

**Ambiente**

**In pericolo la foresta in Vietnam**

La foresta tropicale in Vietnam è in serio pericolo. La copertura forestale del Paese è scesa dal 43% ad un 27% scarso, secondo gli studiosi. Le cifre, che non possono dirsi certe, in assenza dell'analisi delle foto satellitari, indicano che sono stati distrutti cinque milioni di ettari di foresta sui 14 originari, di cui due milioni a causa della guerra.

La guerra chimica ha devastato il Paese e là dove una volta c'era solo la foresta, ora trova posto una savana desolata che brucia ogni anno. Grazie ai milioni di litri di agente arancio, ma anche agente bianco e arsenico che vi sono stati riversati, gli alberi non crescono più, ma solo delle piante infestanti, battezzate erbe americane.

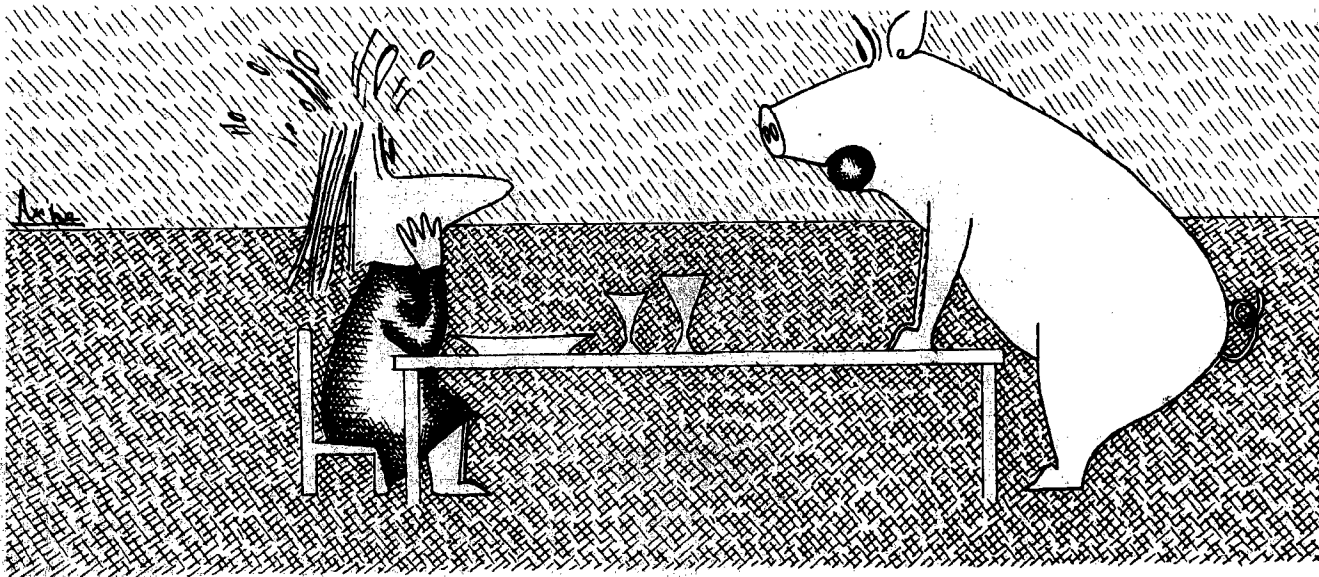
La speranza per poter riforestare viene da una leguminosa (che migliora il suolo fissando l'azoto) australiana, l'*Acacia auriculiformis*. Quest'albero, molto resistente, ha la particolarità di crescere per due-tre anni e poi di riunire le fronde per formare una sorta di ombrello vegetale. Con questa copertura, le erbe infestanti che crescono attualmente al posto della foresta scompaiono e si può iniziare a piantare degli alberi tropicali come il *Dipterocarpus* e ricostruire piano piano la foresta originaria.

La difficoltà sta nei tempi e nei costi di un simile progetto e nella rapidità con cui i brandelli di foresta tropicale ancora esistente scompaiono. La deforestazione procede infatti a ritmo galoppante, soprattutto per l'esportazione illegale di legname pregiato verso la Corea e il Giappone.

Questi ultimi due paesi, ricchi e con una legislazione ambientale avanzata, hanno però la responsabilità della deforestazione di tutto il Sud est asiatico, per soddisfare i loro crescenti bisogni. Sfruttando le infrastrutture gratuite come strade e servizi portuali concesse alle ditte di sfruttamento del legname, e la corruzione, il Giappone ha importato nel 1984, 903.000 metri cubi di legname dalle Filippine, anche se le cifre ufficiali ne indicavano solo 603.700.

