



POLITECNICO
DI TORINO

Dipartimento di
Architettura e Design

CIÒ
CHE
VALE



Cibo, Comunità, Salute:

i primi passi verso la progettazione
di un Network Territoriale

Food For Health Workshop
1° Edizione

**08 Gennaio
2020**

18.30 - 20.30

Associazione CiòCheVale

*Perchè parlare di
"cibo sano"?
Siamo davvero
consapevoli degli attuali costi
sociali di ciò che mangiamo?
Che ruolo abbiamo come
produttori, medici, associazioni,
cuochi, distributori, cittadini?*

Proviamo a riflettere assieme...



POLITECNICO
DI TORINO

Dipartimento di
Architettura e Design

CIÒ
CHE
VALE



Che cosa significa **“Cibo Sano?”**



Cibo Sano

(Buono, Pulito, Giusto)



Per l'ambiente

Se è sano per l'ambiente, allora lo è anche per l'uomo



Per l'uomo

Non geneticamente modificato, non trattato chimicamente, perciò **in grado di restituire nutrienti alla terra, attraverso i suoi scarti**

CIBO
RICCO DI NUTRIENTI

Non geneticamente modificato, non industrialmente trasformato, non trattato a livello industriale, **in grado di trasferire il giusto apporto nutritivo al corpo umano.**



Cibo Sano

(Buono, Pulito, Giusto)



Per l'ambiente

Se è sano per l'ambiente, allora lo è anche per l'uomo



Per l'uomo

Non geneticamente modificato, non trattato chimicamente, perciò **in grado di restituire nutrienti alla terra, attraverso i suoi scarti**

CIBO
RICCO DI NUTRIENTI

Non geneticamente modificato, non industrialmente trasformato, non trattato a livello industriale, **in grado di trasferire il giusto apporto nutritivo al corpo umano.**

CIBO
NON ALTERATO

Correttamente prodotto, trasformato e conservato, dunque **privo di micotossine, funghi, lieviti e batteri dannosi per la salute umana.**



Cibo Sano

(Buono, Pulito, Giusto)



Per l'ambiente

Se è sano per l'ambiente, allora lo è anche per l'uomo



Per l'uomo

Non geneticamente modificato, non trattato chimicamente, perciò **in grado di restituire nutrienti alla terra, attraverso i suoi scarti**

CIBO
RICCO DI NUTRIENTI

Non geneticamente modificato, non industrialmente trasformato, non trattato a livello industriale, **in grado di trasferire il giusto apporto nutritivo al corpo umano.**

CIBO
NON ALTERATO

Correttamente prodotto, trasformato e conservato, dunque **privo di micotossine, funghi, lieviti e batteri dannosi per la salute umana.**

Coltivato/allevato naturalmente, senza l'uso di pesticidi, fertilizzanti, ormoni e antibiotici che si bioaccumulano in piante e animali, impoveriscono il suolo, eliminano insetti ed erbe senza distinzione.

CIBO
PRIVO DI RESIDUI CHIMICI

Coltivato, allevato e trasformato naturalmente, senza l'uso di pesticidi, fertilizzanti, ormoni, antibiotici e additivi in grado di bioaccumularsi e interagire all'interno del corpo umano.



Per l'ambiente

Cibo Sano

(Buono, Pulito, Giusto)

Se è sano per l'ambiente, allora lo è anche per l'uomo



Per l'uomo

Non geneticamente modificato, non trattato chimicamente, perciò **in grado di restituire nutrienti alla terra, attraverso i suoi scarti**

CIBO
RICCO DI NUTRIENTI

Non geneticamente modificato, non industrialmente trasformato, non trattato a livello industriale, **in grado di trasferire il giusto apporto nutritivo al corpo umano.**

CIBO
NON ALTERATO

Correttamente prodotto, trasformato e conservato, dunque **privo di micotossine, funghi, lieviti e batteri dannosi per la salute umana.**

Coltivato/allevato naturalmente, senza l'uso di pesticidi, fertilizzanti, ormoni e antibiotici che si bioaccumulano in piante e animali, impoveriscono il suolo, eliminano insetti ed erbe senza distinzione.

CIBO
PRIVO DI RESIDUI CHIMICI

Coltivato, allevato e trasformato naturalmente, senza l'uso di pesticidi, fertilizzanti, ormoni, antibiotici e additivi in grado di bioaccumularsi e interagire all'interno del corpo umano.

CIBO
CURATIVO

Ricco di proprietà benefiche per l'organismo umano, ad es. proprietà antiossidanti, antibatteriche, antinfiammatorie, antitumorali, ecc.



Cibo Sano *(Buono, Pulito, Giusto)*



Per l'ambiente

Se è sano per l'ambiente, allora lo è anche per l'uomo



Per l'uomo

Prodotto nel rispetto dei tempi della terra, delle piante e degli animali, senza alcun acceleratore chimico.

