20-NOV-2026
da pag. 6 / foglio 1 / 4

TPI The Post Internazionale
Settimanale - Dir. Resp.: Giulio Gambino
Tiratura: 40000 Diffusione: N.D. Lettori: N.D. (Data Stampa 0006901)

DATA STAMPA
45° Anniversario

Data Stampa 6901-Data Stampa 6901

Se mangiare sano è un privilegio

TPI COVER STORY

TRANSIZIONE ALIMENTARE **Nelle città, il cibo salutare costa più di quanto consenta il reddito. Nelle aree interne chiudono i negozi e le mense pubbliche restano un diritto diseguale. Così quasi 6 milioni di italiani non si possono permettere un pasto proteico ogni due giorni**

LARA TOMASETTA

Ci sono 425 comuni italiani, abitati da circa 170mila persone, dove non esiste più un negozio di alimentari. In altri 1.064 non c'è un punto vendita in sede fissa. Sembra una statistica sul commercio, ed è invece una misura del tempo: quanto ci vuole per comprare il pane. Confcommercio ha contato 156mila negozi scomparsi tra il 2012 e il 2025, e il settore alimentare ha perso il 17,6 per cento delle attività. Anche nelle città il deserto prende una forma meno visibile: non l'assenza del negozio, ma lo scarto tra il prezzo del cibo e il reddito di chi lo compra.

Nel 2025 la deprivazione alimentare materiale ha riguardato il 9,3 per cento della popolazione, circa 5,4 milioni di persone: lo stesso numero della povertà assoluta calcolata dall'Istituto nazionale di statistica (Istat). Il 9,9 per cento degli italiani non poteva permettersi un pasto con carne, pesce o equivalente vegetariano almeno ogni due giorni; 1,4 milioni di famiglie hanno chiesto aiuto per avere cibo. Tra le famiglie con figli ascoltate a Milano, Napoli e Bari, quattro genitori su cinque saltano pasti per lasciare il cibo ai bambini. Il punto non è la quantità, è il prezzo della qualità. L'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura (Fao) calcola che una dieta sana costi fino al 60 per cento in più di una basata su ultra-processati. Tra il 2018 e il 2023 il costo della dieta raccomandata è passato da 1.690 a 2.130 euro l'anno, più 24 per cento, con punte del 27 al Sud. A ottobre 2026 l'inflazione è tornata al 5,4 per cento, trainata dagli alimentari non lavorati saliti al 7,5.

La mappa non basta

Roma è il laboratorio più avanzato. Nell'arco orientale, tra i Municipi IV, V, VI e VII, ci sono zone in cui il negozio più vicino dista più di un chilometro: Tor Bella Monaca, Torre Angela, San Basilio, Corviale, Borghesiana. Daniela Bernaschi, economista dello sviluppo e sociologa dell'Università di Firenze, tra i promotori dell'Osservatorio insicurezza e povertà alimentare (Oipa) del Consorzio universitario per la ricerca socioeconomica e ambientale (Cursa), ha ideato e sviluppato il concetto di «aree alimentari al buio». «Si può vivere vicino a un supermercato e non avere le risorse economiche necessarie per acquistare il cibo di cui si ha bisogno», spiega. «Il blackout alimentare non identifica semplicemente un territorio in cui manca il cibo, ma un contesto in cui molteplici condizioni di svantaggio economico, sociale e territoriale si intrecciano e si rafforzano reciprocamente, limitando le possibilità concrete di accedere a un'alimentazione adeguata». Il tutto a casa di difficoltà economiche, carenze nei trasporti, fragilità delle reti sociali e mancanza di solidarietà. Il Rapporto 2026 dell'Oipa calcola che una coppia con un figlio debba spendere 678,16 euro al mese per una dieta adeguata. «Quando l'indice supera il valore di 1, significa che il costo di una dieta sana è superiore alla quota di spesa che le famiglie destinano mediamente all'alimentazione», prosegue Bernaschi. A Roma l'indice medio è 0,98, ma al Municipio II scende a 0,53 e al VI sale a 1,56; nel V è 1,41, nel VII 1,11. «Le medie possono nascondere disuguaglianze profonde», sottolinea l'economista.

