



Giovanni Bittante: da Lucy a MacDonald

UOMO, CIBO E SOCIETÀ

Quale specializzazione alimentare per l'uomo?

- Erba, foglie?
- Semi, frutti secchi?
- Bulbi, tuberi e radici?
- Insetti, invertebrati?
- Animali superiori?

Nessuna specializzazione!

Quale specializzazione ambientale per l'uomo?

- Praterie?
- Tundre?
- Foreste?
- Montagne?
- Terreno?
- Acqua?

Nessuna specializzazione!

Quali caratteristiche dell'uomo?

- Scarsa velocità
- Scarsa forza
- Scarsa resistenza
- Scarso isolamento termico
- Scarso "armamento"
- Scarsa efficienza riproduttiva
- Scarsa specializzazione alimentare
- Scarsa specializzazione ambientale

Quali caratteristiche dell'uomo?

- Flessibilità alimentare (onnivoro)
- Adattabilità ambientale
- Longevità
- Intelligenza
- Comunicazione efficiente
- Capacità di tramandare esperienze
- Capacità di elaborare idee, concetti, teorie

Cos'è l'uomo d'oggi?

- Erbivoro – erbivoro: insalata, crauti, erbe cotte, finocchi
- Erbivoro – frugivoro: macedonia, cavolfiore, peperonata,
- Erbivoro – granivoro: pane, pasta, riso, fagioli, corn flakes
- Erbivoro – roditore: gnocchi, carote, asparagi, cipolle, vodka
- Carnivoro di 1° ordine: prosciutto, pollo, uova, lumache
- Carnivoro di 2° ordine: trota, uccelletti, fiorentina, latte
- Carnivoro di n° ordine: vitello, alici, scampi, calamari
- Onnivoro: pizza napoletana!

Tutti gli uomini sono onnivori?



Prevalentemente vegetariani!

Tutti gli uomini sono onnivori?



Prevalentemente vegetariani!

Tutti gli uomini sono onnivori?



Prevalentemente carnivori!

Tutti gli uomini sono onnivori?



Prevalentemente carnivori!

Tutti gli uomini sono onnivori?



Prevalentemente carnivori!

Tutti gli uomini sono onnivori?



Prevalentemente carnivori!

Tutti gli uomini sono onnivori?



Prevalentemente carnivori!

Tutti gli uomini sono onnivori?



Esclusivamente carnivori!

Tutti gli uomini sono onnivori?



Esclusivamente vegetariani!

Perché nessuna società è vegana?

- Proteine vegetali di minor VB (lys, tryp)
- Carezza di calcio
- Biodisponibilità ferro e altri oligoelementi
- Vitamine D non presenti
- Vitamina B₁₂ solo nei prodotti animali
- CLA solo nel latte e carne di ruminanti

Cos'è la paleo-dieta?

- Carne
- Pesce
- Verdure
- Frutta
- Radici
- Noci
- No cereali
- No legumi
- No latticini
- No olii
- No zucchero
- No sale

Caveman diet

Stone age diet

Hunther-gatherer

Paleolithic diet

Cosa si mangiava nel paleolitico?

- Carne
- Pesce
- Molluschi
- Verdure
- Frutta
- Radici
- Noci
- Insetti
- Carnivori?
- Erbivori?
- Equilibrati?
- Da zona a zona?
- Cacciatori a nord
- Raccoglitori a sud

Quale rapporto tra uomo e cibo?

-	Agricoltore	Cacciatore-pastore
Quando mangiare	un po' tutti i giorni	quando ce n'è
Quanto mangiare	il minimo	il massimo
Virtù	parsimonia	abbondanza
Virtù fisica	resistenza	forza
Virtù intellettuale	saggezza	coraggio
Concetto di bellezza	magro	grasso
Alimento mito	pane (riso)	carne
Bevanda mito	latte	latte
Bevanda alcolica	vino	birra
Cottura	acqua	fuoco
Strumento	pentola	spiedo
Alimenti base	vegetali	animali
Energia	amido	grasso
Proteina	legumi	carne- latticini
Fibra	tanta	poca

Quale rapporto tra uomo e spazio?

-	Agricoltore	Cacciatore-pastore
Spazio ideale	terreno alluvionale	prati verdi
Confini	ristretti, difendibili	aperti, liberi
Terra uguale	vita	morte?
Rapporto giuridico	proprietà privata	collettiva
Identificazione	antenati	nessuna
Acqua	pioggia, irrigazione	punto di abbeverata
Mobilità	stanziale	nomade
Rapporto con l'ambiente	antropizzazione	salvaguardia

Quale rapporto tra uomo e tempo?

-	Agricoltore	Cacciatore-pastore
Stagionalità	importantissima	importante
Produzione alimenti	stagionale	continua
Brutta stagione	inverno	inverno/estate
Problema ambientale	freddo	siccità
Problema alimentare	perdita raccolti	"vacche magre"
Conservazione del cibo	magazzini	vivente
Alimenti consumati	stagionali	costanti
Cicli	lunari?	solari?

Quale rapporto tra uomo e altri uomini?

	Agricoltore	Cacciatore-pastore
-		
Necessità prima	difesa	mobilità
Densità di popolazione	alta	bassa
Residenza	stanziale	nomade
Residenza	casa	tenda
Difesa	sito, fortificazioni	fuga, attacco
Aggregazioni	grandi	piccole
Specializzazione professionale	si	no
Difesa	soldati professionisti	uomini
Proprietà	privata	comune
Caste	si	no
Comando	monarchia ereditaria	capotribù
Classificazione sociale	censo	forza, coraggio
Leggi	scritte	orali
Risparmio	si	no
Mutualità	si/no	si
Testimonianze	scritte	orali
Organizzazione familiare	matriarcale	patriarcale

Quale rapporto tra uomo e il sacro?

-	Agricoltore	Cacciatore-pastore
Quanti dei	politeisti	monoteisti
Entità	forze della natura	entità astratta
Riti	propiziatori/scaramantici	iniziazione
Morte	inumazione/terra	cremazione/fuoco
Animali sacri	vacche buoi	(cavallo)
Tabù alimentari	vacche	maiale
Riti alimentari	raccolta	macellazione