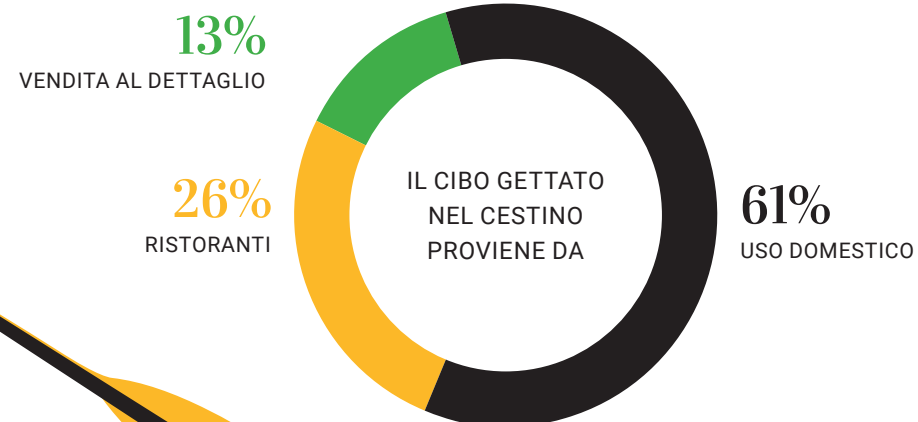
Rifiuti, perdita di biodiversità e inquinamento: le conseguenze “nascoste” dello spreco alimentare

Oltre a ridurre gli sprechi, diventa importante costruire un **economia circolare** in cui i prodotti non si trasformano in rifiuti, ma in risorse da riutilizzare. Non è impossibile: un'azienda italiana produce tessuti dagli scarti delle arance usate per fare spremute, mentre dai residui della macinazione del grano può nascere una carta ecologica, che permette di risparmiare sulla cellulosa degli alberi.

”
Una soluzione circolare

Basta sprechi, soprattutto a **casa**

La riduzione dello spreco alimentare parte soprattutto dall'impegno di **ogni persona**, nel suo piccolo. Lo dicono i numeri:



Nuova vita agli **avanzi**

Sono molte le ricette per recuperare gli avanzi che sono rimasti in cucina. Un esempio? Il pane raffermo è l'ingrediente povero di tantissimi piatti gustosi, come la frittata di pane, la delicata torta di pane e frutta o la buonissima pizza di pane. La regola è una sola: lasciare spazio alla **fantasia**.

scuole primarie

Food

Cronisti in classe
QV LA NAZIONE
2022 **20^a edizione**

scuolaattiva^{INLUS}
EDUCATION FOR THE FUTURE

ScuolaHub
consulenza & orientamento