**CIBO
AL GIUSTO PREZZO**

Prodotto nel rispetto dei lavoratori, attraverso condizioni di lavoro dignitose, paghe eque e senza l'uso di sostanze che danneggiano chi le inala o maneggia.



Cibo Sano

(Buono, Pulito, Giusto)



Per l'ambiente

Se è sano per l'ambiente, allora lo è anche per l'uomo



Per l'uomo

Prodotto nel rispetto dei tempi della terra, delle piante e degli animali, senza alcun acceleratore chimico.

CIBO
AL GIUSTO PREZZO

Prodotto nel rispetto dei lavoratori, attraverso condizioni di lavoro dignitose, paghe eque e senza l'uso di sostanze che danneggiano chi le inala o maneggia.

Non consumato eccessivamente lontano dal luogo di produzione. **Raccolto nei tempo corretti di maturazione. Non trasportato su grandi distanze, aumentando le emissioni di CO2.**

CIBO
LOCALE

Non consumato eccessivamente lontano dal luogo di produzione. **Non trattato chimicamente per aumentarne la durabilità. Non sottoposto a refrigerazione.**



Cibo Sano

(Buono, Pulito, Giusto)



Per l'ambiente

Se è sano per l'ambiente, allora lo è anche per l'uomo



Per l'uomo

Prodotto nel rispetto dei tempi della terra, delle piante e degli animali, senza alcun acceleratore chimico.

CIBO AL GIUSTO PREZZO

Prodotto nel rispetto dei lavoratori, attraverso condizioni di lavoro dignitose, paghe eque e senza l'uso di sostanze che danneggiano chi le inala o maneggia.

Non consumato eccessivamente lontano dal luogo di produzione. **Raccolto nei tempo corretti di maturazione. Non trasportato su grandi distanze, aumentando le emissioni di CO2.**

CIBO LOCALE

Non consumato eccessivamente lontano dal luogo di produzione. **Non trattato chimicamente per aumentarne la durabilità. Non sottoposto a refrigerazione.**

In grado di rispettare e tutelare la biodiversità e di valorizzare le differenti cultivar e razze di ogni territorio.

CIBO DIFFERENTE PER OGNI STAGIONE E TERRITORIO

Non sottoposto a refrigerazione e non trattato per aumentarne la durabilità sino ad altre stagioni e sino al raggiungimento di altri territori. **Ricco di nutrienti.**



POLITECNICO
DI TORINO

Dipartimento di
Architettura e Design

CIÒ
CHE
VALE



Quali sono oggi i **costi sociali** del
cibo e della sua produzione?

PRODUZIONE AGRO-ALIMENTARE



Oggi ampiamente affrontati

PRODUZIONE AGRO-ALIMENTARE



Analizzati con **superficialità**,
specialmente se consideriamo...



