

INCHIESTA



20,4%

La classifica

Sono i bambini in sovrappeso in età scolare nel nostro paese, che è tra quelli europei con i valori più elevati di eccesso ponderale.

9,4%

Sotto osservazione

È la percentuale dei baby obesi, compresi i gravemente obesi che, invece, rappresentano il 2,4% del totale. I dati sono relativi a uno studio del 2019.

2018

Esordio

L'anno in cui il Miur, per la prima volta, ha commissionato una ricerca nazionale sull'educazione alimentare nelle scuole di vario grado.

2021/22

Coming soon

Dal prossimo anno scolastico, sul portale scuolaecibo.it saranno pubblicate le linee guida nazionali sull'alimentazione dei giovani.

4-8°

In transito

È la temperatura in cui, per legge, deve essere trasportato il cibo fresco delle mense scolastiche: regola che implica pasti non serviti mai fumanti.

Tra ispezioni a *sorpresa* nelle mense scolastiche e un occhio ai *bandi milionari* delle società che le riforniscono, ci siamo chiesti: come mangiano i giovani e i giovanissimi italiani?

DI **Luca Iaccarino**

FOTO DI **Brian Finke**

La questione alimentare

Dove eravamo rimasti? Me lo chiedo guardando una puntata di *Waffles + Mochi*, la trasmissione in cui Michelle Obama racconta il cibo ai più piccoli in compagnia di due pupazzi stile Muppet: dove eravamo rimasti con l'educazione alimentare dei nostri figli? Prima che il Covid spazzasse via qualsiasi possibilità di ragionamento e ci precipitasse in un pozzo di DAD, Zoom, Classroom e snack a ogni ora del giorno e della notte, il rapporto dei ragazzi con il cibo era una delle mie principali preoccupazioni. Peraltro sul sito dell'Istituto Superiore di Sanità si legge: "L'Italia è tra i paesi europei con i valori più elevati di eccesso ponderale nella popolazione in età scolare, con una percentuale di bambini in sovrappeso del 20,4% e di obesi del 9,4%, compresi i gravemente obe-



A sorpresa
Ogni scuola ha una commissione mensa composta da genitori che svolgono ispezioni

si che rappresentano il 2,4%". Sono i dati relativi al 2019 elaborati da Okkio alla Salute, il sistema di sorveglianza nazionale dell'Istituto Superiore di Sanità.

Ho idea che negli ultimi diciassette mesi la situazione non sia migliorata (di certo non a casa mia). Come mangiano i giovani e giovanissimi è la questione. Così, per vederla da vicino, quando il mio primogenito ha iniziato le elementari nel 2017, sono entrato in Commissione mensa, quel gruppetto di genitori che accedono al "privilegio" (lo odio, ma qui starebbe veramente bene il segno "virgolette" fatto inarcando indici e medi) di ispezionare la qualità dei pasti a scuola: l'operazione consiste nell'arrivare a sorpresa, sedersi a tavoli piccolissimi, su sedie piccolissime e consumare pasti spartani porzionati negli scompartimenti dei vassoi arancioni in mezzo a un casino tale che ti chiedi come gli

INCHIESTA

insegnanti italiani non ricevano il Nobel per la pace ogni anno. Dopodiché puoi dire la tua tramite appositi report dal futuro incerto: sono destinati al Comune, che è il "cliente" delle ditte della ristorazione collettiva, quello che scrive i bandi, che paga, che controlla la qualità (nella mia esperienza, questi report talvolta sono presi in considerazione, talvolta ignorati). Prima che la pandemia tagliasse la testa al toro cancellando per mesi la scuola in presenza, la qualità della mensa a Torino, la città dove abito, era un tema rovente sottolineato dalla cosiddetta "battaglia per il panino da casa": molte famiglie rivendicavano il diritto di poter dare il pasto ai propri figli senza usufruire del servizio di ristorazione, talune lamentando la scarsa qualità, talaltre il costo eccessivo, altre ancora in nome di una più generale "libertà di autodeterminazione" applicata nella fattispecie al tema pasti.

