SOMMARIO

1. Definire lo spreco **2**
2. Quanto e dove sprechiamo? **4**
2.1. Lo spreco ittico **5**
3. Come spreca l'Italia? **7**
4. Gli italiani e lo spreco **9**
5. Primo, non sprecare **11**
6. Una questione di salute **13**
7. Gli impatti dello spreco **14**
7.1. Food prints, le impronte dello spreco **16**
7.2. Il problema dei rifiuti **17**
8. Ci sono soluzioni? **20**
8.1. Il food sharing **20**
8.2. L'importanza delle scelte consapevoli **22**

** infografiche: housedada / dunter.

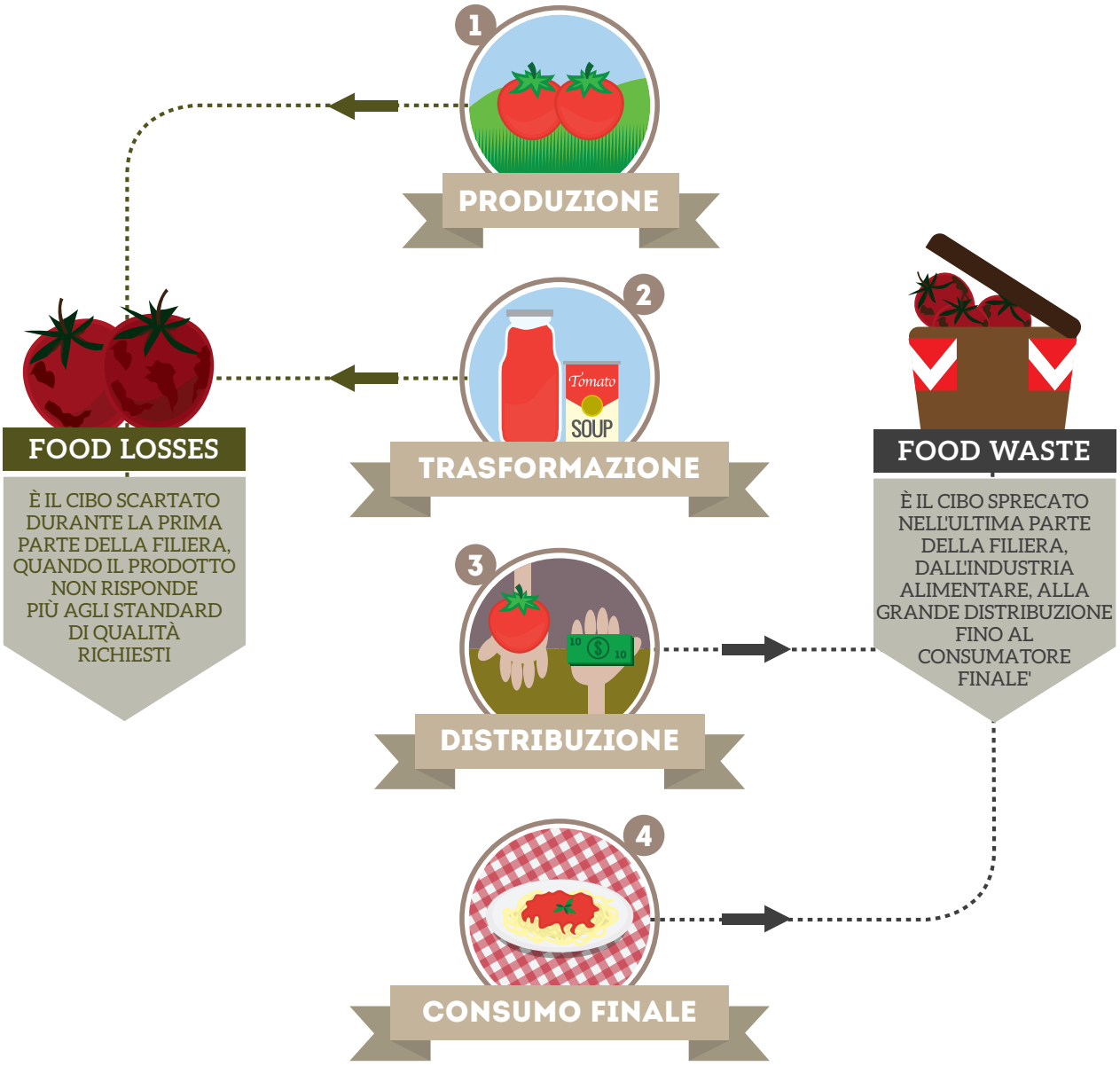
1. DEFINIRE LO SPRECO

«Quando tutto è stato prodotto e venduto,
ma ancora non basta, entra in scena lo spreco.
Se non posso fartelo consumare, te lo faccio buttare».[1]
Pietro Raitano

"Sprecare" significa non usare un bene che potrebbe ancora essere utilizzato.
Lo spreco è insito in alcuni modelli economici e solo di recente è stato individuato come problema. Interessa principalmente i paesi industrializzati, ma è diffuso anche nelle aree urbane dei paesi in via di sviluppo.
Quando si tratta di **cibo**, "sprecare" significa riferirsi a quell'insieme di «prodotti alimentari scartati dalla catena agroalimentare che hanno perso valore commerciale, ma che possono essere ancora destinati al consumo umano. Prodotti, quindi, perfettamente utilizzabili, ma non più vendibili […] che hanno perso le loro caratteristiche di "merce" ma non quelle di alimento». [2]
Tra i prodotti sprecati si possono distinguere quelli che non hanno più le **caratteristiche organolettiche** che ne garantiscono la consumabilità e quelli che, invece, hanno **difetti estetici,** ma mantengono inalterate le qualità igieniche e nutrizionali. Sebbene la definzione di "spreco alimentare" sia diversa da paese a paese e la stessa Europa non abbia una definizione univoca - il che rende più difficile la sua quantificazione – è possibile distinguere le **perdite alimentari** (food losses, cibo scartato durante la fase di produzione, raccolto e prima trasformazione) dagli **sprechi alimentari.**La **filiera alimentare** è lunga e complessa. Gli alimenti – che si distinguono in vegetali (frutta e verdura), animali (pesce e carne) o derivati (latte, succhi, semi, oli) – passano diverse fasi della catena.
I **vegetali,** ad esempio, richiedono un processo lungo. Una prima fase riguarda le attività di produzione e di coltivazione agricola in cui è possibile registrare perdite per le intemperie climatiche, ma anche per problemi di trattamento, immagazzinamento e trasporto. La seconda fase riguarda, invece, la trasformazione del prodotto da frutto del raccolto a prodotto commestibile e qui gli sprechi sono la conseguenza della lavorazione alimentare (come il packaging). La terza fase della filiera è quella della distribuzione, all'ingrosso o al dettaglio, dove lo spreco si verifica con l'invenduto. Il quarto e ultimo step riguarda invece il consumo che avviene nella ristorazione o nelle case, dove lo spreco è una conseguenza di acquisti o porzioni eccedenti, dell'incapacità di consumare i prodotti entro le date di scadenza, ma anche della difficoltà di interpretare correttamente le indicazioni riportate sull'etichetta.