COSTI SANITARI

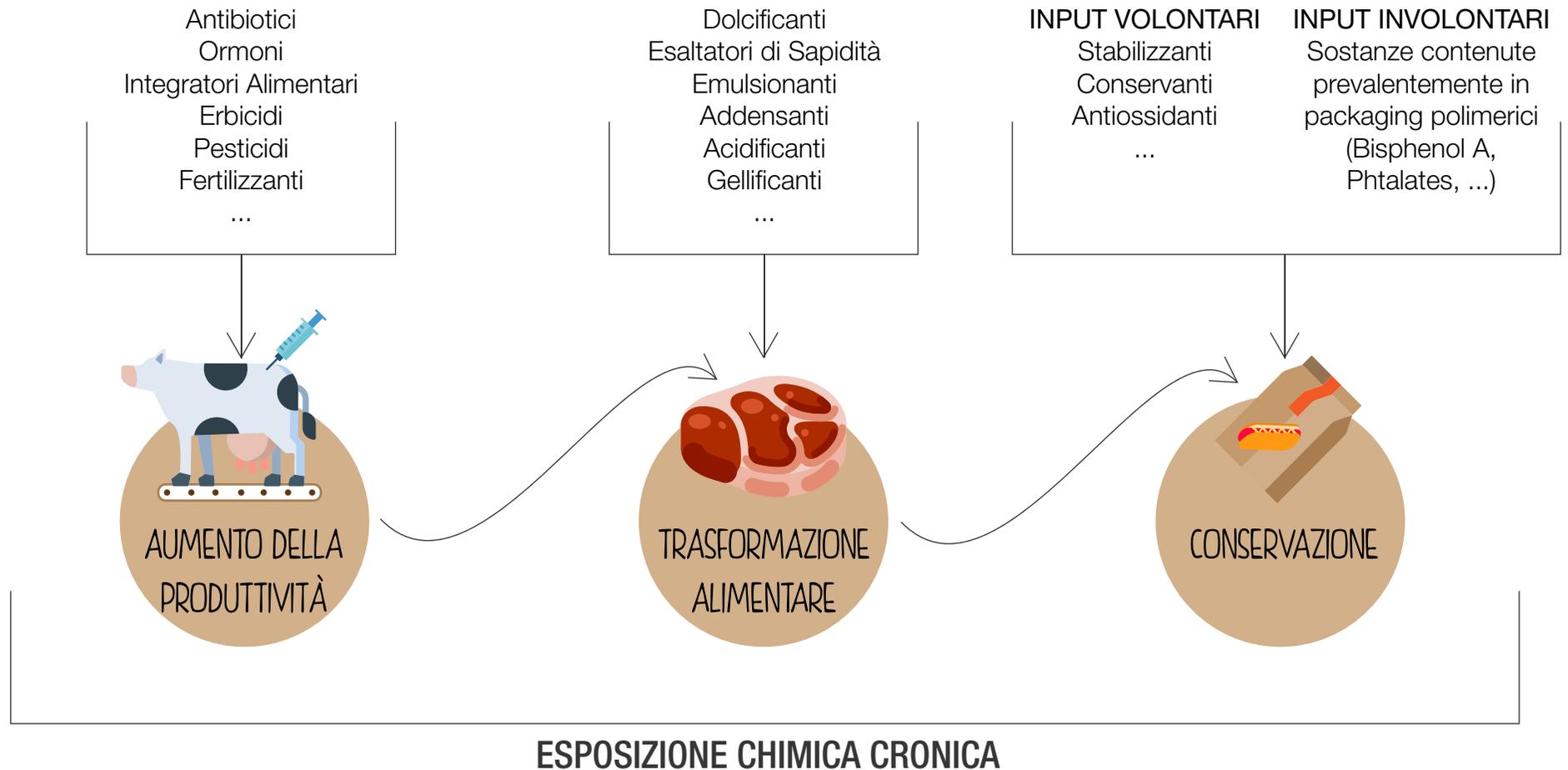
Onerosi e prolungati nel tempo per la maggior parte degli individui.



RISCHI SANITARI

- Cancro
- Diabete e Obesità
- Malattie Neurodegenerative
- Ripercussioni Genetiche
- Teratogenesi del Feto
- Malfunzioni Riproduttive
- ...

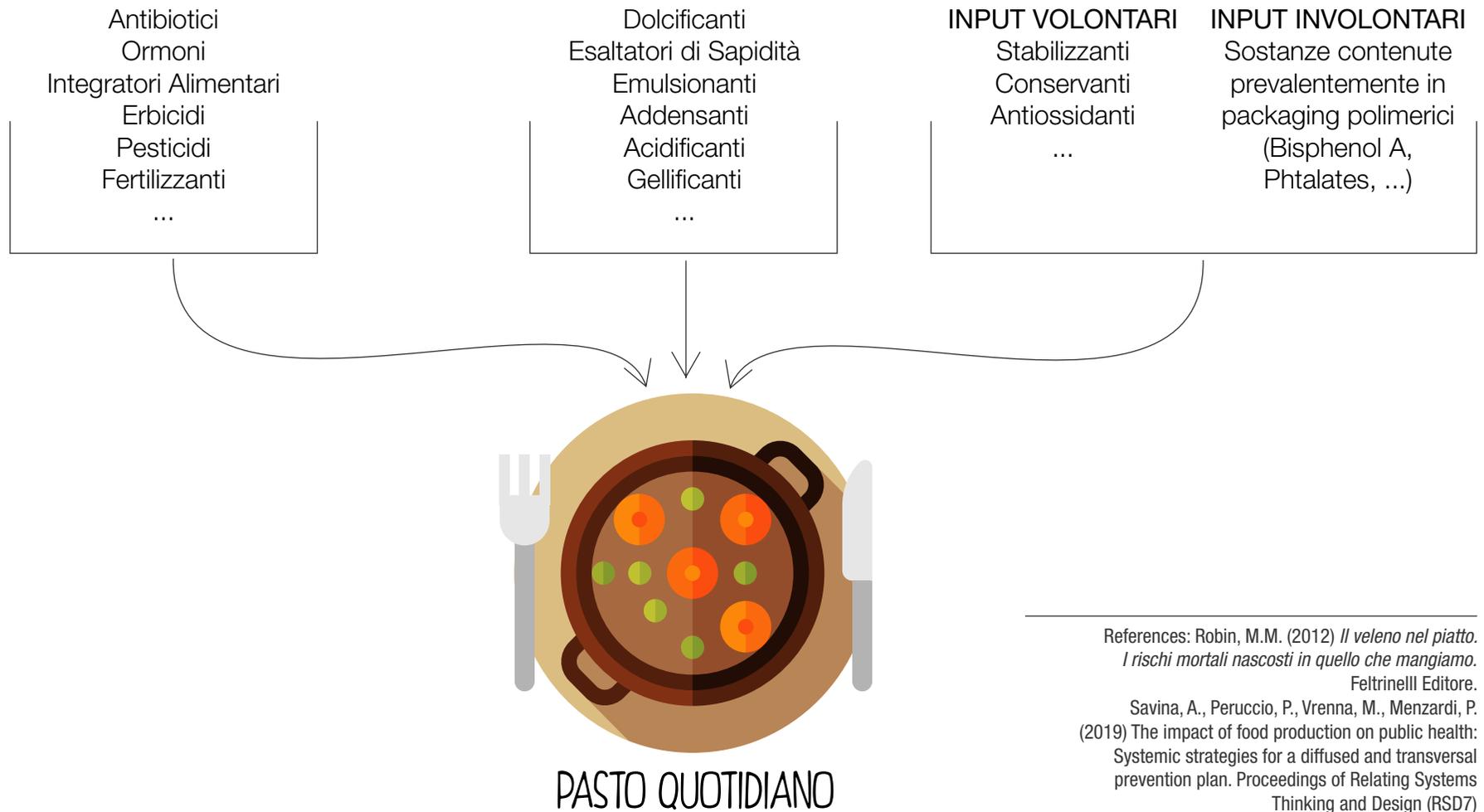
UTILIZZO DI CONTAMINANTI CHIMICI TOSSICI ALL'INTERNO DELLA FILIERA AGRO-ALIMENTARE INDUSTRIALE



