



# **LA SICILIA NELL'ASSETTO DELLO SPAZIO EUROMEDITERRANEO**

Atti del 56° Convegno Nazionale  
dell'Associazione Italiana Insegnanti di Geografia  
(Siracusa – Noto, 24-30 ottobre 2013)

a cura di  
*Caterina Barilaro, Josè Gambino, Corradina Polto*



Associazione italiana insegnanti di geografia

Atti del 56. Convegno nazionale dell'Associazione italiana insegnanti di geografia : La Sicilia nell'assetto dello spazio euromediterraneo / a cura di Caterina Barilaro, Josè Gambino, Corradina Polto. - Messina : Edas, 2016.

ISBN 978-88-7820-455-3

1. Sicilia – Geografia – Atti di congressi.

I. Barilaro, Caterina. II. Gambino, Josè. III. Polto, Corradina.

914.58 CDD-23

SBN Pal0289952

CIP - Biblioteca centrale della Regione siciliana "Alberto Bombace"

La responsabilità dei contenuti (precisione, esattezza delle informazioni, rispetto dei diritti d'autore e quant'altro) degli articoli presenti nel volume è da attribuirsi unicamente e univocamente agli Autori degli stessi. I Curatori declinano ogni responsabilità sui contenuti degli articoli e su eventuali violazioni di altrui copyright.

**EDUCAZIONE ALIMENTARE,  
IMMIGRAZIONE E INTEGRAZIONE SOCIALE.  
INSEGNARE LA DIETA MEDITERRANEA**

*Salvatore Cannizzaro\* e Gianluigi Corinto\*\**

*Introduzione*

Ludwig Feuerbach dette a una sua opera del 1862 il titolo *Il mistero del sacrificio o l'uomo è ciò che mangia*. L'interpretazione più attuale dello specifico pensiero del filosofo è che esiste un'unità inscindibile fra psiche e corpo e inoltre che per vivere meglio occorre mangiare meglio.

La coincidenza tra essere e alimentarsi ha un significato profondo in termini di corretta alimentazione, rispettosa delle tradizioni culturali, delle tecniche naturali di produzione e trasformazione alimentare, di maggiore conoscenza sulla sanità e salubrità degli alimenti. Un modello alimentare è quindi una sintesi di tradizione, cultura, piacere, socializzazione, equilibrio tra piacere e salute.

Nei Paesi occidentali, l'equilibrio maggiormente minacciato è quello tra quantità di calorie assunte quotidianamente e attività motoria. I modelli alimentari scorretti che portano a forme di obesità, pericolose soprattutto negli adolescenti, dipendono sia dall'eccesso calorico, sia dalla qualità intrinseca degli alimenti, ma anche da altri comportamenti sociali, come la scelta delle fonti di educazione e informazione sull'alimentazione, la sedentarietà, le mode, la scarsa attenzione a tempi e modi nell'alimentarsi, la sostituzione dei pasti casalinghi con quelli esterni, troppo spesso poco attenti alla qualità salutare degli ingredienti, alla loro combinazione calorica e alla preparazione culinaria.

La dieta mediterranea è scientificamente riconosciuta, ormai universalmente, come modello alimentare in grado di proteggere il genere umano da rischi di malattie cardiovascolari, oncologiche e dell'invecchiamento. L'apprendimento in età giovanile di vantaggi di una corretta dieta fondata sui modelli mediterranei gioverebbe alle generazioni attuali e future.

---

\* Dipartimento di Scienze Umanistiche – Università degli Studi di Catania.

\*\* Dipartimento di Scienze della formazione, dei beni culturali e del turismo – Università degli Studi di Macerata.

*Le basi storiche del modello alimentare mediterraneo*

Nell'area mediterranea, la cosiddetta triade braudeliana (Braudel, 2006), formata da grano, vite e olivo, ha concorso alla formazione di tutte le civiltà, insieme al formaggio, alla carne di maiale, essendo quest'ultima però un alimento di separazione culturale e geografica (Barak-Erez, 2007).

L'alimentazione è una funzione biologica umana che assume significati e simboli culturali evoluti nel tempo secondo variabili assetti socio-economici. Il cibo è uno snodo centrale nella costruzione dell'identità, sia individuale sia di gruppo, e le preferenze alimentari sono strettamente connesse con meccanismi di auto-identificazione sociale (Guidoni, 2006). Ogni nuovo alimento che si aggiunge a una dieta tradizionale, prima di essere incorporato nel sistema alimentare, attraversa un processo di autenticazione in grado di renderlo locale e perfino autoctono, quindi percepito come genuino (ibidem).