Nel 1987, nonostante il bando all'esportazione di legname, 35.100 metri cubi di legname filippino, presero la strada del Giappone. Oltre che da tutto il Sud est asiatico, il Giappone rivolge le proprie mire all'Africa Tropicale e, in misura minore all'America Latina. Non c'è un solo Vietnam!

**SALUTE. Mangiare bene sì, ma i criteri sono contraddittori. Un convegno a Milano**



**La dieta irraggiungibile**

SILVIE COYAUD

MILANO. Nelle «Dietary Guidelines 1996», le linee-guida sull'alimentazione emesse ogni cinque anni dall'amministrazione americana - quella italiana ancora non ha aggiornato le proprie - si legge che fra i motivi dell'obesità crescente, e quindi dell'aumento di diabete, pressione alta, malattie cardiocircolatorie e depressione, c'è il fatto che la popolazione statunitense non fa sufficiente moto. Stravaccata sul divano davanti alla trash-tv (tv-immondizia) s'imbottisce di junk-food (cibo-spazzatura). Per impedirle di soffocare sotto questo doppio cumulo di rifiuti, le Guidelines, come il Papa in Quaresima, invitano a spegnere l'apparecchio e a mangiar sano: vario, equilibrato.

In Gran Bretagna la percentuale degli adulti obesi è raddoppiata fra il 1985 e il 1994, passando al 13 per cento della popolazione maschile e al 16 per cento di quella femminile. Il peso medio dei bambini fino ai 5 anni è rimasto uguale a quello che era venticinque anni fa. L'impennata inizia con la scuola. Non che gli scolari mangino di più. Peter Davies del Dunn Nutrition Laboratory di Cambridge ha calcolato che consumano oggi il 20 per cento di cibo in meno rispetto agli

scolari degli anni 60. Sono più grassi perché è calata la loro spesa energetica: «Passano più tempo davanti alla tv, o al computer con i giochi elettronici; si spostano in macchina invece che in bicicletta o a piedi; si teme di più per la loro sicurezza e quindi non li si lascia giocare fuori di casa».

**La componente genetica**  
Nel 1994 il nutrizionista Rudolf Leibel della Rockefeller University a New York aveva ipotizzato «una forte componente genetica». Nel 1995 Jeffrey Friedman, un genetista della stessa università, ha identificato il famigerato gene *ob* nei topi di laboratorio più grassi e ingordi. Molti genetisti, come Michael Goran dell'Università dell'Alabama a Birmingham, hanno reagito con un'alzata di spalle: «la genetica non può spiegare l'ondata di obesità che investe i paesi occidentali».

Viene il sospetto che a cambiare velocemente sia invece la moda - o il pregiudizio - che contribuisce a tracciare un confine tra la maggior appetitosa e l'obesa da curare. Un lottatore di sumo, è un obeso oppure ha la «fitness» richiesta dalla sua professione? Se stare per ore davanti alla televisione è

un comportamento socialmente ammesso, perché i cittadini dovrebbero avere il fisico del saltatore con l'asta? Il consiglio di mangiare sano, vario, equilibrato, comunque, male non fa. In Italia, lo ripetono i nutrizionisti intervistati durante una ricerca promossa dall'agenzia di comunicazione scientifica Hypothesis, in collaborazione con l'Istituto di analisi e ricerche InterMatrix Italia, per valutare i comportamenti e i pregiudizi alimentari di un campione significativo della popolazione italiana. La quale è piuttosto turbata: pensa che dovrebbe rinunciare all'alcol (77,5%), al burro (30,8%), ai dolci (28,7%). Tutti inseguono la dieta ottimale: purtroppo in base all'informazione di cui dispono, non ci riescono mai.

Alla ricerca presentata giovedì al Circolo della stampa di Milano, durante una tavola rotonda dal titolo «Piacere proibiti - Tabù alimentari fra passato e presente» era allegato un *sottisier*, perle raccolte in una ventina fra quotidiani, settimanali e mensili italiani, entusiasti diffusori di comandamenti e miti alimentari.

Il *sottisier* colpisce nel segno, laddove le regole della brevità o dello scoop impongono ai giornali una drastica semplificazione. Una testata afferma in luglio: «Una mela

al giorno toglie il medico di torno. Falso!!! La mela non ha tutte le virtù terapeutiche che le vengono attribuite. È un frutto che contiene meno vitamina C di altri tipi di frutta». E in febbraio: «Una mela al giorno toglie il medico di torno. Ma due sono ancora meglio: abbassano il colesterolo del 10-30%. Contro l'anemia, provate la mela chiodata per 20 giorni: la sera infilate una dozzina di chiodi in un frutto. Il giorno dopo toglieteli e mangiate la mela».