References: Robin, M.M. (2012) *Il veleno nel piatto. I rischi mortali nascosti in quello che mangiamo*. Feltrinelli Editore.

Savina, A., Peruccio, P., Vrenna, M., Menzardi, P. (2019) The impact of food production on public health: Systemic strategies for a diffused and transversal prevention plan. Proceedings of Relating Systems Thinking and Design (RSD7)

IL CONCETTO DI “CHEMICAL BODY BURDEN”



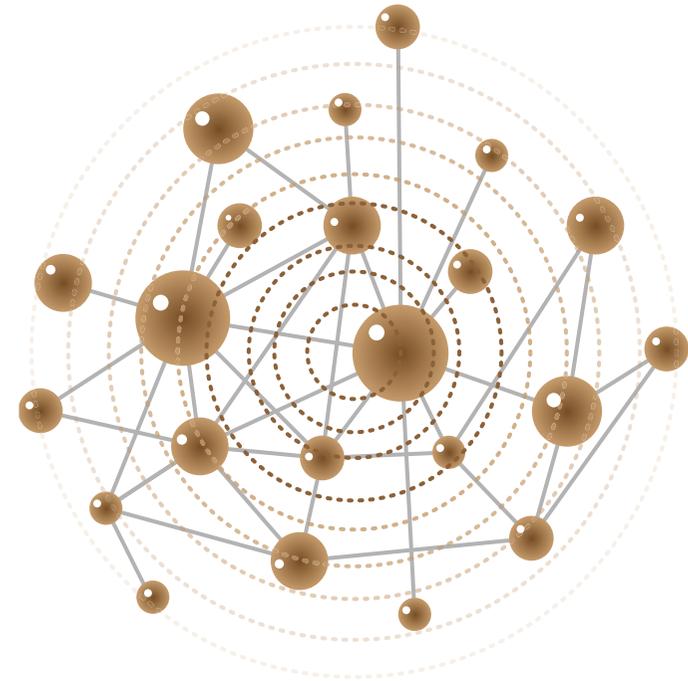
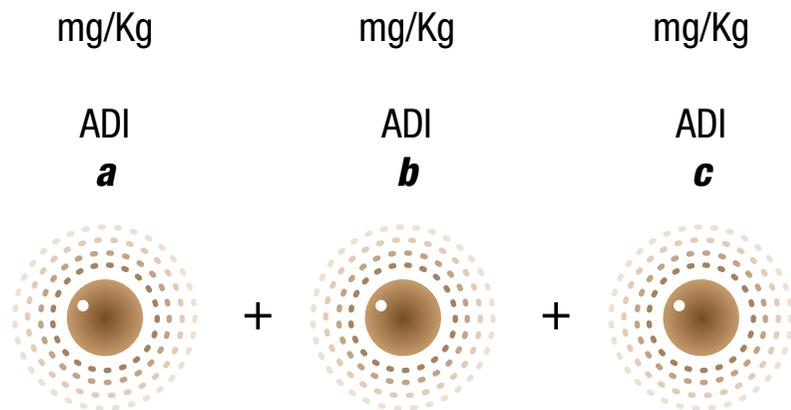
References: Robin, M.M. (2012) *Il veleno nel piatto. I rischi mortali nascosti in quello che mangiamo.* Feltrinelli Editore.
Savina, A., Peruccio, P., Vrenna, M., Menzardi, P. (2019) The impact of food production on public health: Systemic strategies for a diffused and transversal prevention plan. Proceedings of Relating Systems Thinking and Design (RSD7)

II CONCETTO DI “CHEMICAL BODY BURDEN”

(Zuppa Chimica)

I contaminanti entrano in sinergia e moltiplicano i loro effetti.