Il cibo, insieme ai modi di alimentarsi e di cucinare, è esperienza della persona umana che costruisce se stessa, proprio come nell'intuizione feuerbachiana. Esso è anche in relazione con il senso di identità e di appartenenza ai luoghi ed è fondamentale nel determinare le diversità di gruppi, le gerarchie e l'organizzazione sociale, nonché la separazione del sé dagli altri (Fischler, 1988). Il cibo, la sua preparazione e il consumo sono anche pratiche di rappresentazioni sociali collettive (Douglas, 1966), tanto che il sociologo francese Bourdieu (1984), nell'analizzare le norme sociali che governano l'alimentazione, ha mostrato come i gusti possono essere compresi proprio come un insieme di comportamenti determinati e differenziati dal vivere sociale.

La complessità mediterranea è tale che, a seconda delle prospettive interpretative impiegate, la definizione di oggetti tipici mediterranei può risultare flessibile (Farinelli, 2007). L'area è soggetta a molte frammentazioni ed evidenti fratture, culturali, religiose, sociali, economiche, agricole, alimentare e culinarie dei Paesi che si affacciano sulle due sponde del mare (Cannizzaro et al., 2009). Tuttavia, la "dieta mediterranea" ha trovato un riconoscimento unitario (Bach-Faig, 2011) tanto che l'UNESCO di recente l'ha dichiarata patrimonio intangibile dell'umanità (UNESCO, s. d). I Paesi a cui viene attribuita l'origine e l'adozione della dieta mediterranea sono Cipro, Croazia, Spagna, Grecia, Italia, Marocco e Portogallo. Quest'ultimo Paese, pur essendo geograficamente separato dal Mare Mediterraneo, ha tradizioni agricole ed alimentari che gli conferiscono un'identità mediterranea (ibidem).

Secondo l'UNESCO, la "dieta mediterranea costituisce un insieme di abilità, conoscenza, pratiche e tradizioni che vanno dal paesaggio alla tavola, incluso coltivazioni, modi di raccolta, pesca, conservazione, trasformazione, preparazione e, in particolare, modo di consumare il cibo. Il mangiare insieme è

la base dell'identità culturale e delle continuità delle comunità in tutto il bacino mediterraneo" (ibidem).

L'attenzione scientifica iniziale si deve però al nutrizionista Ancel Keys e al suo lavoro *Seven Countries Study* (1970), basato sul confronto dei regimi alimentari di 12.000 persone, di età compresa tra 40 e 59 anni, sparse in sette Paesi del mondo (Finlandia, Giappone, Grecia, Italia, Olanda, Stati Uniti e Jugoslavia). Lo studio pionieristico di Keys mette in relazione la dieta mediterranea con la longevità delle popolazioni che l'adottano, maggiore delle altre prese a paragone ed è stata attualizzata nella cosiddetta "piramide alimentare", studiata e proposta da molte regioni italiane (Sofi et al., 2007).

La questione non è solo di gusto, ma anche di salute e di risparmio, giacché nella dieta mediterranea alimenti come olio d'oliva, pasta, pane, vino, legumi, frutta (agrumi in particolare) e ortaggi prevalgono, senza escluderli, sugli alimenti come carne (con particolare riguardo a quella non bovina), latte, uova, pesce e formaggi. Il risultato è un modello di alimentazione equilibrata, adatta a qualsiasi età e in grado di ridurre il rischio di malattie cardiache e tumorali, denominate malattie del benessere.

### *Il cibo è educazione*

In Italia, il Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca, ha lanciato il programma "Scuola e Cibo, Piani di Educazione Scolastica Alimentare", dedicata alle scuole primarie e secondarie. Il programma delinea il modello di gestione dell'educazione alimentare nella scuola, individuando e descrivendo la complessità delle relazioni tra i diversi attori coinvolti (fig. 1): aziende, alunni, famiglie, comitati mensa, aziende sanitarie locali, insegnanti, fattorie didattiche, ristorazione scolastica, dirigenti scolastici.

