



Esg, molta sostenibilità ambientale, poca alimentare

Descrizione

Più di due miliardi di euro per il **pranzo pasquale**, quasi 10 miliardi complessivi in spesa alimentare durante la Settimana Santa, con i dolci (soprattutto, ma non solo, colombe e uova di cioccolato) a giocare un ruolo da protagonista. Anche questa Pasqua ha confermato come gli italiani continuano a indulgere ai peccati di gola. Se qualche strappo ogni tanto, come nelle festività, è consentito anche dai nutrizionisti più severi, la reiterazione è invece deleteria per la salute. E gli italiani si abboffano, per lo più con cibi insani. Soprattutto bambini e adolescenti mangiano sempre peggio, con conseguenze devastanti. Gli **under 18 gravemente sovrappeso** o addirittura obesi sono oltre il 25%, percentuale doppia rispetto agli anni Ottanta e in continua crescita.

Non si tratta di una questione estetica, parlare di body shaming è totalmente fuori luogo. Bisognerebbe avere il coraggio di dire che «è grasso non è bello», anzi è catastrofico per la salute. Il **diabete di tipo II**, quello dovuto allo stile di vita, soprattutto alimentare, prima raro nei minorenni, è sempre più frequente. La steatosi epatica, presente in meno del 10% dei bambini e dei ragazzi «in forma», raggiunge il 70% tra quelli sovrappeso **obesi**. In pratica, 7 bambini grassi (mi perdonino gli ayatollah del politically correct se uso questo termine) su 10 hanno il fegato conciato come quello di un ultrasessantenne vizioso. Tra le conseguenze, una propensione a contrarre la cirrosi epatica. Chi è in sovrappeso o obeso, ha poi molte più probabilità di sviluppare patologie tumorali e cardiovascolari. Secondo una ricerca condotta dallo Sio (Society of integrative oncology) addirittura il 45% dei tumori insorge per una cattiva alimentazione.

L'elenco dei colpevoli è noto: snack, bibite gassate e zuccherate, patatine, merendine, creme spalmabili, dolci in generale. Lo zucchero è considerato oggi l'ingrediente (definarlo alimento è improprio) che più contribuisce all'insorgere del cancro. Le cellule tumorali infatti si nutrono di ossigeno e di zuccheri. E i cibi spazzatura ne sono pieni. Basti pensare che la quantità massima di zucchero consentita per la fascia 2-18 anni è di 25 grammi al giorno, mentre una sola lattina di bibita gassata ne contiene 35 grammi.

Per non parlare di prodotti popolarissimi e super pubblicizzati come le creme dolci spalmabili (che tra l'altro contengono pure grandi quantità di olio di palma). Ma spazzatura sono anche i cibi processati. Da uno studio francese condotto su un panel di oltre 100 mila persone (età media 43

anni), è emerso che chi si nutre (almeno per un terzo) di cibi pronti e confezionati ha il 23% di probabilità in più di sviluppare un cancro.

Nonostante le malefatte di una parte consistente delle marche alimentari (in particolare, quelle più presenti negli spot televisivi) siano note, il problema è sottovalutato, quasi ignorato. Chi si occupa di **responsabilità sociale**, chi sbandiera una grande propensione all'**ESG** (Environmental, social, governance) si concentra sulla sostenibilità ambientale e sulla tutela delle minoranze, ma di rado è attento alla salute dei consumatori che, a mio avviso, non è meno importante. Vengono criminalizzate le auto a motore termico, mentre i crimini di alcune aziende alimentari si consumano in un assordante silenzio. Come mai? Invitiamo gli autori de *L'Incontro* a contribuire a dare una risposta e i lettori a scriverci segnalando la loro opinione.

Milo Goj

CATEGORY

1. L'Editoriale

Categoria

1. L'Editoriale

Data di creazione

31/03/2024

Autore

goj

default watermark