1 Pietro Raitano, "Produrre meno, produrre meglio", *Il libro nero dello spreco in Italia: il cibo,* a cura di Andrea Segrè e Luca Falasconi, 2011, edizioni Ambiente, p. 34
2 Andrea Segrè e Luca Falasconi (a cura di), *Op. cit.,* p. 7

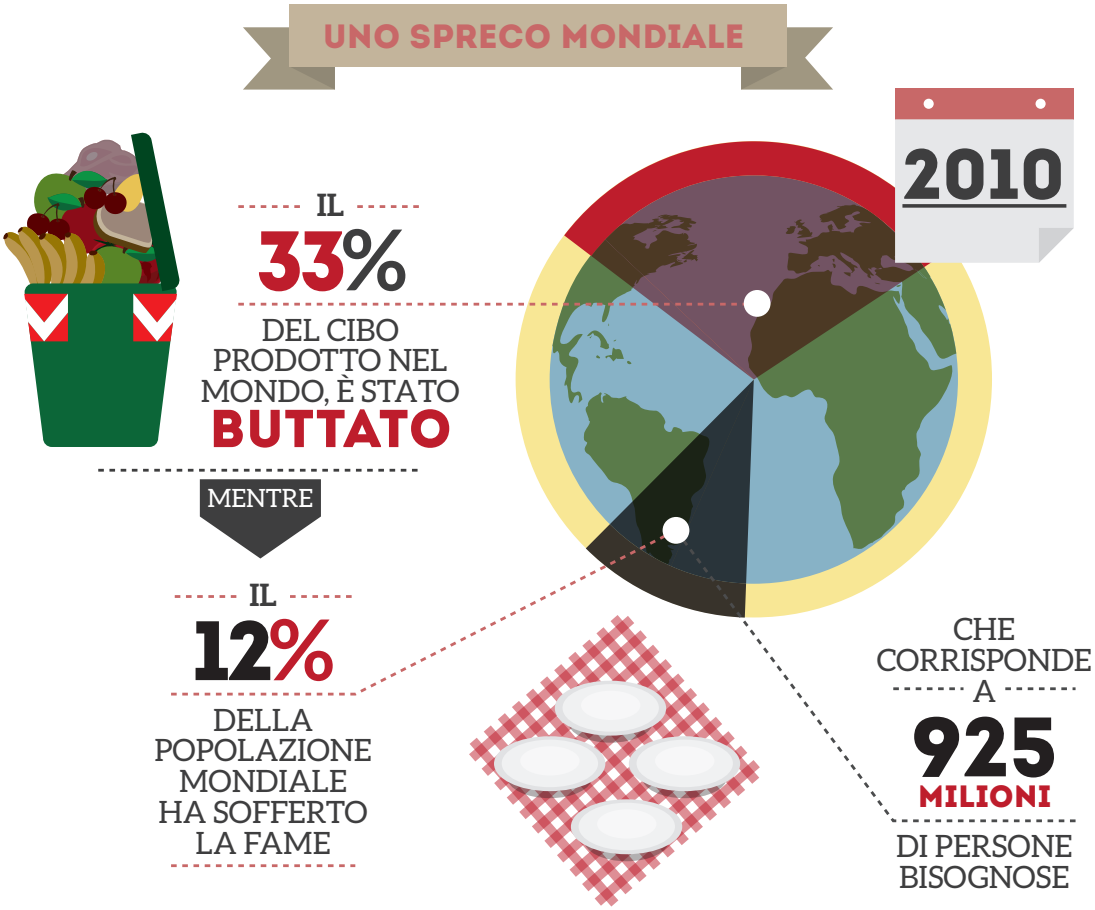
LO SPRECO NELLA FILIERA ALIMENTARE IN ITALIA



2. QUANTO E DOVE SPRECHIAMO?

«I cambiamenti nel progresso non sono doni divini».
Noam Chomsky

Il numero delle persone che nel mondo soffre la **fame** è in continua crescita: nel 2010 a fronte di uno spreco mondiale annuale di oltre 1,3 miliardi di tonnellate di cibo, cioè un terzo della produzione totale destinata al consumo umano, la FAO ha stimato in 925 milioni il numero delle persone che hanno sofferto la fame.[3] Com'è possibile? Come si spiega, ad esempio, che in India, Paese che fornisce l'80% del grano alla Svizzera, oltre 200 milioni di persone siano malnutrite?



We Feed the World (Austria, 2005) è un documentario di Erwin Wagenhofer sulla scarsezza di cibo per molti e sulla contemporanea sovrabbondanza per pochi privilegiati. Il film esplora gli effetti della globalizzazione sui consumi alimentari e cerca delle risposte alle domande che la fame nel mondo impone, tenendo conto che

3 AA.VV., *Quanta natura sprechiamo?*, *Op. cit.*, p.22

«dal 1974 lo spreco mondiale di cibo è cresciuto del 50%». Un'indagine che lascia senza parole.
Paolo De Castro afferma che: «Nei 27 Paesi dell'**Unione europea** si sprecano in termini assoluti 179 chili di cibo pro capite l'anno, di cui, oltre il 40%, pari a 76 kg, nella parte finale della filiera, ossia a livello domestico»[4].
Inoltre «Le persone dei paesi ad alto reddito consumano più risorse di quelle dei paesi a basso reddito. Gli Stati Uniti, per esempio, con il 5% della popolazione mondiale, incidono per un terzo su quanto offre l'intero pianeta, anche se in valore assoluto in questa classifica negativa sono stati superati dalla Cina».[5]
Dal 2009, nell'Unione europea «i prodotti ritirati dal mercato si sono stabilizzati attorno alle 300mila tonnellate l'anno, di cui 70mila solo in Italia.
Nel nostro paese, secondo i dati di Last Minute Market - lo spin off dell'Università di Bologna divenuto un'eccellenza europea nel recupero degli sprechi alimentari – nel 2012, il 2,47% della produzione agricola è rimasta in campo, oltre 12milioni di quintali di prodotto, mentre nell'**industria agroalimentare** lo spreco medio è stato il 2,6% della produzione totale. Per quantificare gli sprechi, il settore distributivo è stato suddiviso in categorie: i **mercati all'ingrosso** (centri agroalimentari e mercati ortofrutticoli) e il **sistema distributivo commerciale** (cash&carry, ipermercati, supermercati e piccolo dettaglio).
Nei centri agroalimentari ogni anno una percentuale di ortofrutta che varia dall'1 all'1,2% viene gestita come rifiuto. Nel 2012, in termini di peso, sono state sprecate e smaltite 118.317 tonnellate di prodotti ortofrutticoli, mentre gli sprechi alimentari, originati dai diversi attori della distribuzione, sono stati di 270.776 tonnellate. Ogni anno lo spreco domestico costa agli italiani 8,7 miliardi, 7,06 euro a settimana per famiglia: una cifra vertiginosa. (Dati del *Rapporto* 2013 sullo spreco domestico realizzato da Last Minute Market e Knowledge for EXPO, il nuovo Osservatorio di SWG/Azienda italiana che realizza sondaggi e ricerche di mercato).

2.1 LO SPRECO ITTICO

Soltanto in Italia, il sistema agroalimentare spreca – rispetto al totale di alimenti disponibili – tra il 34 e il 55% a seconda della categoria. Verdura, frutta, bevande e carne sono i cibi che sprechiamo di più, mentre sembra essere più efficiente la filiera dei cereali e del **pesce**, anche se il 70% degli esemplari raccolti con la **pesca a strascico** sono ributtati in mare. Questa tecnica prevede l'uso di pesanti reti che, una volta raggiunto il fondale marino, sono trainate per chilometri asportando qualunque cosa incontrino: banchi di coralli, praterie di Posidonia oceanica, alghe, invertebrati, pesci e mammiferi, lasciandosi alle spalle solo ambienti devastati. La pesca a strascico non è selettiva e provoca uno scarto esagerato: nelle reti finisce di tutto, specie commerciali e non, adulti e giovani. Ciò che finisce nella rete e non è vendibile, è rigettato in mare (tartarughe, delfini, squali o animali di taglia inferiore a quella commerciabile), ma gli esemplari il più delle volte sono già morti o lo saranno nel giro di poche ore. Proprio per evitare questo shock ambientale, in Italia e non solo, la pesca a