Il risultato è più preoccupante della somma degli effetti dei singoli contaminanti.



ADI - ACCEPTABLE DAILY INTAKE

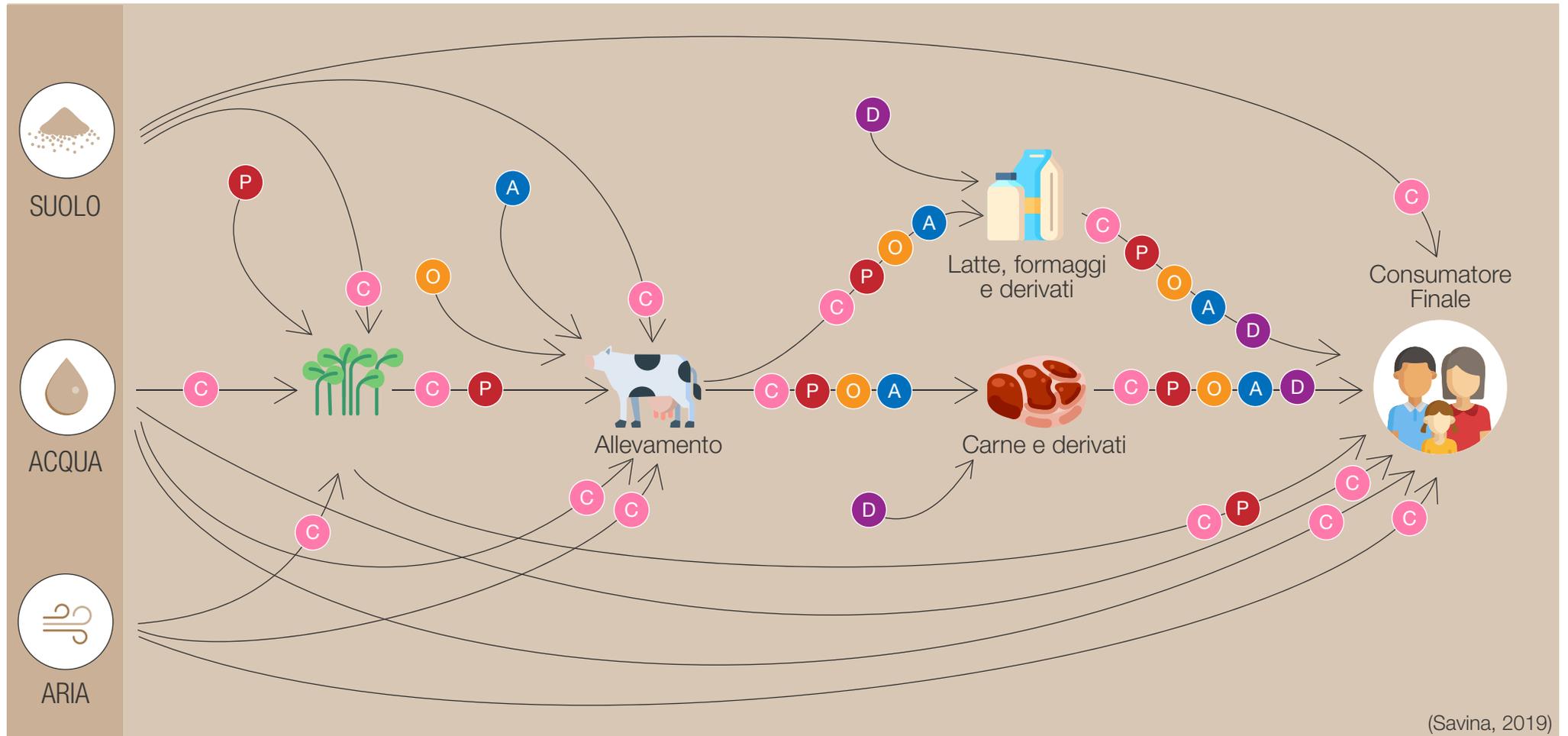
Quantità di inquinante legittimata per essere ingerita quotidianamente, apparentemente senza un impatto rilevante per l'organismo.

Fallimento del concetto di
ADI (Acceptable Daily Intake)
e di **NOEL (No Observed Effect Level)**.

References: Robin, M.M. (2012) *Il veleno nel piatto. I rischi mortali nascosti in quello che mangiamo*. Feltrinelli Editore.