La divulgazione di una corretta alimentazione, fondata sull'adozione di una dieta mediterranea, presso le giovani generazioni consente quindi di:

- promuovere l'educazione alimentare in quanto tale: la famiglia non è la sola istituzione responsabile dell'educazione dei giovani, ma è affiancata in questo da altre non meno determinanti come la scuola e soprattutto i moderni media, che hanno un maggior potere di attrazione, suggestione e convincimento rispetto alla famiglia e alla scuola. Il tempo passato davanti alla televisione è spesso sottratto ad attività sportive e per di più utilizzato per l'apprendimento di modelli alimentari spesso non corretti;
- promuovere la cultura dell'equilibrio tra alimentazione e attività motoria: più che l'eccesso di assunzione di calorie quello che minaccia la futura salute delle giovani generazioni è lo squilibrio tra alimentazione e consumo di calorie. Più tempo dedicato all'attività motoria e allo sport è in grado

di bilanciare gli eccessi calorici. In aggiunta alla promozione delle attività motorie, l'informazione sulla qualità degli alimenti, sui contenuti di materie prime e additivi, sulla preparazione dei pasti è in grado di aumentare la consapevolezza sulle calorie assunte e sui tipi di additivi di origine industriale impiegati nella preparazione di alimenti di larga diffusione;

- promuovere l'integrazione sociale tra persone che hanno tradizioni alimentari diverse: in Italia e in altri paesi europei si assiste al fenomeno dell'immigrazione da molti paesi del mondo, diversi per cultura e per modelli

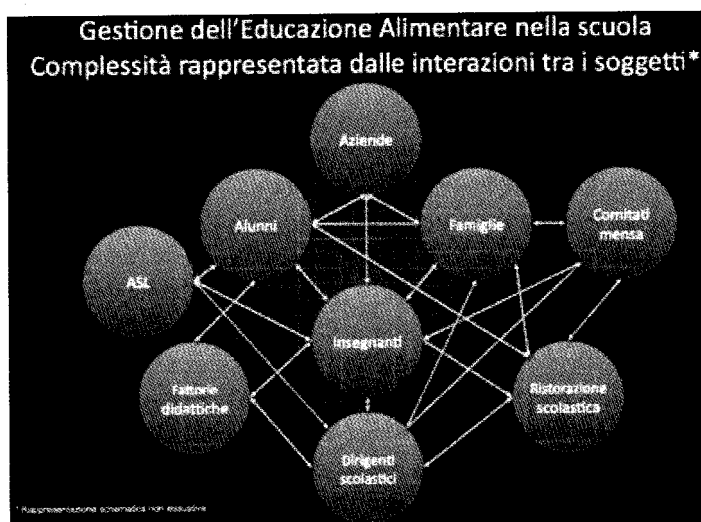


Fig. 1. Gestione dell'educazione alimentare nel Programma ministeriale  
Fonte: Sandels Navarro, 2010.

alimentari che spesso rispecchiano una profonda diversità culturale.

L'educazione alimentare in ambito scolastico, è senza dubbio anche un potenziale strumento di integrazione culturale tra giovani generazioni di diversa origine geografica, tra figli di immigrati e di italiani, appartenenti a culture molto diverse e che "intorno alla tavola", possono trovare vantaggi sociali tangibili riconoscibili da tutti.

#### *Risultati di un caso studio*

Per convalidare a livello locale l'iniziativa ministeriale, si è svolta un'indagine empirica di un caso di studio, analizzando l'azione educativa alimentare svolta dalla scuola Istituto Comprensivo Statale Falcone Verga di Aci Castello, che nel 2010 ha aderito all'iniziativa.

Gli alunni delle classi IV e V, dopo aver effettuato una ricerca sui macro/micro nutrienti nonché vitamine e sali minerali, hanno affrontato lo studio dell'importanza della ricaduta di tali alimenti sulle abitudini alimentari quotidiane. Tale studio ha posto l'accento sui prodotti della zona collegati alle attività marinare, sottolineando l'importanza del consumo del pesce azzurro.

Gli alunni sono stati invitati a raccogliere, presso le loro famiglie, ricette e relativi ingredienti riguardanti i modi tradizionali di cucinare il pesce. Una rappresentanza degli alunni delle suddette classi è stata portata dai docenti nel mercato del pesce del paese per l'osservazione e la conoscenza dei prodotti ittici del nostro mare con particolare riguardo per il "pesce azzurro".