Francesca Benedetta Felici, antropologa dell'Oipa, ha curato i rapporti annuali. «Roma mostra molto chiaramente che le disuguaglianze alimentari sono anche disuguaglianze territoriali», dice. Poi arriva il dettaglio che smonta l'idea che il problema sia la distanza: «I costi stimati del paniere sono molto simili, circa 669 euro nel Municipio II e 665 nel VI. La differenza dipende soprattutto dalle risorse economiche attribuite alle famiglie dal modello». «Il problema dell'accessibilità alimentare non dipende necessariamente dal fatto che in periferia i prodotti siano più costosi», aggiunge Felici, «può dipendere dal rapporto profondamente diseguale tra prezzi, redditi e capacità di spesa». I redditi del modello sono: 7.103 euro al Municipio II, 2.394 nel VI.

Alessandro Serrano'- AGF

ARTICOLO NON CEDIBILE AD ALTRI AD USO ESCLUSIVO DEL CLIENTE CHE LO RICEVE - DS6901 - S.30533 - L.1992 - T.1733

TPI The Post Internazionale
Settimanale - Dir. Resp.: Giulio Gambino
Tiratura: 40000 Diffusione: N.D. Lettori: N.D. (Data Stampa 0006901)

DATA STAMPA
45° Anniversario



La dieta è uno dei canali attraverso cui la disuguaglianza passa da una generazione all'altra

Davide Marino, economista agroalimentare, responsabile scientifico dell'Osservatorio, traduce il dato: «Il prezzo conta, ma non può compensare una capacità economica limitata». Sul metodo è netto: «Il reddito emerge come una determinante molto forte, ma non esiste una soglia scientificamente validata oltre la quale si possa dire che l'accessibilità fisica conti più del reddito», dice Marino. A Torino è diverso. «In Italia non ci sono aree urbane con queste caratteristiche, nemmeno nelle periferie», afferma Egidio Dansero, geografo dell'Università di Torino, che con Veronica Allegretti firma le risposte per l'Atlante del cibo di Torino metropolitana. I deserti alimentari veri stanno altrove: «sono presenti soprattutto nelle aree distanti dai grandi centri, specialmente →

ARTICOLO NON CEDIBILE AD ALTRI AD USO ESCLUSIVO DEL CLIENTE CHE LO RICEVE - DS6901 - S.30533 - L.1992 - T.1733

TPI The Post Internazionale
Settimanale - Dir. Resp.: Giulio Gambino
Tiratura: 40000 Diffusione: N.D. Lettori: N.D. (Data Stampa 0006901)

DATA STAMPA
45° Anniversario

quando sono territori montani». In città si chiama rarefazione: «Nelle aree urbane italiane si può parlare di aree rarefatte, dove il tessuto commerciale è più ridotto». A Torino ogni negozio serve meno di cento residenti in centro e più di trecento a Mirafiori. «Anche in molti centri urbani assistiamo a processi di banalizzazione del paesaggio commerciale», aggiunge Dansero, «con la proliferazione di servizi di ristorazione ispirati al modello del fast food, spesso in prossimità di istituti scolastici», fino a creare «ambienti alimentari obesogenici e insalubri». «La geografia diseguale del bio e del cibo a filiera corta è molto più una questione legata al mercato che a scelte pubbliche», chiude l'esperto.

Il conto del discount

Il discount vale il 22,6 per cento del largo consumo, secondo il Rapporto Coop 2026. Nel Rapporto Oipa lo stesso paniere costa in mediana 588 euro al mese nel discount, 745 nel supermercato, oltre 1.160 nel biologico. «Il discount migliora l'accessibilità perché riduce in modo consistente il costo dello stesso paniere», spiega Marino. «Ma il dato più importante è che il discount non elimina il problema: anche utilizzando questo canale, l'indice resta superiore a 1 in cinque Municipi, IV, V, VI, X e XI», aggiunge Marino. La conseguenza, dice, è chiara: «Non ci si può limitare alla disponibilità di punti vendita a basso prezzo: si dovrebbe agire sul welfare, attraverso interventi su reddito, accessibilità fisica, servizi pubblici e protezione sociale».