Savina, A., Peruccio, P., Vrenna, M., Menzardi, P. (2019) The impact of food production on public health: Systemic strategies for a diffused and transversal prevention plan. Proceedings of Relating Systems Thinking and Design (RSD7), pp. 315-330.

BIO-ACCUMULO NELLA FILIERA ALIMENTARE



(Savina, 2019)

Legend of chemical contaminants

- | | | |
|--|----------------------|---------------------------|
| P Pesticidi, erbicidi e fertilizzanti chimici | O Ormoni | D Additivi chimici |
| C Altri contaminanti dispersi nell'ambiente | A Antibiotici | |

Questo scenario è responsabile di
un' **“epidemia”** che minaccia la salute
delle generazioni future.

World Health Organization (WHO)

MALATTIE CRONICHE E DISTURBI CONNESSI AI PROCESSI DI PRODUZIONE ALIMENTARE AD ALTO IMPATTO



- **Cancro**
- **Diabete e obesità**
- **Malattie Neurodegenerative**
- **Malattie Cardiovascolari**
- **Malattie Respiratorie**
- **Disturbi Comportamentali**
- **Malfunzioni Riproduttive**
- **Ripercussioni genetiche**

...

AUMENTO DEGLI EFFETTI TRANSGENERAZIONALI



Cocktail di contaminanti
all'interno dei cordoni ombelicali

- **Permeabilità della placenta**



**SVILUPPO SOSTENIBILE NEL SETTORE SANITARIO:
UN CAMBIO DI PARADIGMA CHE PARTA DALLA PRODUZIONE ALIMENTARE
SINO A COINVOLGERE LA SALUTE PUBBLICA**



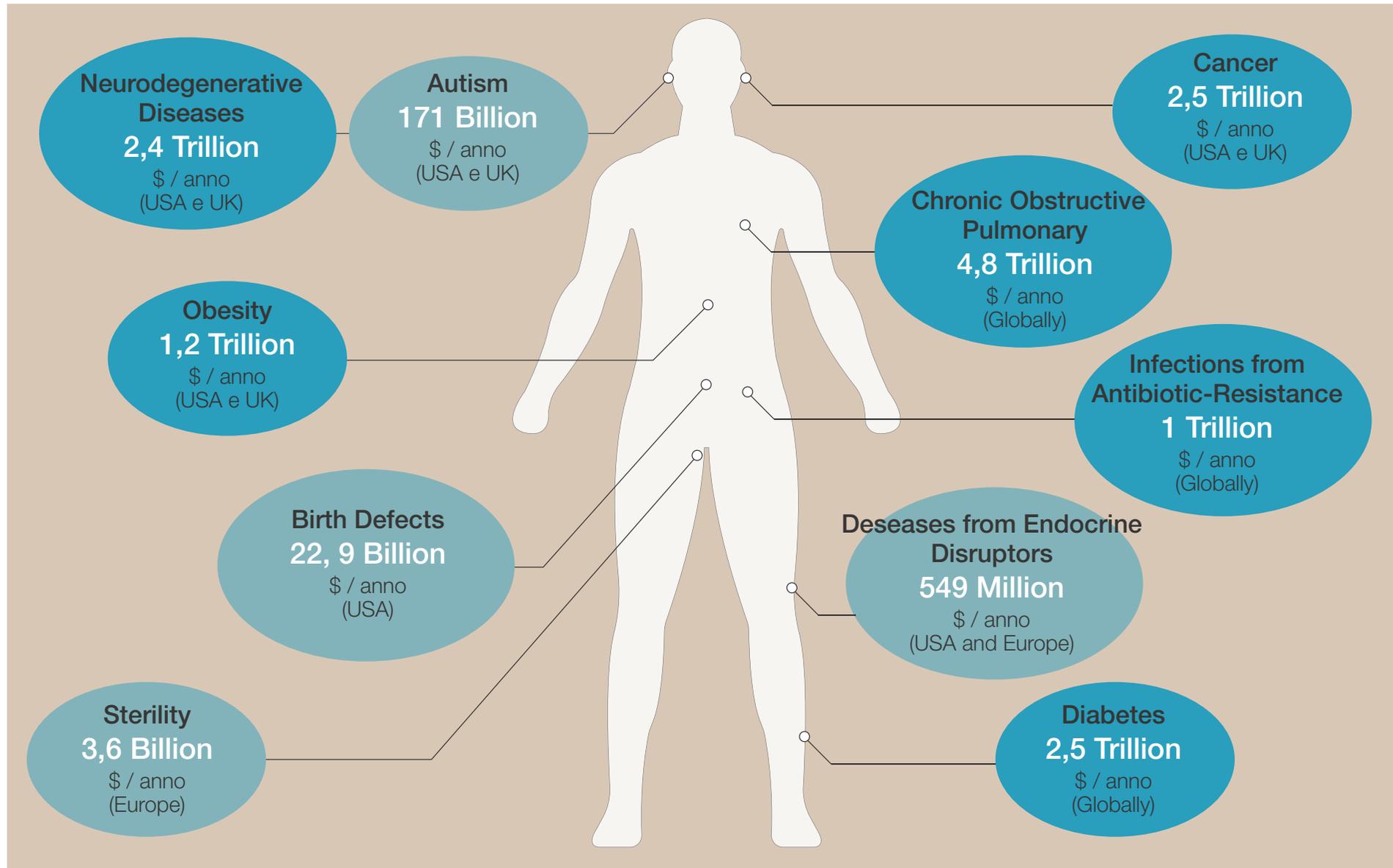
DALLA PREVENZIONE DELL'ATTUALE
POPOLAZIONE ...



