

BESTIARIO

di Giorgio Celli

SCOPRITE IL DIETOLOGO CHE E' IN QUEL TOPO



Un ghro che si nutre di castagne. Sotto: un istrice assaggiato un'arancia. A destra: interventi sull'ambiente per impianti solari.

Una mia amica nutre una repulsiante invincibile per la carne di maiale. Le costoline alla brace, accompagnate da salsa e da mentuccia, le cosiddette "bracioline" in padella, che sono i piatti forti delle mense povere, risvegliano in lei solo un senso di disgusto, se non addirittura di sgomento. Al pari di un musulmano osservante, di fronte a quelle leccornie, storce il capo. Interrogata in merito, ha confessato che da bambina non riusciva a digerire la carne di maiale e soffriva in caso di forzata, e immagino stocica, alimentazione, di un grande disagio fisico. Credo che la cosa possa venire inquadrata in un fenomeno più generale, che

potremmo chiamare "la saggezza gastronomica del corpo", o "la sapienza dello stomaco": agli inizi, prima che le consuetudini la facciano da padrone con noi, sembra che il nostro organismo ci segnali, tra i cibi, quelli che fanno per noi.



DAL LEGGERE
MAL DI CAVERNA

Chi si lamenta dei mali della civiltà deve ricredersi. Nell'antichità, tutto sommato, si stava peggio. Nelle caverne o sulle palafitte si viveva meno, tra grandi disagi e quasi sempre con le stesse malattie di oggi. E' quanto emerge da uno dei primi libri (G. Alicata, M. Fedeli, V. Pece Deffino: "La malattia dalla preistoria all'età antica", Laterza, pag. 161, 23 mila lire) dedicato da autori italiani alla paleopatologia, disciplina creata dal medico Marc Armand Ruffer nel 1913 e che studia, su resti umani e su quelli di animali, i segni lasciati dalle malattie.

La salute è insomma il più antico problema dell'uomo e alcune malattie sono addirittura nate prima dell' Homo Sapiens: dalle scimmie abbiamo ereditato la carne, il virus dell'Herpes e 13 dei più diffusi protozoi intestinali. I due più terribili nemici della salute dell'uomo moderno, il tumore e l'arteriosclerosi, affliggevano già i nostri antichi antenati. Nel neolitico compaiono anche la tubercolosi e la lebbra. La sifilide e il tifo arriveranno solo più tardi, ma dalla più remota antichità l'uomo soffre molto più di oggi di artrite, reumatismi e gotta. Le cattive condizioni igieniche lo espongono poi alle malattie veicolate da parassiti (i capelli delle mummie egiziane sono pieni di pidocchi) e, poiché mangiava molluschi, seccati, pesci e mammiferi crudi, era facile presa di malattie infettive. C'era già anche la malattia litroge, quella causata dall'intervento del medico. Su molti cranii fossili si notano infatti delle trapanazioni che vengono interpretate come "forti terapeutici" usati, soprattutto nella cura dei disturbi mentali, per far uscire la malattia dalla testa del paziente.

FEDERICO DI ROCCHIO

za di questa facoltà primordiale: per esempio, dei topi sperimentali vennero messi in presenza di una serie di recipienti che contenevano del cibo allo stato puro, quindi del tutto nuovo per loro. Si trattava di carboidrati, di grassi, di proteine, di sali minerali, di vitamine e così via. Dopo alcune esitazioni, e qualche errore, i topi si misero ben presto a mangiare con giudizio, mettendo insieme, in quel "self servizio", un pasto così ben bilanciato da far invidia ai dietologi. Altri topi, posti davanti a dell'acqua e a due soluzioni di zucchero e di alcol, si alimentarono correttamente, con molto zucchero e poco alcol, assolvendo perfettamente al loro fabbisogno calorico. Quando allo zucchero venne sostituita della saccarina, capirono subito il trucco e aumentarono il prelievo d'alcol in proporzione. Se ne conclude che debba esistere in qualche parte del loro cervello, e probabilmente del nostro, un centro selettore ad hoc che avverte il corpo delle sue reali necessità. Purtroppo negli uomini l'abitudine fa tacere

ben presto il saggio dietologo che è in loro e nel mondo cosiddetto civile si mangia in eccesso e spesso proprio quel che ci fa male. Qualcuno però, come la mia amica, sembra "vivere ancora di ricordi".

MATURA NOSTRA
di Fulco Pratesi

CON LE PINNE, IL FUCILE, E, PURTROPPO, LA BOMBOLA

Penso che al lettore faccia piacere conoscere l'esito delle denunce che da queste colonne partono all'indirizzo del Palazzo. Così può essere interessante sapere che fine abbia fatto quella richiesta ("L'Espresso", n. 50, 15-12-85), partita dalle cooperative dei pescatori e dal Wwf, di proibire il trasporto, su una stessa barca, di fucile e autorespiratore (adeguandosi così a una regola vigente in tutti i paesi ove la caccia subacquea con le bombole è proibita). La richiesta, volta a far

cessare gli abusi, ha avuto un lunghissimo iter. Le difficoltà maggiori sono state poste dai cacciatori subacquei che, sostenuti dagli industriali del settore (solo nell'82 sono stati venduti 191 mila fucili subacquei e i milione 353 mila maschere), protestavano affermando che le bombole in barca servivano per dare aiuto agli eventuali pescatori in apnea che si fossero trovati in difficoltà.

I protezionisti rispondevano che negli altri paesi (Francia, Spagna, Grecia, Jugoslavia, Turchia), ove il divieto vige, i legislatori non hanno avuto questi scrupoli e che è abbastanza utopistico pensare che si possa salvare qualcuno rimasto sul fondo utilizzando il respiratore tenuto a bordo: in genere, prima di accorgersi dell'incidente e di poter indossare l'apparecchio, passa troppo tempo.

