

EDUCAZIONE ALIMENTARE E BARBECUE

E' di questi giorni la notizia della proibizione dei barbecue nei parchi pubblici. I provvedimenti coercitivi hanno significato quando c'è la necessità di limitare comportamenti individuali o collettivi che minacciano interessi della comunità, soprattutto quando insorga un rischio imprevisto che richiede l'urgenza del provvedere. Non è questo il caso dei barbecue, ma, anche se non ci saranno ordinanze di divieto, sembra che il Comune adotti altri provvedimenti limitativi quale lo smantellamento dei barbecue esistenti nei parchi (e se si portano da casa?). E' il solito problema, non da oggi ma ora di grande attualità, di come conciliare i liberi comportamenti individuali con gli interessi collettivi, come assicurare il diritto all'autodeterminazione dei singoli e contemporaneamente il dovere degli stessi a contribuire, con le istituzioni, alla tutela degli interessi comuni. L'educazione civica, alla salute e alla sicurezza, l'informazione e la comunicazione degli interessi collettivi da salvaguardare e dei rischi che possono pregiudicarli, sono unanimemente considerati gli interventi alternativi a quelli coercitivi. Sembrerà eccessivo invocare i principi della libertà personale e degli interessi comuni al momento di preparare una buona grigliata all'aperto, ma appunto per ciò sembra eccessivo anche ricorrere a divieti quando sarebbe più opportuno e più efficace orientare i cittadini a comportamenti idonei a evitare i rischi da barbecue, gli incendi nei parchi e l'imbrattamento ambientale da rifiuti. Soddisfare le richieste della comunità bolognese di maggiori disponibilità di verde pubblico, come giustamente sta facendo il Comune con il Piano Strutturale, comporta anche creare condizioni perché i comportamenti individuali e collettivi siano rispettosi del verde pubblico, mettendo in campo specifici interventi informativi ed educativi. Ai rischi di incendi e di disseminazione ambientale di rifiuti si potrebbe aggiungere quello alimentare, anche se questo minaccia la salute dei soli mangiatori delle grigliate, ma va ricordato che la nostra Costituzione sancisce che il diritto del singolo alla salute è pure interesse della comunità. La cottura alla griglia di carni ricche di grassi, ovviamente non solo nei parchi, determina lo scioglimento e la caduta di questi sui carboni ardenti, con lo sviluppo di fumi che contengono sostanze cancerogene e che diffondendosi verso l'alto le depositano sulla superficie delle carni. Si tratta degli IPA (idrocarburi policiclici aromatici), tra cui il noto benzopirene, reperibili anche nelle polveri fini contenute nell'aria inquinata dei nostri centri urbani più trafficati. Avrebbe senso proibire per tale motivo questo tipo di cottura o rinunciare volontariamente al gusto di una buona grigliata all'aperto con gli amici? Non è più semplice superare i divieti delle istituzioni e i timori dei buongustai rendendo noti i modi per ridurre questo tipo di rischio alimentare?

Basta sapere che : la distanza tra le braci e la griglia non deve essere inferiore a 20 centimetri; le carni vanno predisposte non in grosse pezzature, per ridurre i tempi di cottura ed evitare che si brucino le parti più esterne ove pure possono formarsi sostanze cancerogene; vanno scelti tagli non troppo grassi e la pelle del pollo va tolta prima della cottura; le carni vanno girate durante la cottura senza forarle con la forchetta, perché ciò facilita la caduta di grassi sulle braci. E' anche consigliato di marinare le carni prima della cottura, in quanto certi composti dell'olio extravergine, del succo di limone e delle spezie riducono la formazione di prodotti tossici; infine, oltre che per l'equilibrio tra i diversi principi alimentari, la grigliata va accompagnata con verdure crude, che apportano antiossidanti neutralizzanti gli effetti cancerogeni e fibra che riduce l'assorbimento intestinale degli IPA.

L'educazione alla sicurezza alimentare permette di ridurre i rischi senza ricorrere a divieti: perché non fare lo stesso per prevenire gli incendi e l'abbandono di rifiuti imputabili ai barbecue? Altri sono gli strumenti per combattere il degrado e tutelare la sicurezza.

Prof. Antonio Faggioli

Libero Docente in Igiene dell'Università di Bologna.