... ALLA TUTELA DELLA SALUTE DELLE
GENERAZIONI FUTURE

UN CAMBIO DI PARADIGMA PER L'INTERO TERRITORIO

MALATTIE NON TRASMISSIBILI. COSTI ANNUI.



World Obesity.org Americanin Diabetes Association, The World Bank, ASCO Daily News, Chemical & Engineering News, The Lancet, Autism Speakes, American Medical Association, The Health Environmental Alliance, information Technology & innovation Foundation, Harvard School of Public Health & Olesen 3 The economic cost of brain disorders in Europe.



POLITECNICO
DI TORINO

Dipartimento di
Architettura e Design

CIÒ
CHE
VALE



Di chi sono le **responsabilità**
di questo scenario?



**POLITECNICO
DI TORINO**

Dipartimento di
Architettura e Design

CIÒ
CHE
VALE



Che ruolo abbiamo come produttori
alimentari, medici, associazioni, cuochi,
distributori, ricercatori, giornalisti e cittadini?

Medici di Base e Specialisti

Guida / Interazione / Collaborazione

“Prevenzione piuttosto che cura”



Punti di Partenza

- Considerazione del **legame presente tra malattie | alimentazione | produzione alimentare.**

- Valutazione delle **abitudini alimentari** del paziente

- Identificazione del **corpo umano come un sistema interconnesso. Dialogo con altri medici e specialisti.**

Guida a:

- **Acquisto consapevole. Metodi di cottura e preparazioni gustose e genuine.**

- Maggiore conoscenza delle **proprietà del cibo.**

- **Prevenzione** e ridimensionamento di malattie e vari disturbi, attraverso il cibo.

Produttori Alimentari

Monitoraggio della produzione dal seme alla vendita

“Cibo pulito, buono e giusto, senza contaminanti”



Punti di Partenza

- Produzione libera da contaminanti chimici, che segua il ritmo naturale della terra e delle stagioni.

- **Adozione** di **etichette riconosciute** e di **certificazioni** che guidino, orientino e rassicurino i consumatori.

Trasparenza nelle dichiarazioni indipendenti.

- **Distribuzione su piccola scala** e per periodi prestabiliti al fine di evitare l'uso di conservanti e sistemi di refrigerazione.

Produzione di Valore

- Riscoperta e valorizzazione di **varietà con elevato potere nutritivo**.

- Predilizione di **varietà locali**

- Indicazioni e suggerimenti di prodotti consoni a specifiche **ricette**.

Cittadini

Consapevolezza/ Coinvolgimento/ Interazione

“Una buona salute attraverso un buon cibo”



Conoscenza e consapevolezza

- Informazione circa gli **effetti avversi** del cibo altamente processato e dei **contaminanti chimici** usati all'interno dei processi produttivi

- Riconoscimento e **corretta percezione del rischio alimentare**

- **Acquisto Consapevole** guidato attraverso l'abilità di lettura e riconoscimento di etichette, certificazioni e dati dichiarati.