4 Paolo De Castro, "L'Europa e lo spreco alimentare: cosa fare", *Il libro nero dello spreco in Italia: il cibo, Op. cit*, p. 14
5 AA.VV., *Quanta natura sprechiamo?*, *Op. cit.*, p. 23

strascico è vietata entro le 3 miglia marine e al di sopra della batimetrica dei 50 metri.
I problemi generati dalla pesca a strascico non riguardano soltanto i nostri mari. Ogni anno una flotta di 500 navi da pesca europee ultra-tecnologiche, dotate di sistemi all'avanguardia, solca le acque del Senegal, forte di un accordo da decine di milioni di euro stipulato con il Paese africano. Parallelamente, ogni giorno, i pescatori senegalesi, al timone di 15.000 piroghe, cercano di portare a casa, affidandosi allo studio delle correnti o alla divinazione con amuleti, ciò che può aver lasciato la concorrenza sleale degli europei. Lo scontro tra due civiltà e tra due modi diversi di vivere il mare è ben illustrato nel documentario **Cry Sea** (Italia, 2007) di Cafi Mohamud e Luca Cusani. La tragedia in agguato riguarda però l'intero pianeta: andando avanti con questi ritmi e sistemi di pesca si stima che nel 2048 non ci saranno più pesci nel mare. Lo denuncia il documentario **The end of the Line** (Gran Bretagna, 2009) di Rupert Murray che ha accompagnato Charles Clover (autore dell'omonimo best seller) in un viaggio che dallo stretto di Gibilterra li ha portati sulle coste del Senegal e dall'Alaska, fino al mercato del pesce di Tokyo. Il film mostra uno sterminio di massa che sta portando molte specie sull'orlo dell'estinzione, tra tutte il tonno rosso, la cui quantità è calata nei mari del mondo dell'80%.
Provocatoriamente, Rupert Murray pone una domanda: «Mangeremmo la tigre, sapendo che è una specie in estinzione? Perché continuiamo a consumare il pesce che rischia di scomparire?». Secondo il regista, la pesca da allevamento non può essere la soluzione: per alimentare gli esemplari in vasca, infatti, servono altri pesci da cui trarre farina. Tenendo conto che per 1 kg di salmone servono 5 kg di alici, è facile fare le debite proporzioni. La soluzione che il regista propone è, invece, l'istituzione di aree marire protette. Oggi solo lo 0,6% degli oceani gode di questo status, ma se lo fosse il 20 o il 30% la fauna ittica avrebbe maggiori chance di riproduzione.

3. COME SPRECA L'ITALIA ?

«La solitudine è per lo spirito, ciò che il cibo è per il corpo».

Seneca

Nel nostro Paese sprechiamo principalmente nel **settore agricolo** «con circa 18 milioni di tonnellate di frutta, verdura e cereali lasciate a terra per ragioni molteplici: da imperfezioni estetiche (pensiamo ai prodotti agricoli macchiati dalla grandine) a motivi commerciali (prodotti fuori pezzatura), a questioni economiche (costi della raccolta superiori ai potenziali guadagni). «Nel 2009 il consumo di ortofrutta in Italia è stato di 8,4 milioni di tonnellate, mentre ne sono rimaste sul campo più di 7 milioni e mezzo. Questo vuol dire che è stata sprecata una quantità di produzione agricola che avrebbe potuto soddisfare le esigenze di una seconda Italia».[6] Grazie ai dati ISTAT sappiamo che tra i prodotti non raccolti ci sono «cereali (28%), ortaggi in pieno campo (20%) e in serra (11%), uva (16%), olive (9%), legumi e patate (6%) assieme a frutta (6%) di cui i soli agrumi costituiscono il 4%.»[7]

Sempre nel settore agricolo le **organizzazioni di produttori** si occupano anche della gestione di eventuali crisi del settore, cioè del ritiro dal mercato di parte della produzione per evitare il crollo dei prezzi. Tra il 2005 e il 2006, sono state ritirate «quasi 73.000 tonnellate di prodotti, delle quali solo il 4,3% non sprecate. [...] Nello stesso periodo l'Unione europea ha stanziato oltre 32 milioni euro, di cui circa 7 milioni per l'Italia, per la gestione di questi prodotti. Il denaro è servito per finanziare l'acquisto, la logistica e nel 90% dei casi la distruzione del prodotto. […]

6 Andrea Segrè e Luca Falasconi (a cura di), *Il libro nero dello spreco in Italia: il cibo, Op. cit.*, p. 59

7 AA.VV., *Quanta natura sprechiamo?*, *Op. cit.*, p. 23

Altri responsabili dello spreco sono l'**industria agroalimentare** in cui si perde circa il 2,6% della produzione totale, cioè circa 2 milioni di tonnellate di alimenti […]; la **distribuzione**, cioè mercati all'ingrosso e grande distribuzione organizzata, dove si stima in 260mila tonnellate la quantità di prodotti alimentari gettati, per un valore di circa 900 milioni di euro…]».[8] Infine, l'Italia spreca molto nell'ultima fase, quella del **consumo finale.** Secondo i dati ADOC (Associazione per la Difesa e l'Orientamento dei Consumatori) « si butta via circa il 35% dei prodotti freschi, il 19% del pane, il 16% di frutta e verdura. Senza considerare gli sprechi di ristoranti, bar e mense».[9] Alla base di questi dati ci sono disattenzioni da parte dei consumatori che acquistano quantità superiori al necessario e non conservano correttamente i prodotti deperibili». [10]

8 Andrea Segrè e Luca Falasconi (a cura di), *Op. cit.*, p. 63
9 AA.VV., *Quanta natura sprechiamo?*, *Op. cit.*, p. 23
10 Andrea Segrè e Luca Falasconi (a cura di), *Op. cit.*, p. 70

4. GLI ITALIANI E LO SPRECO

«Il bidone della spazzatura è lo specchio della nostra vita».
Andrea Segrè

Il professore Andrea Segrè - direttore del Dipartimento di Scienze e Tecnologie Agro-alimentari dell'Università di Bologna, fondatore di Last Minute Market (www.lastminutemarket.it) e creatore della Carta Spreco Zero firmata da 700 sindaci italiani che si impegnano ad adottare soluzioni per un consumo alimentare sostenibile - dal 2010, con il patrocinio del Parlamento europeo, promuove la campagna "**Un anno contro lo spreco**" (www.unannocontrolospreco.org) per sensibilizzare l'opinione pubblica europea sulle conseguenze ambientali, economiche e sociali dello spreco di risorse. "Un anno contro lo spreco" è un progetto non solo di comunicazione, ma di obiettivi e risultati concreti, come la "Dichiarazione congiunta" cui hanno aderito associazioni, operatori, uomini di scienza e cultura italiani ed europei, per indicare con forza due priorità: dimezzare lo spreco alimentare entro il 2025 e proclamare prima possibile l'Anno europeo contro lo spreco alimentare. Il Parlamento europeo ha fatto proprie le due intenzioni nella Risoluzione "Come evitare lo spreco di alimenti: strategie per migliorare l'efficienza della catena alimentare nell'UE" approvata a Strasburgo il 19 gennaio 2012 che coinvolge tutta la filiera agroalimentare.
"Un anno contro lo spreco", dopo aver studiato nel 2010 gli sprechi alimentari, nel 2011 quelli idrici e nel 2012 quelli energetici, insieme a Knowledge for EXPO e Waste Watcher ha cercato i motivi dello spreco alimentare in Italia e suggerito comportamenti utili a ridurli.
Secondo la ricerca il cibo raggiunge la pattumiera perchè: "aveva fatto la muffa" (38,94%), "era scaduto" (32,31%), "era andato a male fuori dal frigo nel caso di frutta e verdura" (26,69%), o ancora perché "l'odore o il sapore non sembravano buoni" (25,58%). In misura sensibilmente inferiore sono state indicate cause come "l'aver cucinato troppo cibo" (13,29%), "l'aver calcolato male gli acquisti" (13,15%), o l'aver acquistato "cose che non piacevano" (6,61%).
Il 35% delle persone intervistate da Knowledge for EXPO e Waste Watcher, getta in media 4,81 euro settimanali per nucleo familiare e ritiene che "la quantità di cibo giornalmente buttato rappresenti per il pianeta un problema molto grave". Costoro gettano via solo "se costretti": non si tratta dunque di persone che cucinano troppo, né imputano alla grandezza delle confezioni lo spreco da loro generato. Il 26% spreca tra 5,06 e 6,97 euro a settimana per nucleo familiare. Il restante 39% spreca tra i 7 e i 13 euro.
Spreca di più chi gode di maggiore benessere, cioè coloro che svolgono varie attività nel tempo libero, sono sempre connessi a Internet, vanno in ferie almeno tre settimane all'anno, hanno frigo e dispensa troppo forniti. Inoltre gli spreconi non conoscono il significato corretto del "**preferibilmente entro**", non si occupano personalmente di fare la spesa e di gestire le dispense, acquistano prodotti non di stagione e solo qualche volta preparano la lista della spesa. La fascia 'sprecona' è composta con maggiore incidenza da maschi, cittadini con una situazione economica medio-alta, giovani, studenti, magari con intolleranze al glutine o allergie, occupati,

con un titolo di studio elevato e residenti in un grande comune.
Viceversa sprecano meno anziani, casalinghe senza figli, con bassa scolarità. Chi è più strettamente legato alle faccende domestiche, riutilizza maggiormente gli alimenti scaduti dopo averli controllati, conosce il significato delle diciture **"entro"** (termine temporale imperativo) **e "preferibilmente entro"** (termine temporale più elastico), prepara una lista della spesa.

