

CIBO E SICUREZZA ALIMENTARE

(27 e 30 ottobre 2015)



Nei giorni 27 e 30 ottobre 2015, presso l'Istituto Comprensivo "Quinto Ennio" di Lecce, è stato svolto, su iniziativa dell'Associazione di Solidarietà G.ECO.S. (Geografia Ecosostenibilità Sviluppo), presieduta da Adele Quaranta – sodalizio di volontariato impegnato nello svolgimento di attività a vantaggio della comunità –, il percorso didattico su "Cibo e sicurezza alimentare".

L'obiettivo del progetto è scaturito dall'esigenza di dimostrare in che modo le sostanze contenute nei cibi e assimilate dal nostro organismo dopo la digestione, sono principi alimentari o nutritivi – quali grassi o lipidi, elementi minerali, carboidrati o glucidi, acqua, proteine o protidi, vitamine – necessari sia alla vita del corpo, sia alla crescita e al rinnovamento delle parti che lo compongono, onde soddisfare la domanda energetica e le funzioni plastico-regolatorie.

I ragazzi, infatti, mangiano male, usano alimenti dotati di pochi minerali (ferro, iodio, ecc.), vitamine (tra cui la A in particolare) e proteine e soffrono di obesità, una vera e propria emergenza (tipica dei Paesi occidentali) a causa del *surplus* calorico. Le nuove generazioni, inoltre, distratte dall'invadente e preoccupante processo di globalizzazione veicolato dai mass media, prediligono, in particolare, biscotti, merendine e prodotti da forno (preparati con olio di palma) e coca-cola, che cancellano, oltretutto, le identità alimentari del territorio salentino.

Nelle aree in via di sviluppo, invece, tanti bambini, a causa della penuria di cibo, soccombono anche se colpiti da una banale malattia come il morbillo, la diarrea, ecc.

L'innovazione del progetto è stata rappresentata, pertanto, dal fatto sia di favorire, tra i ragazzi, la conoscenza degli interventi rivolti alla diffusione della sicurezza alimentare, ancorata a nutrienti in grado di assicurare una vita attiva e sana, a derrate sufficienti e conservate in condizioni ottimali, sia di potenziare le competenze dei piccoli consumatori in merito all'igiene e corretta conservazione dei prodotti, alla lettura delle etichette, ingredienti utilizzati, sede dello stabilimento di produzione o di confezionamento, luogo di origine o provenienza, istruzioni per l'uso, ecc.