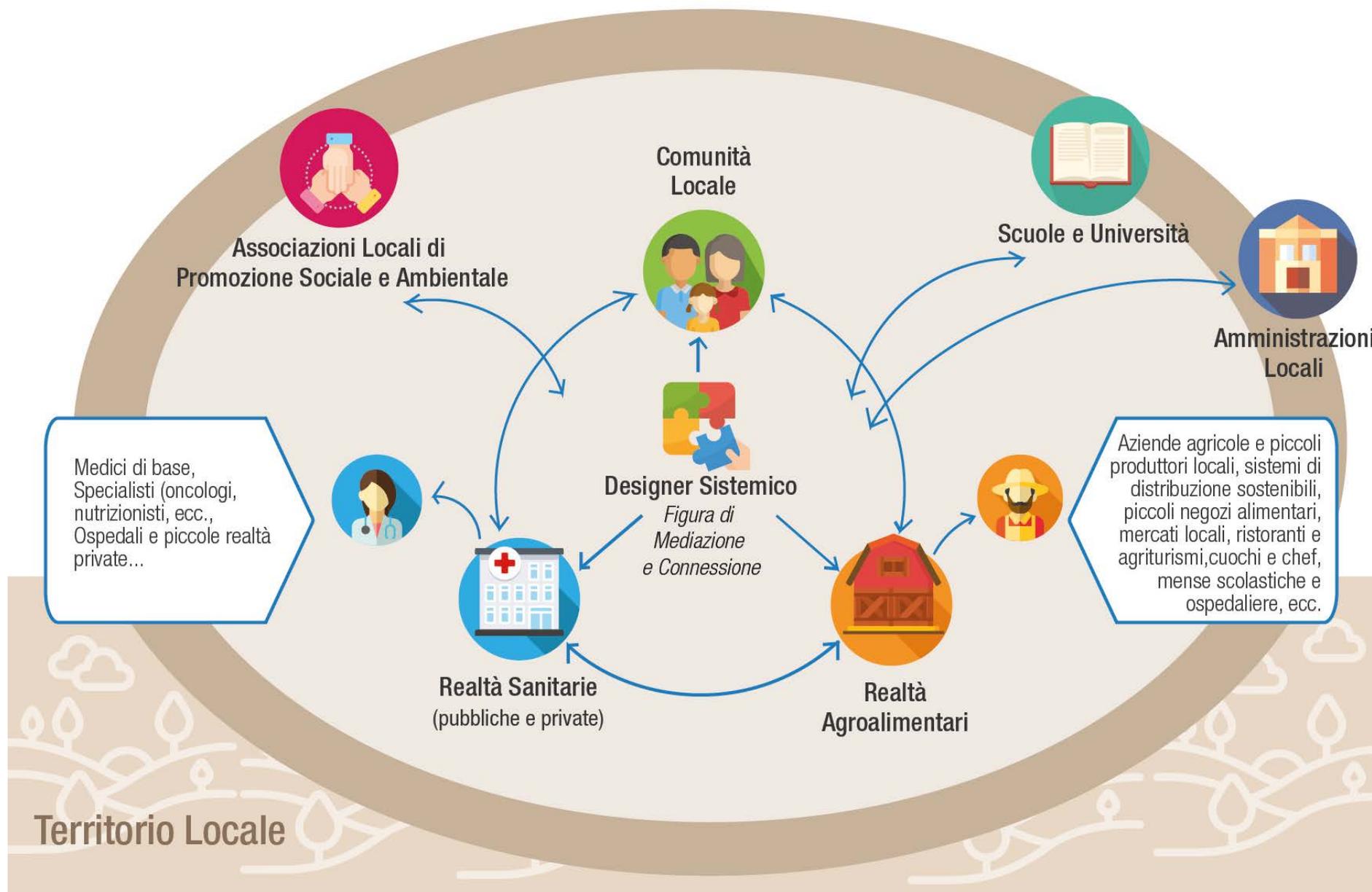
Applicazione e partecipazione

- **Workshop, corsi di cucina, di auto-produzione, permacoltura, ecc**, in realtà sanitarie, realtà agricole e distretti cittadini.

- **Predilizione di cibo semplice, organico e non altamente processato.**

- Maggiore disponibilità ad affrontare un prezzo più alto per l'acquisto di un cibo sano.

Progettare un network territoriale di relazioni tra gli attori chiave del sistema alimentare, sanitario ed educativo





**Rendere il cibo sano, sostenibile,
libero da contaminanti chimici,
un elemento cardine del processo di guarigione/prevenzione
attraverso l'approccio del design sistemico**



Riconnettere il tema del cibo e quello della salute pubblica.

Condurre i professionisti del settore sanitario ad affrontare con maggiore vigore l'importanza di un'alimentazione sana e sostenibile, traendo forza da un approccio transdisciplinare e quanto più possibile olistico.



Generare **maggior consapevolezza** nella comunità
circa i rischi/costi sanitari connessi a un cibo di bassa qualità,
prodotto con metodi intensivi e ad alto impatto.

Aumentare la percezione del rischio chimico, alla pari del rischio microbiologico,
attraverso esperienze dirette e disseminazione dell'informazione.



Mettere in relazione attori appartenenti a contesti diversi
che oggi difficilmente dialogano tra loro.

Creare scambio di competenze, reciproca responsabilità, un agire comunitario
che abbia come fine ultimo il benessere dell'individuo e del suo territorio.



Ottenere un **impatto sociale positivo** e a lungo termine, dunque un **incremento del benessere individuale e collettivo**, attraverso la progettazione sistemica, un approccio multidisciplinare, la sperimentazione e la disseminazione della ricerca in atto.



**POLITECNICO
DI TORINO**

Dipartimento di
Architettura e Design

CIÒ
CHE
VALE



E ora...
Condividi con noi la tua opinione!
Speriamo di rivederti presto!