5. PRIMO, NON SPRECARE

«I frigoriferi sono come tombe di famiglia
pensando alla materia prima che muore».
Carlin Petrini

I risultati della ricerca Waste Watcher – Swg hanno registrato che la **corretta alimentazione**, per un italiano su due, è diventata una pratica necessaria per salvaguardare la salute dei componenti della famiglia.
Il 55% degli italiani dichiara di scegliere accuratamente come nutrirsi e per un ulteriore 12% l'alimentazione è centrale nel proprio stile di vita. Solo il 17% degli intervistati ritiene che non sia facile seguire i dettami di una sana alimentazione. L'opinione pubblica italiana è sempre più sensibile al tema dello spreco alimentare, il 90% lo considera molto o abbastanza grave, il 78% si dichiara preoccupato da questo problema, l'89% vorrebbe ricevere maggiore informazione sulle conseguenze dello spreco e sui sistemi utili a ridurlo e per l'88% degli italiani è un problema che riguarda soprattutto i paesi più sviluppati.
Il 57% degli italiani dichiara poi di non gettare "quasi mai" gli avanzi e il cibo non più buono, il 55% dichiara di riutilizzarlo, mentre il 34% lo getta nella spazzatura.
Se fra gli alimenti 'freschi' o non cotti gettati dagli italiani primeggiano frutta (51,2%) e verdura (41,2%), formaggi (30,3%), seguiti da pane fresco (27,8%), latte (25,2%), yogurt (24,5%) e salumi (24,4%), le percentuali calano considerevolmente quando si tratta di cibi cotti: in questo caso gli italiani buttano soprattutto la pasta (9,1%), i cibi pronti (7,9%) e precotti (7,7%).
In generale, può dirsi aumentata la sensibilità degli italiani alla questione ambientale: il 72% del campione della ricerca ritiene che lo sviluppo economico e l'occupazione debbano passare dalla tutela dell'ambiente (nel 2007 la percentuale era del 57%) e solo il 28% degli italiani giudica eccessivi gli allarmi lanciati sulla questione ambientale (si trattava del 35% nel 2007). L'81% valuta che il singolo individuo sia in grado - con le sue azioni quotidiane - di contribuire alla salvaguardia dell'ambiente e della natura, ma solo il 18% ritiene che le persone si impegnino veramente per tutelarle. Numeri che fanno riflettere.
Se la consapevolezza sulla questione alimentare è cresciuta, quali sono i provvedimenti auspicati per potenziare la sensibilizzazione sul tema? Certamente gli italiani richiedono maggiori informazioni, in particolare sui danni all'ambiente e sull'impatto negativo dello spreco alimentare per l'economia nazionale, ma anche l'istruzione nelle scuole è considerata importante. Ci sono però provvedimenti che solo alcuni considerano auspicabili, come la realizzazione di confezioni di cibo più piccole o l'istituzione di tasse calibrate sullo spreco personale.
Gli italiani, dunque, sono più sensibili al problema dello spreco, ma forse non ancora intenzionati a salvarlo dal cassonetto. Questo è il messaggio provocatorio del film **The Leftovers** (Gli avanzi, 2008) di Michael Canavagh e Kerstin Ubelacker, un'avventura di 2.000 km da percorrere in sette giorni da Brisbane fino a Melbourne da cinque compagni improvvisati su una jeep a biodiesel. Sembra un viaggio come tanti lungo la costa australiana, se non fosse che il modo scelto dai protagonisti per procurarsi il cibo è il ***dumpsters diving*,**

ovvero il recupero dalla spazzatura come forma di nuova resistenza alle logiche del consumo e dello spreco. I "sommozzatori della spazzatura" ci sono in tutte le società occidentali: vivono con i rifiuti e non si fanno condizionare dalla società dei consumi, secondo la quale tutto ciò che viene buttato è sinonimo di schifezza. Ne possiamo vedere una rappresentazione realistica ma contemporaneamente poetica nel film **Les Glaneurs et la Glaneuse** (Francia , 2000) di Agnès Varda che compie un viaggio attraverso la Francia alla ricerca di senzatetto, robivecchi e accattoni che, per necessità o per scelta, si riforniscono nelle discariche di oggetti abbandonati da riutilizzare. Sono i nuovi spigolatori che si nutrono degli scarti del consumismo, proprio come una volta le popolane andavano nei campi alla ricerca di spighe rimaste sul terreno dopo la mietitura. Tra di loro ci sono persone che da anni si cibano solo di rifiuti; tecnici improvvisati che creano elettrodomestici assemblando pezzi trovati alla discarica; artisti che si aggirano per le strade come tra le corsie di un supermercato in cerca dell'oggetto che fa per loro. La stessa regista si definisce una spigolatrice e riversa nel documentario le emozioni dei tempi passati in cui anche lei era costretta a confrontarsi con la precarietà.

Film sul "dumpster diving" è **Dive! Living off America's Waste** (USA, 2010) di Jeremy Seifeter che ha deciso di indagare su ciò che i supermercati di Los Angeles eliminano a fine giornata. I protagonisti – immersi letteralmente nei rifiuti della loro città – scopriranno che il risultato di quanto trovato è impressionante: ogni anno, solo negli Stati Uniti, oltre 40 milioni di tonnellate di cibo vengono buttati nella spazzatura – circa 1.500 kg al secondo – e si tratta di materiale alimentare intatto e ancora commestibile. Il "dumpster diving" – spiegano i protagonisti del documentario – si basa su tre regole: la prima, prendi solo ciò che ti serve; la seconda, chi arriva per primo ha la scelta migliore; la terza, lascia il cassonetto dell'immondizia pulito. Soltanto negli Stati Uniti, un tuffo alla settimana nei cassonetti dei supermarket è in grado di fornire carne commestibile per un anno intero: allora perché il "dumpster diving" è una pratica considerata illegale?

6. UNA QUESTIONE DI SALUTE

«La salute è il primo dovere della vita».
Oscar Wilde

Ogni italiano ha in media, al giorno, una disponibilità calorica di circa 3.700 kcal - una volta e mezzo il fabbisogno - il che significa avere in sovrappeso il 50% degli uomini, il 34% delle donne e il 24% dei bambini tra i 6 e gli 11 anni. Ma è soprattutto in America che il **sovrappeso** è un problema serio. Lo descrive il film-documenario **Super Size Me** (USA, 2004) di Morgan Spurlock che ha fatto scalpore pochi anni fa per la sua denuncia contro il "fast food": negli USA, a causa di questo stile di alimentazione, circa il 37% dei bambini e degli adolescenti è troppo grasso e due adulti su tre sono obesi. Il regista - che per un mese intero ha mangiato solo da McDonald's - ha cercato le cause «dell'epidemia» dell'obesità americana: mancanza di autocontrollo della popolazione o cattiva alimentazione offerta nei fast food? Le sue interviste, raccolte tra esperti in 20 città degli Stati Uniti, inclusa Houston, la città più grassa d'America, lasciano poco spazio all'immaginazione. Tutto il personale medico intervistato (cardiologi, gastroenterologi, medici generici, nutrizionisti) ha riscontrato in Morgan, a distanza di un mese, un aumento di peso di 11 chili, il fegato ingrossato, il 18% in più di massa grassa corporea, un aumento allarmante di colesterolo e il rischio di sviluppare malattie cardiovascolari. La terapia? Disintossicarsi: almeno un anno di dieta senza cibo di McDonald's.
Di lì a poco avrebbe cominciato la sua crociata contro i fast food anche Richard Linklater, regista di **Fast Food Nation** (USA, 2006), convinto che «l'industria delle carni rappresenti un costo enorme per l'ambiente e soprattutto per la nostra salute». Tratto dall'omonimo best seller di Eric Schlosser, il film è un atto d'accusa contro l'industria alimentare americana. Il protagonista, responsabile marketing della catena di ristoranti Mickey's, scopre che la carne utilizzata per i prodotti del popolare marchio USA è avariata e decide di scoprire la causa. Dietro l'apparente immacolata asetticità dello stabilimento di produzione, si nasconde una realtà diversa e scomoda: le carni utilizzate sono di bassissima qualità, derivate dagli scarti, inoltre gli impiegati nel macello sono immigrati irregolari messicani, sottoposti a ogni tipo di sopruso e al continuo rischio di incidenti, anche mortali.
Troviamo il problema del sovrappeso anche nel film d'animazione **Piovono polpette** (USA, 2009) di Philip Lord e Chris Miller. A Swallowmarina grazie a Flint Lockwood, eccentrico inventore, piove cibo dal cielo. La gente non controlla più l'appetito. La sovrabbondanza di cibo non sempre è una cosa positiva, infatti l'ingordigia travolge la tranquilla isola delle sardine e mina la salute dei suoi abitanti.

