

ANDREA SEGRÈ<sup>1</sup>

## Perdite, spreco alimentare e Dieta mediterranea: quali relazioni?

<sup>1</sup> Professore ordinario di Politica agraria internazionale e comparata all'Università di Bologna. Presidente di Last Minute Market impresa sociale spin off accreditato dell'Università di Bologna e fondatore della Campagna Spreco Zero per l'economia circolare e lo sviluppo sostenibile

(Sintesi)

C'è una relazione fra perdite e sprechi alimentari (PSA) e la Dieta mediterranea (DM)? Apparentemente no, verrebbe da dire. Da una parte le PSA rappresentano quel fenomeno che negli anni ha assunto una rilevanza europea e internazionale, soprattutto da quando sono usciti i primi studi pionieristici che stimavano le perdite lungo la filiera agroalimentare arrivando poi a calcolare che oltre il 30% di ciò che si produce a livello mondiale non arriva sulle nostre tavole (FAO). Lo spreco di alimenti non si traduce solo in un costo economico ma anche in un impatto ambientale negativo perché le risorse che vengono usate per produrre e poi smaltire i prodotti non consumati contribuisce all'inquinamento e in definitiva al riscaldamento globale del pianeta.

Dall'altra parte la Dieta mediterranea (DM), un regime alimentare la cui adozione consente non solo di vivere a lungo e in salute, ma che permette anche di ridurre l'impatto sull'ambiente poiché i prodotti che sono alla base della piramide alimentare hanno un'impronta ecologica più bassa. Ma questa dieta è anche uno stile di vita premiato dall'UNESCO quale patrimonio immateriale dell'umanità che ha da poco celebrato i dieci anni (16 novembre 2020).

Tanto le PSA quanto la DM si inseriscono nella sfida alimentare globale, che è enorme nella sua portata: le proiezioni demografiche portano la crescita della popolazione a oltre 9 miliardi a metà di questo secolo. Persone che dovranno nutrirsi in modo adeguato ma in un contesto di risorse naturali limitate – suolo, acqua, energia, fra le altre necessarie per produrre alimenti – e crescente povertà economica conseguenza della crisi pandemica. Tuttavia, il dato che oggi più colpisce è lo squilibrio fra sottonutriti e sovranutriti che vede i primi la metà dei secondi. Si spende più per curarsi dal mangiare che per mangiare, un paradosso. Per capire il collegamento fra PSA e DM è bene

dunque partire da un aspetto ancora poco studiato e che in effetti lega i due “oggetti” di quest’analisi: spreco e dieta. Si tratta del cosiddetto spreco calorico o metabolico. In sintesi, si include negli sprechi alimentari l’eccessiva alimentazione di un individuo ricavata dalla differenza del quantitativo di cibo che ogni persona consuma e quello di cui ha realmente bisogno (*overeating*). La domanda, dunque, è: per ridurre lo spreco metabolico – ovvero il sovrappeso e l’obesità – esiste una dieta o regime alimentare sostenibile? La risposta, positiva, verrà data nella relazione: è la Dieta mediterranea.