Il corpo docente e la dirigenza della scuola si sono dichiarati soddisfatti dell'azione svolta, anche se la necessità di un'educazione continua appare evidente da alcune testimonianze raccolte presso gli studenti.

"Nella mia scuola c'è uno solo bambino straniero. Quando abbiamo fatto una festa tutti noi abbiamo portato qualche cosa preparata dalla mamma. Il nostro amico Rashdan che viene dallo Sry Lanka ha portato da mangiare, tanto speziato e molto saporito... abbiamo condiviso tutto volentieri." (Alunno della classe V B).

"Da quando il Preside ha tolto le macchinette che distribuivano m&m's, patatine fritte per mettere succhi, acqua e yogurt, i ragazzi si lamentano che rivogliono gli m&m's..." (Alunno della classe IV A).

### *Conclusioni*

Alla scuola italiana è affidato anche il compito di educare i giovani a migliori comportamenti alimentari, in vista di una maggiore protezione dalle cosiddette "malattie della modernità". Recentemente si è aggiunto anche l'orientamento all'integrazione tra figli di immigrati e di italiani, in vista di un consolidamento più generale della cultura sanitaria e alimentare, oltre che del senso di appartenenza familiare, culturale, sociale abbinato a gradi maggiori di tolleranza e comprensione reciproca.

La dieta mediterranea può essere l'oggetto di azioni di educazione scolastica orientate al miglioramento della salute delle giovani generazioni e all'integrazione tra alunni di diversa origine geografica. Il ministero dell'educazione ha intrapreso azioni in tal senso. L'analisi di un caso studio condotto a livello locale ha confermato che l'orientamento educativo si fonda su basi culturali solide e conduce a risultati apprezzabili. Non di meno, l'azione deve essere continuativa nel tempo, perché gli agenti educativi esterni alla famiglia e alla scuola spesso fondano la propria azione di comunicazione su mezzi di grande efficacia, disponendo anche di risorse ingenti.

## BIBLIOGRAFIA

- BACH-FAIG A. ET AL., *Mediterranean diet pyramid today. Science and cultural updates*, in "Public Health Nutrition", 14, 12A (2011), pp. 2274-2284.
- BARAK-EREZ D., *Outlawed Pigs: Law, Religion, and Culture in Israel*, Madison WI, University of Wisconsin Press, 2007.
- BOURDIEU P., *Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste*, Cambridge (MA), Harvard University Press, 1984.
- BRAUDEL F., *Civiltà materiale, economia e capitalismo. Le strutture del quotidiano (secoli XV-XVIII)*, Milano, Einaudi editore, 2006 (trad. VIVANTI C., orig. *La civilisation matérielle, économie et capitalisme, XVe-XVIIIe siècle*, Paris, Armand Colin, 1979).
- CANNIZZARO S., CORINTO G. L., PORTO C.M., *Il Mediterraneo dalla frattura al processo d'integrazione regionale*, Bologna, Pàtron, 2009.
- FARINELLI F., *Il Mediterraneo, la differenza, il differimento*, in "Idee", vol. 65/66 (2007), pp. 47-58.
- FISCHLER C., *Food, self and identity*, in "Social Science Information/sur les sciences sociales", Vol 27(2) June (1988), pp. 275-292.
- GUIDONI A., *L'alimentazione mediterranea tra locale e globale, tra passato e presente*, in BEN AMARA R. (a cura di), *Saperi e Sapori del Mediterraneo*, Cagliari, AMD ed., 2006.
- KEYS A., *Coronary heart disease in seven countries*, in "Circulation", vol. 41(4 Suppl) (1970), pp. 11-198.
- SANDELS NAVARRO C., *Bibo e Suola, Piani di Educazione Alimentare*, Miur, Seminari USR Toscana, 4-5 ottobre 2010
- SOFI F., CESARI F., ABBATE R., GENSINI G. F., CASINI A., *Adherence to Mediterranean diet and health status: meta-analysis*, in "BMJ", (2008), pp. 337-1344
- UNESCO, *Mediterranean diet*, senza data, reperibile presso <http://www.unesco.org/culture/ich/RL/00884>, accesso il 2 marzo 2015.

Sebbene gli autori abbiano condiviso l'impostazione generale dell'articolo, nella stesura sono da attribuire a Salvatore Cannizzaro gli ultimi tre paragrafi, a Gian Luigi Corinto i primi due.