



Il cibo delle donne. Punti di vista sull'alimentazione al femminile

redazione, 25 Maggio 2016 17:45

Il rapporto tra le donne e il cibo sotto vari aspetti: storico antropologico, professionale, psicologico, medico. Ogni relatore del convegno sull'alimentazione al femminile (Monza auditorium Cam, 21 maggio) ha analizzato il tema da una particolare prospettiva.

Vittorio Sironi, dell'Università Bicocca di Milano, ha ricordato il ruolo storico delle donne non solo come custodi del sapere culinario, ma anche conoscitrici dei poteri curativi del cibo. «Nel corso dei secoli - ha detto Sironi - i saperi alimentari sono stati patrimonio della donna: basti pensare al concetto di nutrizione legato alla guarigione tipico della tradizione popolare e al concetto di cibo dotato di valenza terapeutica che ancora oggi permea la cultura attuale».

Venendo al presente, Sergio Bernasconi, professore ordinario di pediatria, già direttore delle Cliniche pediatriche dell'Università Modena-Reggio Emilia e Parma ha riassunto le conoscenze scientifiche sull'importanza dell'alimentazione materna in gravidanza, per la salute della mamma e dei bambini. Ma il cibo per molte donne è diventato anche una professione. Lo dimostrano le tremila chef italiane che oggi lavorano nella ristorazione.

Non va dimenticato l'impatto del cibo sulla salute delle donne. Ogni fase della vita ha le sue esigenze. E l'alimentazione deve seguire i cambiamenti dovuti alla crescita ricordandosi però, ha sottolineato Silvia Briganti, specialista in scienza dell'alimentazione presso CAMLei, che il cibo deve essere sempre considerato "energia per la vita".