NUTRIZIONE

Che il cibo spazzatura costi poco e sia un' ottima occasione per fare affari è risaputo, basta vedere la potente macchina pubblicitaria che lo sostiene e lo promuove. Che sia ottenuto con metodi agricoli intensivi e pratiche tutt' altro che sostenibili è altrettanto noto. E solo uno sprovveduto può pensare che abbia un buon valore nutritivo. Ma il vero capolavoro di questa industria alimentare non è il prezzo basso ma il saper creare nei consumatori il principio di assuefazione. Una dipendenza alimentare che realizzata in giovane età diventerà un bagaglio gustativo in grado di condizionare le scelte alimentari del consumatore adulto. Quanto sia dannoso per la salute questo tipo di cibo è ormai riconosciuto dalla scienza medica internazionale. Lo scorso mese in un confronto con la dirigenza del Center Desease Control di Atlanta, la più alta autorità sanitaria degli Stati Uniti, ho potuto constatare l'effetto devastante di una pandemia che vede obesità e diabete in crescita esponenziale e quanto tutto ciò sia correlato con consumi e stili alimentari promossi da questo genere di industria. Abbiamo assistito in questi anni, anche nel nostro paese, a una lenta transizione alimentare verso una dieta ricca di grassi e zuccheri semplici e il progressivo abbandonare di verdura, frutta e cereali. In Usa il solo costo annuale dell' obesità attualmente è il doppio dei ricavi totali dell' industria del fast food. Il prezzo basso del cibo spazzatura non riflette il suo costo reale che è ben più alto se consideriamo i costi ambientali e sanitari che genera questo tipo di produzione.(...)

L'articolo:
http://ricerca.repubblica.it/repubblica/archivio/repubblica/2010/03/29/gli-schiavi-del-cibo-spazzatura.html

L'articolo di Nature Neuroscience:
http://www.nature.com/neuro/journal/vaop/ncurrent/full/nn.2519.html

La sintesi:
http://sloweb.slowfood.it/sloweb/ita/dettaglio.lasso?cod=C2744B88080f21DC9CYmV37F62DB