

COS'È LA FAME

Tutti sappiamo cos'è la fame. Riconosciamo quella sensazione nel nostro stomaco. E quando la sentiamo, non abbiamo troppe difficoltà a farla scomparire. Ma per più di 850 milioni di persone la fame non finisce mai.

Giovanni Paolo II. nel suo Messaggio quaresimale del 2000 si è fatto voce di coloro ai quali manca il minimo vitale: «La folla di affamati, costituita da bambini, donne, vecchi, migranti, profughi e disoccupati, leva verso di noi il suo grido di dolore. Essi ci implorano, sperando di essere ascoltati ». Lo studio qui da me riportato intende contribuire all'impegno di tutti noi di condividere le urgenze dell'uomo di oggi. I temi che saranno trattati da tanti oratori sono infatti di grande attualità. Questi riguardano sia la descrizione della realtà della fame nel mondo, sia l'implicanza etica della questione, che investe tutti gli uomini. « L'ampiezza del fenomeno chiama, comunque, in causa i mondi finanziari, monetari, produttivi e commerciali. Sottoponendo l'uomo alle tensioni da lui stesso create, dilapidando ad un ritmo accelerato le risorse materiali ed energetiche, compromettendo l'ambiente geofisico, queste strutture fanno estendere incessantemente le zone di miseria e, con questa, l'angoscia, la frustrazione e l'amarezza ». « Su questa difficile strada non sarà facile avanzare se non interverrà una vera conversione della mente, della volontà e del cuore¹. Il compito richiede, dunque, l'impegno forte di uomini e di popoli liberi e solidali »

Tutti noi abbiamo il diritto all'alimentazione.



Difatti diversi principi e dichiarazioni di enti sopranazionali lo recitano:

1. Il diritto all'alimentazione è uno dei principi proclamati nel 1948 dalla *Dichiarazione universale dei diritti dell'uomo*.
2. La *Dichiarazione sul progresso e lo sviluppo nel settore sociale* del 1969, sosteneva la necessità di « eliminare la fame e la malnutrizione e di garantire il diritto ad una adeguata alimentazione »
3. Parimenti, la *Dichiarazione universale per l'eliminazione definitiva della fame e della malnutrizione*, adottata nel 1974, dichiara che ogni individuo « ha il diritto inalienabile di essere liberato dalla fame e dalla malnutrizione per potersi sviluppare appieno e conservare le sue facoltà fisiche e mentali ».
4. Nel 1992, la *Dichiarazione mondiale sulla nutrizione* ha riconosciuto anche che « l'accesso ad alimenti nutrizionalmente adeguati e privi di pericoli è un diritto universale ».

Negli ultimi tempi, la coscienza pubblica si è espressa senza equivoci. Pur tuttavia milioni di individui sono ancora segnati dai danni provocati dalla fame e dalla denutrizione o dalle conseguenze dell'insicurezza alimentare. La causa è forse da ricercarsi nella mancanza di cibo? Proprio per nulla: in linea di massima si conviene sul fatto che le risorse della terra, considerate globalmente, sono in grado di nutrire tutti i suoi abitanti; infatti, il cibo disponibile pro capite a livello mondiale è aumentato del 18% circa nel corso degli ultimi anni. L'umanità si trova oggi di fronte ad una sfida indubbiamente di ordine economico e tecnico, ma ancor di più di ordine etico-spirituale e politico. E una questione di solidarietà vissuta e di sviluppo autentico, al pari di una questione di progresso materiale.

E un'illusione attendersi soluzioni preconfezionate: ci troviamo in presenza di un fenomeno legato alle scelte economiche dei dirigenti, dei responsabili, ma anche dei produttori e dei consumatori e che si radica profondamente nel nostro stile di vita. Tuttavia, questo appello impegna ciascuno, nella rinnovata speranza di giungere ad un miglioramento decisivo, tramite rapporti umani vieppiù solidali.

Uno scandalo durato troppo a lungo: la fame distrugge la vita

Non bisogna confondere la fame con la malnutrizione. La fame minaccia non solo la vita degli individui, ma anche la loro dignità. Una grave e prolungata carenza di cibo provoca la prostrazione

¹ Giovanni Paolo II, Lettera Enciclica *Redemptor hominis*, 1979, n. 16.



dell'organismo, l'apatia, la perdita del senso sociale, l'indifferenza e a volte suscita la crudeltà nei confronti dei più deboli, specie fanciulli ed anziani.

La malnutrizione compromette il presente ed il futuro di un popolo

I grandi sforzi dispiegati hanno dato i loro frutti, tuttavia bisogna ammettere che la malnutrizione è più diffusa della fame ed assume forme molto diverse. Si può essere malnutriti senza avere fame. Ciò non toglie che l'organismo perda ugualmente le sue potenzialità fisiche, intellettuali e sociali. La malnutrizione può essere qualitativa, a seguito di regimi alimentari mal equilibrati (per eccesso o per difetto). Spesso è contemporaneamente anche quantitativa e si acuisce in periodi di scarsità di viveri. Nel qual caso viene indicata come denutrizione o sotto alimentazione.

La denutrizione aumenta la diffusione e le conseguenze di alcune malattie infettive ed endemiche e accresce il tasso di mortalità, specie nei bambini al di sotto dei cinque anni.