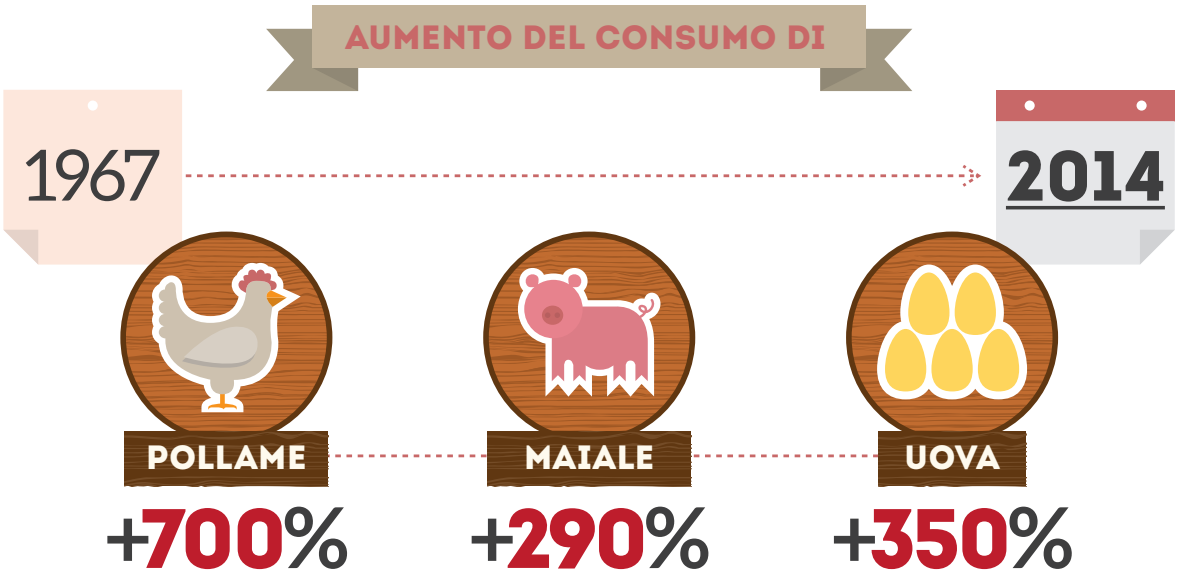
7. GLI IMPATTI DELLO SPRECO

«Nel mondo c'è quanto basta per le necessità dell'uomo,
ma non per la sua avidità».
Mahatma Gandhi

Prendiamo una fetta di **carne di vitello**.
Per avere una bistecca sulla nostra tavola è stata prodotta una quantità di gas serra che, a seconda del tipo di allevamento e dell'età del bovino, può risultare da 20 a 100 volte superiore a quella emessa per avere un piatto di pasta asciutta di pari peso.

Gli allevamenti intensivi di bovini usano in media 30 kg di cereali per produrre 1 kg di carne: ciò significa che una parte della produzione agricola non serve per creare cibo, ma foraggio destinato all'allevamento. Inoltre i fertilizzanti agricoli emettono protossido d'azoto, un gas serra con un potere climalterante 298 volte superiore a quello dell'anidride carbonica. Per questo i bovini – erbivori e ruminanti – sono responsabili delle emissioni di protossido di azoto e di metano, un altro gas serra con un potere climalterante 23 volte superiore a quello dell'anidride carbonica.
Tutto questo significa che la **produzione industriale di carne** ha un forte impatto sull'ambiente in termini di cambiamento climatico, consumo di acqua, deforestazione, erosione del suolo, inquinamento ambientale e perdita di biodiversità. Le nostre scelte alimentari sarebbero meno dannose se scegliessimo carne di maiale

o di pollo anziché di vitello, sebbene già, secondo la Fao «dal 1967 la produzione globale di pollame sia aumentata del 700%, il consumo delle uova abbia fatto registrare un aumento del 350% e quello della carne di maiale del 290%».[11]



Ora sulla nostra tavola abbiamo una **bistecca di maiale**.
Uno dei più grandi centri europei d'inseminazione artificiale dei suini è quello di Weser-Ems, in Germania. E' vero che produce con efficienza carne a basso costo, ma il liquame degli allevamenti inquina le falde acquifere, le importazioni di foraggio per le scrofe comportano l'abbattimento di intere foreste e gli animali, per maggiore rendimento, vengono imbottiti di antibiotici.
L'obiettivo "industriale" è che ogni scrofa possa far nascere almeno dodici o tredici porcellini per soddisfare la richiesta di carne suina in costante aumento, specialmente in Germania, dove l'85% dei suoi abitanti ne mangia ogni giorno.
Per rispondere alla crescente domanda mondiale di carne suina e avicola, l'industria zootecnica, in questi anni, ha subito cambiamenti profondi.
Gli allevamenti intensivi sono cresciuti a dismisura ovunque, tanto da far contare anche 40mila polli in un solo capannone. Gli spazi di movimento a disposizione dei maiali sono sempre più ridotti, le tempistiche di parto delle scrofe vengono indotte con iniezioni di ormoni e le loro mammelle si consumano a causa delle numerose cucciolate. Ogni porcellino, deve aumentare di almeno 850 grammi al giorno, arrivando ad ingrassare così rapidamente che lo scheletro non è in grado di sostenerne di peso.
Con questa realtà deve fare i conti anche Leo, il giovane maiale del cortometraggio d'animazione **The Meatrix** (USA, 2005) di Louis Fox che, sulla falsariga del noto film *The Matrix*, illustra i problemi dell'agricoltura e

11 AA.VV., *Quanta natura sprechiamo?*, 2013, WWF Italia-Ong-Onlus, p.19

dell'allevamento su scala industriale. L'ignara scrofa protagonista vive in una fattoria che crede linda e felice... ma un giorno viene avvicinata da Moopheus, un bovino in impermeabile nero che le mostra un'orribile verità: il *Meatrix*, appunto, ovvero le menzogne che stanno dietro alle corporations agricole.
Tornando alla vita reale, va aggiunto che il prezzo della carne è basso perché i salari nei macelli rasentano lo sfruttamento: «1,03 euro per macellare un maiale. […] i costi effettivi della produzione non li pagano né gli ingrassatori né l'industria della carne. Ed è per questo che si riescono a realizzare profitti così alti»[12], denunciano i giornalisti tedeschi Amann, Fröhlingsdorf e Ludwing in una loro inchiesta. Le allucinanti condizioni di lavoro nei macelli industriali sono state portate a conoscenza dell'opinione pubblica anche da Richard Linklater con il suo film **Fast Food Nation** (Usa, 2006).
Sul costo del cibo riflette con linguaggio lieve, il cortometraggio di animazione **The True Cost of Food** (USA, 2004) di Tate Hausman in cui una famiglia in coda al supermercato paga il vero costo degli alimenti, compreso il danno ambientale causato per la loro produzione: uno sguardo dietro le scene sulle fattorie-fabbriche e sulle coltivazioni innaffiate con pesticidi e diserbanti. Si svelano così i nascosti, massicci, ed elevati costi del cibo a basso prezzo.
Ora davanti a noi abbiamo una **bottiglia d'acqua**.
Legambiente e Altraeconomia, due autorevoli fonti, affermano che ogni italiano acquista «194 litri l'anno, dato che si è triplicato durante l'ultimo quarto di secolo portando il nostro Paese (nonostante una generale garanzia di affidabilità della risorsa pubblica) in vetta a questo segmento del mercato». Parallelamente al volume d'affari dei produttori, che investono cifre spropositate nella promozione pubblicitaria, si sono decuplicate le emissioni di carbonio. Solo il 18% delle bottiglie viaggia su rotaia e per confezionare i 12 miliardi di litri d'acqua immessi sul mercato italiano ogni anno, vengono utilizzate 350mila tonnellate di Pet. La produzione di questa plastica comporta un consumo di 665mila tonnellate di petrolio e l'emissione di 910mila tonnellate di CO2 equivalente.
Il documentario **La vita in bottiglia - Il business dell'acqua della Nestlé** (Svizzera, 2012) di Urs Schnell analizza proprio questo aspetto, cioè come si fa a trasformare un bene comune come l'acqua in un affare multimilionario. In Svizzera la Nestlé ha trovato una risposta a questa domanda e negli anni è diventata la regina incontrastata del commercio mondiale di acqua in bottiglia.
A questo punto viene da chiedersi: quale sarà l'impatto sulla collettività della bistecca di vitello? E di quella di maiale? E quello della mia bottiglia d'acqua? Sappiamo quanto lo spreco inquina?

