

Nonantola una città che emette

Misura del problema e ricerca dei rimedi

Nonantola, 30 novembre 2022, Officine Culturali

restituzione dell'attività svolta nel gruppo stili di vita

coord.: Barbara Toselli

Tenendo in mente il valore di 7 tonnellate/anno pro-capite di CO_{2eq} stimate come emissione ricavata dagli inventari locali, siamo andati a vedere quanto possiamo evitare scegliendo un'alimentazione che comprenda cibi la cui produzione causi minori emissioni, ma con la medesima quantità di proteine. È infatti evidente che sia soprattutto **la produzione di cibi proteici la maggior responsabile delle emissioni di CO_{2eq}** in questo ambito.

Utilizzando i dati messi a disposizione dalla nostra scheda sugli stili di vita, partiamo dal presupposto che un uomo di 75 kg necessiti di 420 g di proteine alla settimana. 100 g di carne mettono a disposizione circa 20 g di proteine, 100 g di pesce circa 16 g, 100 g di uovo circa 13 g, 100 g di soia secca 36 g, 100 g di altri legumi secchi, intorno a 23 g.

Possiamo quindi **comporre la nostra dieta settimanale** in modo molto diverso. Partiamo dalla peggior ipotesi per la nostra atmosfera:

ipotesi 1 – solo proteine della carne

a settimana: 140 g proteine da bovino + 140 g da pollo + 140 g da maiale

69,85 kg CO_{2eq} + 7,98 kg CO_{2eq} + 10,65 kg CO_{2eq} => 88,47 kg CO_{2eq} /settimana

che corrispondono a **4,6 t CO_{2eq} /anno**

ipotesi 2 -sostituiamo il bovino, che sappiamo causi le maggiori emissioni:

a settimana: 140 g proteine da pesce + 140 g da pollo + 140 g da maiale

8,37 kg CO_{2eq} + 7,98 kg CO_{2eq} + 10,65 kg CO_{2eq} => 27 kg CO_{2eq} /sett

=> **1,4 t CO_{2eq} /anno**

ipotesi 3 – sostituiamo il maiale con l'uovo e il formaggio

a settimana: 140 g proteine da pesce + 140 g da pollo + 70 g da uovo + 70 g da formaggio

8,37 kg CO_{2eq} + 7,98 kg CO_{2eq} + 2,95 kg CO_{2eq} + 7,57 kg CO_{2eq} => 26,87 kg CO_{2eq} /sett

=> **1,4 t CO_{2eq} /anno**

ipotesi 4 – proviamo una dieta vegetariana

a settimana: 140 g proteine da formaggio + 70 g da piselli+ 70 g da tofu(soia) + 140 g proteine da cereali

15,15 kg CO_{2eq} + 0,30 kg CO_{2eq} + 1,39 kg CO_{2eq} + 3,78 kg CO_{2eq} => 20,62 kg CO_{2eq} /sett

=> **1,1 t CO_{2eq} /anno**

Queste sono solo alcune delle combinazioni possibili.

È evidente quanto le nostre scelte alimentari possano incidere sulle emissioni di CO_{2eq}, possiamo ridurle di più di ¾ con il dovuto bilanciamento che ci permetta anche di non avere carenze di aminoacidi essenziali.

La **cultura alimentare che ci viene impartita fin da piccoli non è più sufficiente**: ci è stata insegnata la piramide alimentare, il dare il giusto peso a frutta e verdura di ogni colore e alla stagionalità. Ma non esiste un programma di educazione alimentare che prenda in considerazione anche la **scelta dei cibi in base alle emissioni di CO_{2eq} a parità di valore nutrizionale**.

Le **proposte** che sono uscite dal nostro gruppo:

- è urgente fare cultura in questo senso, già i pediatri dovrebbero essere in grado di dare disposizioni di un certo tipo alle famiglie dei bambini, nelle scuole dell'infanzia e elementari sono da aggiornare i programmi di alimentazione, dovrebbero essere programmi di educazione ambientale/alimentare;
- le mense scolastiche e non, dovrebbero proporre menù sostenibili;
- nei supermercati insieme alla provenienza del prodotto andrebbe indicata la CO_{2eq} emessa per produrlo.