La questione era ed è sostanziale perché in Italia la mensa è considerata "tempo scuola", cioè momento educativo, e dunque secondo molti non consente l'ognun per sé, panino per tutti." Tra sentenze e controsentenze, la cosa che appariva chiara è che l'alimentazione e l'educazione alimentare sono demandate ai Comuni: il ministero dà delle linee di indirizzo, ma è il Comune che scrive i bandi (milionari) e li aggiudica. Dunque ci sono quelli più virtuosi, quelli meno. Ciò detto, ecco il "dove eravamo rimasti": da membro della Commissione mensa ero rimasto ai miei pasti chiassosi. Qual era il mio livello di soddisfazione alla tavola dei miei figli, fornita dal colosso bolognese Camst (785 milioni di euro di fatturato aggregato nel 2019)? In tutta onestà: discreto. Eccezion fatta per il piatto a ragione più temuto dai ragazzi - soprannominato *SpongeBob*, una frittata dello stesso colore e forma della spugna del cartone animato - nel resto trovavo varietà, prodotti prevalentemente stagionali, alcuni del territorio, personale discretamente cordiale, contenuti nutrizionali sicuramente corretti. Insomma, tutto abbastanza bene. In teoria. Perché in pratica c'era, potente, il problema dell'appetibilità: molte cose erano poco buone, anche



La battaglia del panino

Alcune famiglie rivendicano il diritto di non usufruire del servizio di mensa scolastico.

E se il pranzo a scuola potesse persino sviluppare l'autostima nei ragazzi?

C'è chi ne è convinto, basta non concentrarsi troppo sui nutrienti e incoraggiarli a usare tutti i loro sensi



Il lato più amaro

Con *learning to like* si intende l'insegnamento ad apprezzare anche i sapori più difficili.

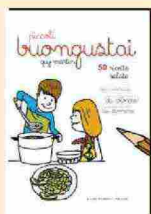
per questioni tecniche (il trancio di pizza servito gelido perché il fresco deve viaggiare per legge tra 4 e 8 gradi, per esempio). Se il cibo non è appetibile, i ragazzi non lo mangiano. E se tra pasta, pollo, spinaci e mela ingeriscono solo la prima lasciando tutto il resto, il vassoio può essere nutrizionalmente corretto, ma non lo è quello che arriva nella pancia. «Il problema è proprio questo: che ci si concentra troppo sui nutrienti, trascurando tutte le altre dimensioni del cibo». A dirmi così è Carol Povigna, coordinatrice del Food Lab dell'Università di Scienze Gastronomiche di Pollenzo. «In Italia i menu scolastici si concentrano troppo sul fabbisogno alimentare, peraltro con analisi spesso datate, focalizzate solo sulle calorie, non su ulteriori nutrienti come i sali, i grassi saturi... E poi ci sono altri aspetti importanti: c'è il tema della "relazione ecologica", di come interagiamo con il mondo; quello del benessere complessivo dell'individuo; quello del *learning to like*, cioè dell'insegnare ad apprezzare alcuni sapori più "difficili", come l'acido o l'amaro, che sono fondamentali».

La buona notizia è che talvolta le aziende che producono i pasti sono più avanti dei committenti. Ad esempio l'Università di Pollenzo collabora con Camst e anche con la multinazionale francese Elixir. «E con gli istituti di Bra e Pollenzo, vicini a noi nel cuneese, possiamo fare ancora di più: portiamo i ragazzi nell'orto, gli diamo strumenti perché il pasto diventi un momento in cui si fanno delle scelte, si utilizzano i sensi, si sviluppa l'autostima». Ma sarà possibile tornare ad avere le cucine nelle scuole?, le chiedo, riempiangendo i piatti fumanti che i miei figli mangiavano alla materna (dove spesso c'è la cucina interna). «Sì - risponde Povigna - ma non come in passato: io prevedo una via di mezzo, per esempio si potrebbero finire le preparazioni in cucine posizionate nelle scuole, in modo da avere piatti migliori e anche da ridurre gli sprechi, tema ancora troppo trascurato».