7.1. FOOD PRINT, LE IMPRONTE DELLO SPRECO

Nel 2008, secondo i dati ISPRA, i soli rifiuti domestici finiti nel comparto dell'organico sono stati pari a 2.624.295 tonnellate, per arrivare a un totale di rifiuti alimentari nel nostro Paese che ammonta a 10 milioni di tonnellate. Se ogni tonnellata di rifiuti genera 4,2 tonnellate di CO2, se ne deduce che, senza gli sprechi

12 S. Amann, M. Fröhlingsdorf, U. Ludwing, "Il prezzo del maiale", in Internazionale n. 1025, 2013

alimentari, la CO2 emessa in Italia calerebbe di colpo più del 15%. Peraltro l'economia di questi anni premia chi smette di sprecare e sa riciclare. Entro il 2020 l'Italia dovrà raggiungere un riciclo pari al 50% dei rifiuti, il che dovrebbe comportare un incremento delle professionalità legate al settore cosiddetto della "green economy". Organizzare l'intero ciclo di gestione dei rifiuti richiederà saperi specifici e figure tecniche preparate sui materiali, sul packaging, sugli imballaggi dei prodotti alimentari, aumentando, si spera, le possibilità occupazionali anche nel nostro Paese.
Ha a che fare con il ciclo di vita di un prodotto (alimentare o no) il concetto di **obsolescenza programmata,** centrale nella società dei consumi, secondo cui gli oggetti vengono costruiti per rompersi dopo in tempo prestabilito. Descrive bene il fenomeno il film **La cospirazione della lampadina** (Spagna-Francia, 2010) di Cosima Dannoritzer. Grazie a rari filmati d'archivio e documenti inediti, il film traccia la storia di questa logica di mercato introdotta negli anni Venti da un gruppo di produttori che ha diminuito appositamente la durata media delle lampadine per farne aumentare la richiesta. Gli esempi illustrati nel film sono molti. Si parte dalla lampadina inventata in Ohio da Adolphe Chaittet, di cui un esemplare si trova nella stazione dei pompieri di Livermore, California, dove è accesa 24 ore su 24 dal 1901, cioè da oltre 100 anni! Nel 1924 un cartello segreto di produttori di lampadine impose sul mercato un modello che durava solo 1000 ore facendo dimenticare l'immortale lampadina di Chaittet ma anche quella di Edison che durava 1500 ore.
Ci fu addirittura chi propose una legge per imporre l'obsolescenza programmata quale soluzione per uscire dalla crisi economica del '29. L'obsolescenza programmata, insieme alla pubblicità e al credito, diventò la base della società del consumo. Una teoria da applicare in tutti gli ambiti, compreso quello alimentare, dove si materializzerà con le scadenze allarmistiche ed etichette difficilmente interpretabili.

7.2. IL PROBLEMA DEI RIFIUTI

Come già detto, la filiera alimentare dello spreco è lunga e complessa, tanto che «per effettuare una valutazione dell'impatto ambientale, sono stati scelti tre indicatori rappresentativi delle emissioni di anidride carbonica associate al ciclo di vita del prodotto sprecato e del consumo di risorse (terra e acqua): il *carbon footprint*, l'*ecological footprint* e il *water footprint*».[13]
Il *carbon footprint*, cioè l'**impronta di carbonio,** «rappresenta le emissioni di gas serra. Nel caso delle filiere agroalimentari, i gas emessi sono soprattutto la CO2 generata dal consumo dei combustibili fossili, il metano emesso dalle fermentazioni enteriche dei bovini e il protossido di azoto liberato dall'utilizzo di fertilizzanti a base di azoto in agricoltura. […] Il ***carboon footprint*** esprime l'impatto che le attività umane hanno sull'ambiente in termini di emissioni di gas serra prodotte nel ciclo di vita di un prodotto o di un servizio».[14]
Il secondo indicatore, l'***ecological footprint*** è l'impronta ecologica. Misura «la quantità di terra o mare biologicamente produttiva necessaria per fornire le risorse e assorbire le emissioni associate a un sistema

13 Andrea Segrè e Luca Falasconi (a cura di), *Op. cit.*, p. 39
14 Andrea Segrè e Luca Falasconi (a cura di), *Op. cit.*, p. 74-75

produttivo. […]»[15] , ovvero quanto territorio è utilizzato da un individuo, una comunità, una regione, un paese, o l'intera società considerando gli alimenti consumati, le abitazioni usate, i trasporti utilizzati, i beni di consumo e i servizi.

L'ultimo indicatore, il ***water footprint*** è l'impronta idrica, ovvero le risorse idriche associate alle filiere agroalimentari. Misura il dispendio complessivo di acqua necessario per produrre un bene o un servizio.

Per ottenere i 4 milioni di tonnellate di alimenti prodotti ogni anno (ovvero cereali, legumi, semi oleosi, verdura, frutta, carne, uova, latticini) vengono usate risorse e materie prime non rigenerabili e scarse, come, ad esempio, il **suolo**[16]. «I cambiamenti della destinazione d'uso dei terreni dovuti alla deforestazione, al degrado, all'incremento delle monocolture e all'allevamento intensivo sono responsabili di una quota significativa di gas serra, nonché causa di inquinamento chimico, riduzione della fertilità dei suoli e impoverimento delle risorse idriche. […] La crescita della popolazione e della domanda di cibo, fibre e carburante hanno accelerato il ritmo della **deforestazione.** La perdita media annua netta delle foreste ha raggiunto circa 5,2 milioni di ettari negli ultimi dieci anni». [17] E' vero che l'anidride carbonica, il protossido di azoto e il metano immessi nell'atmosfera sono i principali responsabili dei mutamenti climatici, ma il consumo di suolo contribuisce ad aumentare l'emissione di tutti i gas a effetto serra.

Sullo sfruttamento del suolo e sulle dannose conseguenze scherza il film d'animazione **La gang del bosco** (USA, 2006) di Karey Kirkpatrick, Tim Johnson, in cui il protagonista RJ, procione dedito alla ricerca e al furto di cibo, si confronta con una "famiglia" di animali capeggiata dalla tartaruga Verne e con il loro diverso stile di vita. Lo sconfinamento di questa simpatica truppa oltre il confine del bosco – piccola isola felice all'interno di una grossa città – metterà in discussione il delicato equilibrio ambientale che caratterizza il loro mondo, con uno sguardo sorpreso su quello umano dove gli individui sembrerebbero vivere solo per accumulare (e buttare!) cibo.