Uno studio delle università di Pisa, della Tuscia e di Roma Tor Vergata calcola che la dieta mediterranea costi tra 130 e 208 euro al mese a persona, il 20 per cento in più in tre anni. I prezzi minimi sono più alti al Sud: c'è meno grande distribuzione, quindi meno concorrenza. Il deserto non è solo dove il negozio non c'è. È anche dove c'è un solo negozio.

Il reddito scritto nel corpo

L'Istat lo documenta. Tra chi ha al massimo la licenza media il 52,4 per cento è sedentario, contro il 16,3 per cento dei laureati; l'eccesso di peso riguarda il 57,3 per cento contro il 35,1. La speranza di vita è di 83,4 anni, ma quella in buona salute si ferma a 58,1: 53,4 in Calabria, 69,7 nella provincia di Bolzano.

«Si può mangiare regolarmente e vivere comunque in una condizione di insicurezza alimentare», dice Bernaschi. «Il cibo non è soltanto nutrimento: è parte delle relazioni familiari, delle tradizioni e delle occasioni di convivialità». Per questo, sostiene, «non basta sapere quanto una famiglia spende per il cibo: dobbiamo comprendere quali rinunce affronta».

Un bambino che cresce in povertà assoluta, parliamo di 1,136 milioni di minori (il 12,5 per cento), ha più probabilità di mangiare cibo energetico e povero di nutrienti. Il 27 per cento dei minorenni è in sovrappeso o obeso. La dieta è uno dei canali attraverso cui la disuguaglianza passa da una generazione all'altra. Qualcuno obietterà che basterebbe saper cucinare. «Il rischio è attribuire ai comportamenti individuali problemi che dipendono anche dall'organizzazione del lavoro, dalle condizioni abitative e dalla distribuzione delle risorse», risponde Bernaschi. Lo storico dell'alimentazione Massimo Montanari ha spiegato che la dieta mediterranea non è un elenco di prodotti ma un sistema di saperi. Quando quella cultura si interrompe, non basta un volantino.

> **Le periferie italiane non son deserte perché nessuno ci abita. Ma perché il diritto al cibo non è stato progettato con le case**

L'ammortizzatore che non c'è

La ristorazione collettiva porta cibo a prezzi amministrati nei luoghi frequentati da tutti. Oggi è un puzzle di disuguaglianze.

Il 48 per cento degli alunni delle primarie e delle secondarie di primo grado non ha accesso alla mensa; nella primaria la copertura è del 55,2 per cento, con l'11,2 in Sicilia e l'86,5 in Liguria. Dove la mensa c'è, non è gratis: 4,30 euro a pasto per una famiglia con Isee di 19.900 euro, dai 2 euro di Barletta ai 6,40 di Livorno e Trapani.

A Roma il Comune ha speso 141,6 milioni di euro per 20,5 milioni di pasti e 132.502 bambini; 47.757 utenti hanno un Isee fino a 15mila euro. «La mensa è particolarmente interessante perché raggiunge quotidianamente i bambini indipendentemente dal reddito familiare e consente di intervenire insieme su accessibilità, qualità nutrizionale e disuguaglianze», osserva Marino. Il beneficio stimato è di 485 euro l'anno per bambino: «È un beneficio economico, ma anche nutrizionale e sociale», aggiunge Marino.

Poi c'è la morosità, che passa dal piatto. A Taranto, all'inizio di novembre, una bambina di nove anni è stata esclusa dalla refezione per un arretrato di circa 12 euro; a Cassano d'Adda le iscrizioni sono precluse a chi ha debiti non sanati. La Cassazione ha riconosciuto alla refezione un significato educativo, e la Convenzione Onu impone di tenere distinto il debito degli adulti dal diritto del bambino. Il Piano di attuazione nazionale della Garanzia europea per l'infanzia, noto come Pangi, prevedeva la gratuità progressiva e un livello essenziale delle prestazioni, mai attuati; il Piano nazionale di ripresa e resilienza (Pnrr) finanzia 961 nuove mense, ma il 48,6 per cento delle risorse va al Nord.