Così, aderendo in parte alle richieste dei sub, il ministero ha partorito il classico compromesso che non accontenta nessuno: secondo il decreto 1 giugno 1987, n. 249, pubblicato sulla "Gazzetta ufficiale" 29 giugno 1987, si potrà tenere in barca fucile e apparecchio autorespiratore, ma per quest'ultimo sarà ammessa solo una bombola di salvataggio da 10 litri.

C'è da notare che con questo volume d'aria, ad una pressione di 200 atmosfere,

si può restare comodamente a 20 metri di profondità per una buona mezz'ora (tutto il tempo per infilare una cerchia in lana e tirarla su). E poi, se la bombola non è sigillata, sarà troppo facile approfittarne.

TERRA BRUCIATA
di Antonio Cederna

UN PROGETTO INSENSATO PER LE COSTE DI PALERMO

Palermo il mare è una fogna, tutte le acque luride scaricano nel golfo, e l'anno scorso fin la spiaggia di Mondello ha dovuto essere vietata alla balneazione: ma tutta la costa è in condizioni di sfacelo edilizio e urbanistico. Interamente privatizzato, da seconde case e il tratto sotto le pendici del monte Pellegrino (è in corso un'indagine della procura) verso il porto un'autostrada urbana cancella il mare persino alla vista; all'altezza del centro storico il mare è stato allontano di centinaia di metri per l'enorme riempimento formato con le macerie dei bombardamenti. Uno scenario ancora peggiore è offerto dal tratto orientale: fiumi inquinati, baraccopoli e squallida edilizia di borgata, promontori fatti da discariche di rifiuti,

stabilimenti balneari di infimo livello, cortina sdilizia di case popolari fatiscenti, eccetera.

Ebbene, anziché provvedere a opere di risanamento generale, il consiglio comunale ha deciso giganteschi lavori di "sistemazione" della fascia costiera orientale, per sei chilometri e un costo di 165 miliardi: e ne ha assegnato il primo stralcio per 20 miliardi a una ditta (la Sailem, specializzata in opere marittime) che, guarda caso, è l'unica che abbia partecipato al relativo appalto concorso. E' un progetto insensato, che sembra ritagliato su misura a esclusivo beneficio della ditta, scrive l'urbanista Teresa Cannarozzo dell'università di Palermo: un grande ispiratore è stato, anni fa, un vicinissimo socialdemocratico, sicco per giunta, poi sparito dalla scena per intervento risolutivo della magistratura.

Sotto Felichetta del "rimodellamento" della costa, il progetto prevede il riempimento del mare per oltre duecento metri, spiagge artificiali protette da barriere a mare, due ponti turistici, vasche, piazzole, esedre, piantagioni esotiche, teatri all'aperto, e su tutto una superstrada a doppia carreggiata, per garantire un "traffico panoramico" (il panorama della fogna). Dunque, un progetto senza alcun riferimento alla realtà, che ignora ogni reale esigenza di risanamento e recupero ambientale. Ennesima dimostrazione che da noi i soldi si trovano sempre quando si tratta di riempire gli spropositi.

MANGIARE SANO

VELINI DA SPALMARE

Dato che i fautori dei cosiddetti "alimenti naturali" (appresione di allucinante indeterminazione) hanno bussato alle porte delle Camere (è all'esame del Senato una proposta di legge al riguardo), sarà opportuno almeno un frantumato ma indicativo discorso sui grassi: della delizia delle papille gustative, protagonisti nelle vicende che riguardano le nostre arterie, baricentro di interessi industriali e commerciali.

Anzitutto va detto che quasi tutti i grassi alimentari sono naturali, compresi sugna e sego. Fanno eccezione le margarine, malinconici surrogati del burro, ambigue figlie del laboratorio chimico: si tratta di grassi, all'origine naturali, sottoposti a processi più o meno spinti di idrogenazione.

In secondo luogo, torniamo a dire che occorre superare la manichea distinzione tra grassi "animali" e "vegetali", densa di fuorvianti suggestioni igieniche, anche se, almeno, ribadita da sacri testi di dietetica. I più temibili grassi naturali sono gli oli di palma, di palmiti e di cocco. Vegetali, ohibò. Terzo punto. Per i grassi (e ogni altra sostanza chimica) vige il saggio ammonimento di Paracelso: è la dose che fa il veleno.

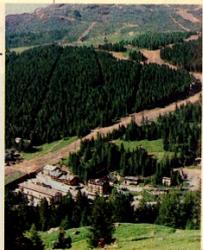
I grassi differiscono chimicamente fra loro per il tipo e la percentuale dei tanti acidi grassi che li compongono. Questi sono gli acidi grassi più lesivi per le nostre arterie: acido laurico, principale costituente degli oli di cocco e di palmiti; acido miristico, presente in eccessiva percentuale negli stessi oli; e acido palmitico, di cui è ricco l'olio di palma. Quest'ultimo è ingrediente prediletto per ghiotte creme da spalmare. Le arterie dei bambini ringraziano l'industria dolciaria per questi doni naturali e vegetali.

EMANUELE DIALMA VITALI

Un subacqueo con autorespiratore e fucile.



PROGETTO COSTA (PALERMO)



duecento metri, spiagge artificiali protette da barriere a mare, due ponti turistici, vasche, piazzole, esedre, piantagioni esotiche, teatri all'aperto, e su tutto una superstrada a doppia carreggiata, per garantire un "traffico panoramico" (il panorama della fogna). Dunque, un progetto senza alcun riferimento alla realtà, che ignora ogni reale esigenza di risanamento e recupero ambientale. Ennesima dimostrazione che da noi i soldi si trovano sempre quando si tratta di riempire gli spropositi.