



â??A spasso con Lucyâ??, in un libro contributo della carne a evoluzione umana

## Descrizione

(Adnkronos) â?? Il ruolo delle proteine animali nellâ??evoluzione umana, il loro valore nutrizionale, ma anche sociale e lâ??importanza che esse rivestono nella tutela di quel rapporto sempre piÃ¹ fragile fra uomo, nutrimento e ambiente: questi i temi discussi durante lâ??incontro che si Ã¨ tenuto oggi al Parlamento europeo organizzato dal think tank Competere in partnership con lâ??associazione Carni Sostenibili. Al centro dellâ??evento il volume â??A spasso con Lucy. PerchÃ© mangiamo come parliamo. VirtÃ¹ e valore delle proteine animaliâ?• (Guerini e Associati) scritto da Pietro Paganini con la collaborazione di Carola Macagno. Il libro Ã¨ un viaggio lungo lâ??evoluzione umana per scoprire lâ??importanza delle proteine animali nella storia dellâ??uomo e per dimostrare che se lâ??uomo Ã¨ diventato ciÃ² che Ã¨, questo Ã¨ accaduto anche grazie alla carne. Compagna dâ??eccezione in questo percorso Lucy, la nostra paleo-antenata vissuta piÃ¹ di 3 milioni di anni fa.

Allâ??evento insieme allâ??autore del volume, Pietro Paganini, ha partecipato Elisabetta Bernardi, biologa nutrizionista, specialista in scienze dellâ??alimentazione e docente di Biologia della nutrizione presso lâ??UniversitÃ degli studi di Bari. Intervenuti durante la tavola rotonda sui temi del volume anche gli eurodeputati Stefano Cavedagna, BenoÃ®t Cassart, Carmen Crespo DÃaz e Dario Nardella. Ha aperto lâ??evento lâ??eurodeputato Carlo Fidanza. Ha moderato lâ??evento il giornalista ambientale, Andrea Bertaglio.

La carne come â??motoreâ?• dellâ??evoluzione. Nel corso dei secoli la carne ha contribuito allâ??evoluzione della specie umana: lâ??alimentazione onnivora e adattiva dei nostri antenati ha portato ad un aumento della massa cerebrale, ha contribuito allo sviluppo della postura eretta e allâ??implementazione del linguaggio, ha concorso alla nascita delle comunitÃ e allâ??uso di precisi strumenti, in una parola il modo in cui lâ??uomo si Ã¨ nutrito ha avuto un ruolo determinante nella nascita della civiltÃ . Oggi perÃ², una delle caratteristiche proprie dellâ??uomo, lâ??essere onnivoro, viene messa in dubbio e con essa anche il valore delle proteine animali. Sul ruolo della carne e sulla necessitÃ di rimettere al centro del dibattito la scienza, senza cedere ai pregiudizi Ã¨ intervenuto Pietro Paganini: â??Lucy, la nostra antenata piÃ¹ nota, ci accompagna in un viaggio alle origini dellâ??alimentazione umana, ricordandoci il ruolo cruciale delle proteine animali nello sviluppo del cervello e della nostra specie. Oggi, paradossalmente, questo patrimonio viene messo in discussione. Ridurre il cibo a â??buonoâ?? o â??cattivoâ?? non Ã¨ scienza, Ã¨ semplificazione. Con â??Lucyâ??

---

riportiamo il dibattito su evidenze, evoluzione e libertà di scelta?•.

Il libro non trascura neppure gli aspetti ambientali connessi alla produzione di carne e li affronta da una prospettiva scientifica grazie al contributo di Giuseppe Pulina professore di Etica e Sostenibilità degli Allevamenti all'Università di Sassari e presidente di Carni Sostenibili. «L'agricoltura, e perciò anche la zootecnia che le appartiene, rappresenta da sempre l'unica attività produttiva che contemporaneamente emette gas climalteranti, e li rimuove dagli ecosistemi. È importante notare a questo proposito che le filiere delle produzioni agroalimentari in Europa hanno ridotto il proprio impatto da gas serra di oltre il 18% tra il 1990 e il 2021» spiega nel volume Pulina «e questo è stato possibile grazie al miglioramento tecnologico che ha garantito maggiore efficienza dei sistemi produttivi primari e un minore consumo di risorse sia per unità funzionale che globalmente e, pertanto, assicurando un parallelo abbattimento dei carichi ambientali»•.