Un'altra risorsa finita, su cui incide lo spreco, è l'**acqua**. «Gli esseri umani si appropriano del 54% di tutta l'acqua dolce accessibile, di cui il 70-80% viene usato per l'irrigazione. Se il fabbisogno idrico giornaliero pro capite è di 2-4 litri, sono necessari da 2.000 a 5.000 litri di acqua per produrre il cibo che una persona mangia ogni giorno. […] L'irrigazione è responsabile del 70% di questo consumo […] e il settore agroindustriale è chiamato ad affrontare una sfida complessa: produrre più cibo, di migliore qualità, utilizzando meno acqua per unità di prodotto». [18] Praticamente il quantitativo di acqua sprecata ogni anno a livello mondiale è pari a una quantità sufficiente a riempire il Lago di Ginevra (250 km^3)!

In Italia, nel 2012, la quantità di acqua impiegata in cibo buttato e quindi sprecata è pari a «706 milioni di metri cubi. Di questi, circa il 43% è dovuto a spreco di carne, il 34% a cereali e derivati (pasta, pane, etc.), il 16% a frutta e verdura, il 3% a spreco di tuberi e il 4% a latte e derivati». [19] All'acqua che sprechiamo consegue un

15 Andrea Segrè e Luca Falasconi (a cura di), *Op. cit.*, p. 75-76
16 Quaderno di CinemAmbiente "Stop al consumo di territorio", www.cinemambiente.tv
17 FAO, 2010, Global Resorces Assessment 2010, main report. FAO Foresty Paper n. 163, Roma
18 AA.VV., *Quanta natura sprechiamo?*, *Op. cit.*, p. 26
19 AA.VV., *Quanta natura sprechiamo?*, *Op. cit.*, p. 48

abbassamento critico dei principali bacini idrici italiani […] e volendo fornire un'idea della dimensione dello spreco, la quantità di acqua totale che è andata persa nel 2012 è pari al 2,5% dell'intera portata annua del fiume Po […] e se estendiamo il confronto su scala internazionale, il totale dell'acqua associata allo spreco nel 2012 in Italia è comparabile al fabbisogno annuo di 27 milioni di nigeriani». [20]

20 AA.VV., *Quanta natura sprechiamo?*, *Op. cit.*, p. 49

8. CI SONO SOLUZIONI?

«Un uomo affamato non è un uomo libero».
Adlai Stevenson

«La popolazione mondiale nel 2050 arriverà a toccare i 9 miliardi di persone e si stima che la produzione alimentare mondiale nei prossimi 40 anni dovrà aumentare del 70% per nutrire una popolazione così numerosa.»[21] Per combattere la fame, perché non incominciare a sprecare meno?
Forse la crisi economica che stiamo attraversando, paradossalmente, potrà portare una presa di coscienza sull'insostenibilità della società dei consumi e contribuire a mettere in discussione la logica della crescita esponenziale legata all'utilizzo di risorse non rinnovabili.
Si comincia a capire che le nostre **azioni quotidiane** sono importanti. Fare la spesa scorrendo una lista di prodotti di cui abbiamo effettivamente bisogno, scegliere quelli con meno imballaggi, diminuire la quantità di rifiuti, adottare uno stile di vita più parsimonioso. Questo è il messaggio dei film del cineasta Valentin Thurn, **Taste the Waste** (Germania, 2011) e **Food Savers** (Germania, 2013). Nei due documentari vengono esposte una serie di storie emblematiche. Come quella di Robert e Gerard, due giovani *dumpster divers* austriaci, ovvero due raccoglitori di rifiuti, che trovano il 90% delle cose che servono loro (cibo compreso) nei cassonetti dell'immondizia. Raccontano la propria storia anche Hiroschi, direttore di un supermarket giapponese dove la scadenza degli alimenti è stabilita in ore, dato l'elevato consumo di pesce crudo, e Roger Waite, membro della Commissione europea che ha dato la possibilità di mettere in commercio i cetrioli anche se curvi, cetrioli che nessun venditore accettava perchè non adattabili alle confezioni della grande distribuzione. E, ancora, Friedrich, un coltivatore di patate tedesco costretto a scartare tra il 40 e il 50% del raccolto perché «poco bello agli occhi del consumatore» e Roland, un fornaio tedesco che trasforma in olio combustibile il pane in eccedenza, pratica che – se utilizzata da tutti i fornai della Germania – porterebbe addirittura alla chiusura di una centrale nucleare.
Tra le testimonianze raccolte dal regista c'è anche quella di Véronique, lavoratrice part time della Banca alimentare di Parigi che sottolinea le contraddizioni tra il Paese da cui proviene, il Camerun, dove anche una casco di banane ha costi altissimi, e l'Europa dove invece il cibo viene sprecato. Intanto l'Africa continua a importare gli alimenti di cui ha bisogno a prezzi elevatissi, fenomeno che ha dato origine a sanguinose rivolte in tutto il continente.

8.1 IL FOOD SHARING

Secondo Valentin Thurn che ha realizzato numerosi documentari per le più importanti reti televisive tedesche e ha fondato nel 1994 la casa di produzione Thurnfilm, sprechiamo "tanto" in tutte le fasi della filiera del

21 Andrea Segrè e Luca Falasconi (a cura di), *Op. cit.*, p. 106

cibo: nella produzione, nel trasporto, nella distribuzione e, non ultimo, nel consumo. Il filmmaker è convinto che siano necessarie importanti azioni governative per indurre processi virtuosi e cambiamenti negli stili di vita: ad esempio, incentivare la coltivazione del cibo che si consuma, spiegare che è meglio cucinare anziché nutrirsi di cibo precotto. Autore di numerosi volumi, Thurn è convinto che divulgare buoni esempi possa aumentare la consapevolezza e che le abitudini hanno importanti ripercussioni sul nostro modo di vivere. Thurn assieme a Stefan Kreutzberger ha creato la piattaforma web **www.foodsharing.de** per la condivisione del cibo in eccesso. Unica regola: dare agli altri il cibo che non mangeresti. Attraverso il web, vengono divulgati processi di consumo consapevole: dalla gestione di gruppi di acquisto solidali, alle piattaforme social per scambi di competenze e informazioni su come coltivare l'orto, a sistemi di ordini on line direttamente al contadino. Usare la piattaforma è semplice: ci si iscrive con un proprio account, si paga una piccola quota e si segnala il cibo in eccedenza con data di scadenza o di produzione (per i cibi cotti) e si attende che qualcuno lo venga a prendere. Oppure si sceglie il cibo di altri. In poco più di un mese il sito ha raggiunto i 5000 iscritti e messo a disposizione alimenti in eccedenza, pari a 700 kg di cibo. Il **food sharing** ha preso piede oltre che in Germania dove è sorto, in Austria, Francia e Svizzera coinvolgendo anche rivenditori, ristoratori e produttori: è importante, infatti, raccogliere nei negozi il cibo in scadenza – ma ancora commestibile – per risparmiare sul costo della spazzatura e sullo speco alimentare. L'ambizione è estendere il food sharing in tutta Europa. Secondo il regista nel 2020 lo spreco alimentare in Europa toccherà i 120 milioni di tonnellate, ovvero il 30% della produzione totale. La politica dovrebbe intervenire al più presto per contrastare questo trend e in alcuni paesi già lo fa. Più all'avanguardia è la Gran Bretagna che – dopo aver avviato la campagna **"Ama il cibo, odia lo spreco"** – ha ridotto del 13% i rifiuti alimentari. In questo modo, i ristoratori sono in grado di usare un software che sintetizza "cosa" viene sprecato di più, mentre alcuni di loro hanno deciso di multare gli avventori che lasciano troppi avanzi: tecnica che ha portato a riempire meno i piatti abbassando i prezzi, proponendo piuttosto, ai più affamati, menu di taglia XXL. Alcuni ristoratori hanno deciso di utilizzare alimenti provenienti da cooperative che raccolgono il cibo scartato dalle catene alimentari, mentre alcuni supermercati hanno inaugurato un servizio di cibo pronto, confezionato con prodotti invenduti. In Francia, una catena alimentare ha deciso di comprare i resti di magazzino delle fabbriche vendendoli a prezzi più bassi, mentre in Danimarca, alcune catene hanno interrotto le offerte 3x2 per impedire al consumatore l'accumulo di cibo. Nel frattempo l'Unione Europea si sta interrogando sulla validità dell'etichetta di scadenza e in Ucraina si sperimenta già da tempo una **termo-etichetta** di tecnologia tedesca che affianca (e non sostituisce) quella obbligatoria, indicando – in prodotti deteriorabili come la carne – a quali temperature il prodotto è stato conservato: sarà poi il consumatore a decidere se comprarlo o meno, sapendo che pur andando oltre la data di scadenza, il prodotto non ha subito contaminazioni organolettiche. Alcuni Paesi europei si stanno dando molto da fare ma, secondo Valentin Thurn, manca ancora una politica europea coordinata e incisiva, grave mancanza alle soglie del 2014, proclamato "**Anno europeo contro lo spreco alimentare"**.