**Oppressione e repressione**  
Amenità a parte, gli esperti convenuti alla tavola rotonda hanno ricordato che i comandamenti si traducono in oppressione e repressione. «Ribellarsi è giusto» hanno sostenuto Vittorio Andreoli, direttore del Dipartimento di psichiatria Verona-Soave. Paolo Scarpi, docente di Storia delle religioni all'Università di Padova, Andrea Strata, docente di Scienze dell'alimentazione e dietetica dell'Università di Parma e David M. Warburton direttore dello Human Psychopharmacology Group dell'Università di Reading.

I tabù ci sono sempre stati. E oggi vengono inibiti dalle istanze sanitarie, i cui «business» - interessi di camera, posti di lavoro, finanziamenti - prospera grazie alla me-

dicalizzazione dei nostri comportamenti. Sono istanze dagli interessi contrastanti. Se il responsabile di un laboratorio ci supplica di rinunciare a certi grassi per non rischiare il colesterolo alto, un altro convoca una conferenza stampa per incitarci a consumare quegli stessi grassi.

Poveri noi, stratonati da messaggi contraddittori: tremanti all'idea di suicidarsi e di assassinare pian piano i nostri commensali, vaghiamo fra gli scaffali dei supermercati decifrando etichette come fossero la Pietra di Rosetta. Che fare? Consumare di tutto in quantità ragionevole, rispondono in coro i nutrizionisti.

Gli ospiti del Circolo della stampa sogghignano: anche detta quantità è un costrutto sociale; più variabile dell'indice Dow Jones. Le Dietary Guidelines americane si sforzano di spiegare in maniera comprensibile la propria, ma per rispettarla occorrono mezza dozzina di tabelle di conversione e un calcolatore. Oltretutto viaggia male: negli Usa, una tazza di pasta è considerata una porzione. Un nutrizionista canadese autorizza un bicchiere di vino al di, uno francese due a pasto. Non appena usciranno le Guidelines che regolamentano le dimensioni del bicchiere, sarà nostra premura informare i lettori.

**In Europa non cresce l'infertilità**

L'infertilità della coppia non è la causa del calo della natalità in Europa, in particolare nell'Europa occidentale e quindi in Italia. È quanto emerge dall'indagine «studio europeo sulla infertilità» e la fecondità ridotta», promossa e finanziata dall'Unione europea, alla quale hanno partecipato Italia, Danimarca, Francia, Germania, Polonia, Spagna e Svezia. Negli ultimi 30 anni in Italia c'è stato un calo delle nascite, ma esso scatta essenzialmente dal terzo figlio in poi. L'indagine italiana presenta due studi: su campioni di donne tra i 25 e i 44 anni di età e uno studio su donne che avevano recentemente partorito.

**Obesità Una persona su tre è in sovrappeso**

In Italia quasi una donna su tre porta una taglia superiore alla «46», una persona su tre è in sovrappeso e 11 milioni di individui sono a dieta: di questi il 40% si affida a diologi improvvisati. I dati sono forniti dalla società di scienza e nutrizione emersi nell'ambito dell'incontro su «alimentazione: informazione e sicurezza» organizzato ieri a Milano dal comitato difesa consumatori alla vigilia della giornata mondiale dei diritti dei consumatori che si celebra oggi in tutto il mondo. Il fenomeno non è solo italiano.

**Individuato il gene della serotonina**

Scienziati di Edimburgo hanno individuato un gene che sembrerebbe legato all'insorgere di forme depressive. Studiare questo gene, stando all'ultimo numero della rivista medica britannica «Lancet», servirà a comprendere meglio questi disturbi e trovare una terapia per combatterli. Il gene studiato da Alan D'Ogilvie con colleghi dell'Ospedale reale di Edimburgo e di altri laboratori della città scozzese, si chiama *Ser* ed è responsabile per la produzione della serotonina, un neurotrasmettore cruciale per il funzionamento del sistema nervoso centrale. Lo stesso gene in 83 persone affette da forme depressive e 193 persone senza disturbi ha attratto l'attenzione dei ricercatori su un'area costituita dalla ripetizione di una sequenza di basi. Nel 13% dei depressi e nel 2% del gruppo di controllo si è notato che nell'area in questione la sequenza di basi è ripetuta solo nove volte mentre in tutti gli altri individui esaminati è ripetuta da dieci a 12 volte.

**CultBook: il pensiero diventa regalo.**

felici  
Pensiero  
a tutto  
framme che  
tentazione"  
wilde  
chitarra  
piangere  
sogni

CultBook: il libro che si indossa, si gioca, si scrive, si incolla, si legge e che soprattutto si regala. Nelle migliori librerie e nei mediastore della tua città.

**CULT BOOK**