Sul valore della carne nell'alimentazione umana, Elisabetta Bernardi ha aggiunto: «La sua introduzione nella dieta ha rappresentato un passaggio importante perché ha aumentato la densità nutrizionale dell'alimentazione, cioè la quantità di nutrienti essenziali disponibili per unità di cibo. Questo ha reso disponibili amminoacidi essenziali, ferro eme, vitamina B12 e zinco in forma altamente biodisponibile»•. E sulla cosiddetta «transizione proteica», cioè sull'idea che le proteine animali possano essere sostituite con quelle vegetali senza alcun effetto sul valore e l'apporto nutrizionale, Bernardi ha spiegato «il rischio di ridurre una realtà biologicamente complessa a una semplice sostituzione tra alimenti. L'essere umano si è evoluto in un contesto onnivoro, senza escludere alimenti, ma integrandoli»•.

Durante la tavola rotonda l'eurodeputato Stefano Cavedagna è tornato sul valore culturale della carne «Oggi più che mai assistiamo a una cultura del sospetto verso la carne e le tradizioni alimentari consolidate, promossa da ideologie ultra-ambientaliste che dimenticano l'equilibrio tra scienza, salute e rispetto dell'ambiente. Da emiliano-romagnolo conosco e sono fiero delle nostre filiere ed eccellenze; leggere A spasso con Lucy significa riscoprire le radici della nostra civiltà e comprendere come l'alimentazione, in particolare le proteine di origine animale, abbia plasmato l'uomo e le comunità nel corso della storia»•.

Un richiamo alla necessità di momenti di incontro che rimettano al centro la verità scientifica è arrivato, invece, dall'eurodeputato Dario Nardella «Il cibo non può diventare terreno di battaglia ideologica. Il libro A spasso con Lucy riporta la scienza al centro: le proteine animali fanno parte della storia evolutiva dell'umanità e oggi continuano a svolgere un ruolo essenziale in una dieta equilibrata e sana. È proprio per questo che la presentazione di questo libro al Parlamento europeo è un momento importante: abbiamo bisogno di spazi in cui la scienza possa dialogare con la politica, lontano dai dogmi e dalle semplificazioni»•.

Nel corso dell'incontro si è affrontato anche il rapporto fra uomo, ambiente e nutrizione, e la necessità di tornare a sostenere e promuovere un «cibo naturale», come valore della nostra cultura e come antidoto a un'alimentazione che rischia di perdere definitivamente il legame con la terra. Su questo tema Benoît Cassart, allevatore, deputato europeo e presidente dell'Intergruppo Sustainable Livestock, ha detto: «Cucinare elementi provenienti dalla natura è una delle prime

---

attività dell'umanità. Eppure, oggi abbiamo in gran parte perso il legame con l'origine dei nostri alimenti. Molti bambini non sanno più, per esempio, che il pane deriva dal grano. Parallelamente, il consumo di alimenti ultra-processati continua ad aumentare. Questa evoluzione è accompagnata anche da una crescente messa in discussione delle proteine animali, come il latte e soprattutto la carne. Diventa essenziale ristabilire un legame con l'origine della nostra alimentazione e valorizzare una cucina più semplice e consapevole.

?

sostenibilità

[webinfo@adnkronos.com](mailto:webinfo@adnkronos.com) (Web Info)

### Categoria

1. Comunicati

### Tag

1. Ultimora

### Data di creazione

Aprile 8, 2026

### Autore

redazione

*default watermark*