Dove il pasto è terapia

Ogni anno le strutture italiane servono 240 milioni di pasti. Tre su dieci arrivano freddi e nel 30 per cento dei casi mancano i carrelli riscaldati. I Nuclei antisofisticazioni e sanità (Nas), su 992 ospedali, hanno rilevato irregolarità in un terzo delle strutture, con sette cucine chiuse. Andrea Pezzana, nutrizionista clinico che coordina la rete di nutrizione del Piemonte e consulente del ministero della Salute, spiega perché il dato italiano non è solido: «Nonostante la malnutrizione colpisca circa il 40 per cento dei pazienti ospedalizzati, viene ancora frequentemente sottostimata e omessa nelle diagnosi di dimissione e questo fatto rende difficile avere un dato nazionale certo». Dagli studi clinici, dice Pezzana, si ricava comunque

ARTICOLO NON CEDIBILE AD ALTRI AD USO ESCLUSIVO DEL CLIENTE CHE LO RICEVE - DS6901 - S.30533 - L.1992 - T.1733

Settimanale - Dir. Resp.: Giulio Gambino
Tiratura: 40000 Diffusione: N.D. Lettori: N.D. (Data Stampa 0006901)

DATA STAMPA
45° Anniversario



Francesca Bolla - AGF

una stima: «un prolungamento della degenza fino al 30-35 per cento», e costi aggiuntivi tra i 4 e i 7 miliardi per il Servizio sanitario. La rete è a macchia di leopardo: 94 strutture, cinque regioni con una sola, il Piemonte con 16. «Laddove queste realtà non esistono, pur in presenza di operatori formati e attenti, aumenta il rischio di disomogeneità di approccio e ritardo nella presa in carico», dice Pezzana. Il nodo vero è la formazione: «Il problema è la quasi totale assenza di corsi che sensibilizzino i futuri medici, infermieri e altre figure sanitarie alla prevenzione, diagnosi precoce e trattamento della malnutrizione», dice Pezzana. La misura che chiede: «Collegare direttamente le azioni organizzative e tecniche della ristorazione a strumenti di contrasto alla malnutrizione», dallo screening all'ingresso ai piani dietetici per i pazienti disfagici.

Dalla carità al diritto

La risposta italiana è caritativa. Nel 2023 circa 3 milioni di persone hanno ricevuto aiuti alimentari; a Roma i programmi FeAD/FSE+ hanno assistito 177.748 persone attraverso 659 organizzazioni partner. «Il rischio esiste quando l'assistenza alimentare, nata per rispondere a situazioni di difficoltà, diventa una risposta permanente a problemi strutturali», dice Bernaschi. «Passare dall'assistenza al diritto significa riconoscere che l'accesso a un'alimentazione adeguata non dovrebbe dipendere dalla possibilità di ricevere un aiuto». Torino, Roma e Bologna hanno inserito il diritto al cibo nei propri statuti, ma «il riconoscimento formale non basta: occorre capire se e come questo diritto venga effettivamente garantito», aggiunge Bernaschi.

Servirebbero tre cose. La prima: la mensa scolastica come livello essenziale delle prestazioni, con una gratuità progressiva che parta dalle famiglie in povertà assoluta. Non è solo una misura sociale, è una misura sanitaria: il pasto scolastico è l'unico che raggiunge i bambini senza chiedere loro di dichiararsi poveri. La seconda: l'accesso al cibo come pianificazione urbana, non come beneficenza. La terza: smettere di considerare la dieta una scelta individuale. «Non basta raccomandare alle persone di mangiare meglio se non si interviene sulle condizioni economiche, sociali e territoriali che rendono possibile seguire quelle raccomandazioni», dice Felici. Lo scrittore Italo Calvino, nella «Speculazione edilizia», raccontava la crescita edilizia come una forza che consuma il paesaggio e i luoghi della vita comune. Sessant'anni dopo, la descrizione tiene. Le periferie italiane non sono deserte perché nessuno ci abita: sono deserte perché ci si abita senza che il diritto al cibo sia stato progettato insieme alle case. Il deserto non è una condizione naturale, è il risultato di decisioni: dove aprire un supermercato, quanto finanziare una mensa, quale Isee esentare, quale appalto premiare. E il carrello della spesa continuerà a dire, prima di qualsiasi altro documento, chi siamo e quanto valiamo. ●

ARTICOLO NON CEDIBILE AD ALTRI AD USO ESCLUSIVO DEL CLIENTE CHE LO RICEVE - DS6901 - S.30533 - L.1992 - T.1733