8.2 L'IMPORTANZA DELLE SCELTE CONSAPEVOLI

È dell'idea che ogni cittadino possa incidere moltissimo con proprie scelte consapevoli, Marianne Thieme, leader dell'olandese Party for Animals – primo partito animalista al mondo ad avere seggi in un parlamento – e protagonista del documentario **Meat the Truth** (Paesi Bassi, 2009) di Gertjan Zwanikken. Con un linguaggio accessibile a tutti, interviste a scienziati, animazioni e statistiche, il film spiega che le cause dei cambiamenti climatici non derivano solo dall'inquinamento delle automobili, delle industrie o degli aerei. Infatti, il 18% delle emissioni di gas serra è causato, nel mondo, dagli allevamenti del bestiame, mentre soltanto il 13% dai trasporti. Quel 18% comprende il cambiamento dell'uso del terreno convertito ad allevamento, il metano prodotto dagli animali e la gestione dello stesso metano nelle fasi produttive del mangime, dalla trasformazione al trasporto. Una mucca nella sua vita produce gas come un'auto che percorra 70mila chilometri, ovvero una volta e mezzo la circonferenza della Terra. Secondo la leader del partito olandese «è il consumatore che ha il potere». Nell'arco della sua vita, ogni europeo mangia 7 pecore, 24 conigli, 43 tacchini, 789 pesci, 1/3 di un cavallo, 5 mucche, 42 maiali, 900 polli: un totale di 1800 animali. Se gli americani rinunciassero a mangiare carne per una settimana, si potrebbe compensare l'inquinamento di tutte le loro auto per un periodo equivalente, mentre con un solo giorno di dieta vegetariana, risparmierebbero una quantità di emissioni pari a 90 milioni di biglietti aerei da Los Angeles a New York. Davvero sorprendente!
Prediligere alimenti a **filiera corta** (dal produttore al consumatore), mangiare il biologico che usa metodi produttivi a minore impatto ambientale, educare al **consumo critico,** sono tutti comportamenti dai quali non possiamo più esimerci; così come diventare consapevoli degli sprechi alimentari, essere informati sulle modalità, quantità e responsabilità dello spreco, riflettere sugli impatti nutrizionali, controllare quotidianamente il frigorifero, verificare periodicamente la dispensa, interpretare correttamente le **etichette di scadenza** valutando l'effettiva bontà dei cibi: "da consumarsi *preferibilmente* entro" è un'indicazione al consumo, mentre "consumarsi entro" indica un limite temporale più perentorio. **Coltivare il cibo** può essere un'altra soluzione. In un momento in cui il settore alimentare è monopolizzato dalle *corporations* che utilizzano OGM, pesticidi e anabolizzanti, la via di fuga da questo sistema perverso – secondo Jules Dervaes, regista del cortometraggio **Homegrown Revolution** (USA, 2008) potrebbe essere proprio questa. Jules Dervaes e i suoi figli hanno trasformato la loro abitazione a pochi chilometri dal centro di Los Angeles in una fattoria urbana, totalmente alimentata da fonti energetiche rinnovabili. Qui vengono coltivati verdure e fiori, allevati animali da cortile in grado di soddisfare il fabbisogno di quattro persone che, con le proprie eccedenze, hanno costruito un piccolo mercato a filiera corta che rifornisce i ristoranti locali. In 500 m² di spazio si producono ogni anno 2,7 tonnellate di frutta e verdura. Una storia d'altri tempi, ma anche un invito a riflettere e ad agire: "Penso che coltivare il proprio cibo sia una delle occupazioni più pericolose: fa correre il rischio di divenire liberi", afferma Jules Dervaes. Sprecare non è più oggi sinonimo di **benessere**. Bisogna produrre meno e meglio. Migliorare la gestione aziendale, avvalersi di nuove tecnologie come la captazione del metano emesso dai bovini o l'uso del letame per la produzione di biogas, favorire il trasporto dei cibi su rotaia anziché su gomma,

ridurre le distanze tra la nostra tavola e il cibo che ci arriva, sono tutti elementi non secondari.
Forse, in un futuro «Tutti i beni saranno condivisi per usarli meglio. […] Siamo all'alba di un futuro 'utopico'», [22] ha scritto Wohlsen sulla rivista *Wired*. Se estendiamo lo stesso concetto al cibo, significa che nessuno resterà più senza e, soprattutto, finirà lo spreco. Sarebbe davvvero un bel film.

22 N. Carr, "Prima di ora", in *Internazionale* n. 1024, novembre 2013.

Commissione europea

Consigli per non sprecare i **prodotti alimentari** nella vita quotidiana

Segui questi suggerimenti per ridurre gli sprechi, risparmiare denaro e proteggere l'ambiente:

1 **Pianifica la spesa:** pensa a un menu da preparare per la settimana. Controlla gli alimenti che hai nel frigorifero e nelle dispense e scrivi una lista della spesa che includa solo gli ingredienti che ti mancano. Ricordati di portare la lista con te e cerca di rispettarla quando sei al supermercato. Non lasciarti tentare dalle offerte e non andare a fare la spesa quando hai fame perché rischi di comprare più del necessario. Compra frutta e verdura venduta sciolta e non già imballata in modo da comprare solamente la quantità che ti serve.

2 **Controlla le scadenze:** se non hai intenzione di consumare un alimento con una data di scadenza vicina, cercane un altro che abbia una data di scadenza più lontana oppure compralo il giorno in cui sai di poterlo consumare. Fai attenzione al significato delle etichette riguardanti le scadenze: "da consumarsi entro" significa che l'alimento è idoneo al consumo solo fino al giorno indicato (come per carne e pesce), mentre "da consumarsi preferibilmente entro" indica la data fino alla quale il prodotto conserva le sue qualità specifiche. In questo caso, gli alimenti risultano idonei al consumo anche successivamente al giorno indicato.

3 **Pensa al portafoglio:** sprecare cibo significa sprecare denaro.

4 **Verifica la "salute" del tuo frigo:** controlla le guarnizioni e la temperatura del frigorifero. Gli alimenti devono essere conservati a una temperatura tra 1 e 5 gradi per mantenerli freschi il più a lungo possibile.

5 **Conserva** gli alimenti secondo le indicazioni fornite sugli imballaggi.

6 **Fai girare gli alimenti:** quando fai la spesa, porta in avanti gli alimenti più vecchi nella dispensa e nel frigorifero. Sistema i nuovi alimenti verso il fondo in modo da evitare di trovare prodotti ammuffiti negli scomparti.

7 **Servi piccole porzioni** perché, dopo aver finito, si può sempre fare il bis.

8 **Consuma gli avanzi:** invece di buttare gli avanzi, conservali per il pranzo o la cena del giorno successivo oppure congelali per un'altra occasione. La frutta in scadenza può essere utilizzata per fare frullati o torte, mentre con le verdure si possono preparare zuppe.

9 **Congela:** se consumi poco pane, quando arrivi a casa congela il resto e al bisogno scongelane solo qualche fetta. Allo stesso modo, congela i cibi cotti per averli già pronti quando sei troppo stanco per cucinare.

10 **Trasforma gli avanzi in concime:** produrre alcuni scarti alimentari è inevitabile, quindi perché non usare un contenitore per rifiuti organici per frutta e verdura? In pochi mesi, ti ritroverai con un ottimo concime per le tue piante. Per i resti di cibi cotti, il tritarifiuti può essere la soluzione adatta. Basta inserire gli avanzi, aggiungervi uno strato di speciali microbi e lasciare fermentare. Il prodotto risultante può essere utilizzato come concime per le piante di casa e per il giardino.

Vedi anche: http://ec.europa.eu/food/food/sustainability/index_en.htm

Salute e consumatori