Sul tema della visione d'insieme mi sembra piuttosto d'accordo anche Evelina Flachi, specialista in scienza dell'alimentazione e nutrizionista con numerose ca-

FOTO AG. GALLERY STOCK

093077



Piccoli buongustai

di Guy Martin,
Guido Tommasi
Editore,
20 euro

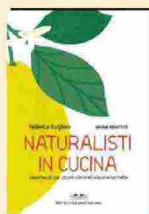
Lo chef del ristorante parigino *Grand Vefour* (tre stelle Michelin) condivide 50 ricette che prepara per i suoi due figli in un libro che i bambini li fa anche giocare.



Il goloso mangiar sano

di Elisabetta
e Federica
Pennacchioni,
Gribaudo, 17 euro

Una guida molto pratica per genitori che vogliono organizzare menu vegetariani per tutta la famiglia: dalla lista della spesa alle ricette.



Naturalisti in cucina

di Federica
Buglioni,
Topipittori, 14 euro

L'autrice è la fondatrice dell'associazione *Bambini in cucina*, che in questo albo illustrato da Anna Resmini propone esperimenti divertenti alla scoperta del cibo.



Cucinare insieme è un gioco buonissimo

di Marco Bianchi,
HarperCollins,
16,90 euro

Lo chef e divulgatore scientifico propone ricette dolci e salate che i bambini possono preparare da soli (o con una piccola supervisione).

riche, tra le quali quella di presidente del Comitato tecnico scientifico del Ministero dell'istruzione, Scuola e sostenibilità alimentare. Flachi mi racconta che è stato fondato nel 2009, poi ha prodotto delle linee guida nel 2011, nel 2015 durante l'Expo le ha consegnate all'allora segretario generale delle Nazioni Unite Ban Ki-moon, dunque nel 2018 ha realizzato la prima ricerca sull'educazione alimentare nella scuola. Quindi è arrivata la pandemia ma, finalmente, un paio di mesi fa il Ministero ha varato il portale scuolaecibo.it che si ripromette di dare strumenti per educare i ragazzi, informare le famiglie e formare gli insegnanti. Verificarne i dettagli però non mi è possibile: quasi tutto partirà dall'anno scolastico 2021/22. In attesa delle linee guida, decido di fare un test: chiedo ai miei figli Edoardo e Stefano, rispettivamente di 11 e 9 anni, di preparare cena per me e mia moglie. Senza nessun suggerimento: «Fate. Come. Volete». La cena immagino sarà il frutto di quello che vivono a scuola e, ancor di più, di quel che mangiano con noi, che non voglio sottrarmi alla responsabilità di agenzia educativa. I due accettano con entusiasmo, tanto che il primogenito arriva la sera con le ricette scritte e illustrate su foglietti di quaderno. Il menu prevede: «salsicciata» per antipasto; spaghetti ai datterini freschi; misto formaggi e salumi; fragole con panna montata. Tutto risulta chiaro dopo aver appreso che «salsicciata» è una variante della salsiccia in umido e che l'«orzo» indicato per insaporirla è in realtà alloro. Sui foglietti di Edoardo i piatti sono descritti con dovizia di particolari, compreso il soffritto d'aglio per gli spaghetti, e, come noterete, non c'è traccia di influenze televisive, nessun cop-papasta (in effetti non guardiamo trasmissioni di cucina). Così a cena ci troviamo di fronte a un buon pasto, magari un po' sbilanciato verso le proteine animali, ma completo, con anche verdure, carboidrati, persino la frutta (per quanto nascosta dalla panna). La convivialità certo non è mancata. L'appetibilità nemmeno. C'è stato persino un tocco di cultura del prodotto: «papà, guarda che le fragole sono quelle della Basilicata!».