Le principali vittime: le popolazioni più vulnerabili

I poveri sono le prime vittime della malnutrizione e della fame nel mondo. Essere poveri significa quasi sempre: essere più facilmente vittime dei tanti pericoli che minacciano la sopravvivenza ed essere più facilmente soggetti alle malattie fisiche. Dagli anni 80 questo fenomeno è in crescita e minaccia un numero sempre maggiore di persone nella stragrande maggioranza dei paesi. Nell'ambito di una popolazione povera, le prime vittime sono sempre gli individui più fragili: bambini, donne incinte o che allattano, malati ed anziani. Da segnalare anche altri gruppi umani ad elevatissimo rischio di deficienza nutrizionale: i rifugiati o i profughi, le vittime di avvenimenti politici.

La fame genera la fame

Non è raro che nei paesi in via di sviluppo le popolazioni che traggono la loro sussistenza da una agricoltura a bassissimo rendimento, soffrano la fame nell'intervallo fra due raccolti. Nel caso in cui i raccolti precedenti siano già stati scarsi, potrà verificarsi una carestia con conseguente fase acuta di malnutrizione, che indebolirà gli organismi proprio nel momento in cui sarebbero necessarie tutte le forze per prepararsi al raccolto successivo. La penuria di viveri compromette il futuro: ci si nutre delle sementi, si saccheggiano le risorse naturali accelerando in tal modo l'erosione, il degrado o la desertificazione dei terreni.

Un terzo genere di situazioni, oltre quello della fame (o carestia), distinto dalla denutrizione, è dato dall'insicurezza alimentare che genera di conseguenza fame o malnutrizione. In effetti, ostacola la pianificazione e la realizzazione di lavori a lungo termine necessari a promuovere e raggiungere uno sviluppo durevole.

Cause individuabili

I fattori climatici e le calamità di ogni genere, pur se rilevanti, sono lungi tuttavia dal costituire le uniche cause della fame e della malnutrizione: per ben inquadrare il problema della fame è necessario prendere in considerazione l'insieme delle sue cause, congiunturali o stabili, come pure le loro reciproche implicazioni. Ne presentiamo le principali, raggruppandole in base alle classiche categorie economiche, socio-culturali e politiche.

La fame è la concomitante risultanza di:

a) politiche economiche non ottimali in tutti i paesi: le cattive politiche dei paesi industrializzati si ripercuotono indirettamente, ma drasticamente, su tutti i poveri;

b) strutture ed abitudini poco efficaci, se non con effetti apertamente devastanti sulla ricchezza dei paesi:

– a livello nazionale, in paesi con difficoltà di sviluppo, i grandi organismi, pubblici o privati, in situazione di monopolio (il che a volte è inevitabile) si sono tramutati da forza motrice in effetto

frenante dello sviluppo; le ristrutturazioni avviate in numerosi paesi in questi ultimi dieci anni ne hanno dato dimostrazione;

– a livello internazionale, le restrizioni commerciali e le incentivazioni economiche sono a volte scoordinate;

c) comportamenti moralmente disdicevoli: ricerca del denaro, potere e immagine pubblica perseguiti come unico fine, indebolimento del senso di servizio alla comunità ad esclusivo beneficio di individui o di caste, senza dimenticare la considerevole corruzione sotto le più diverse forme e di cui nessun paese può fregiarsi di esserne immune.

Tutto ciò evidenzia la contingenza di qualsiasi azione umana. Di fatto, spesso e nonostante le buone intenzioni, si sono commessi errori che hanno condotto a situazioni di precarietà. Rilevarle serve ad avviarsi verso la loro soluzione.

Inedia

Prova ad immaginare di essere affamato e non di avere niente da mangiare. Niente di niente. Il tuo corpo comincia a consumare i grassi e i tessuti. Se stai molto tempo senza mangiare, puoi perdere circa il 50 per cento del tuo peso. La pelle diventa sottile, rigida, pallida e fredda. I capelli diventano secchi e radi, e cadono facilmente. Dopo 8-12 settimane senza cibo, muori di fame. L'inedia provocata dalla carestia è la più seria manifestazione della fame.

La FAO si adopera affinché non arrivi mai una carestia. Tiene costantemente d'occhio la situazione alimentare di tutti i paesi del mondo. Quando appare all'orizzonte l'ombra di una crisi, suona l'allarme.

Molti hanno in mente le immagini della carestia: bambini con le pance gonfie e con braccia e gambe ridotte a pelle e ossa. Queste foto terribili con i commenti di cronaca riempiono spesso le testate giornalistiche, ma danno solo un pallido ritratto di quello che è la fame.

Sottoalimentazione e insicurezza alimentare

Nel mondo molti affamati non sono ancora al limite dell'inedia. **La loro sofferenza non fa notizia**. La gente che soffre di fame cronica è sottoalimentata. Non mangia a sufficienza per ricavare l'energia necessaria a condurre una vita attiva. La sottoalimentazione rende difficile lo studio, il lavoro e anche il gioco. I bambini sottoalimentati non crescono rapidamente come quelli sani. Il loro sviluppo mentale è più lento. La fame senza fine danneggia il sistema immunitario e li rende più vulnerabili alle malattie e alle infezioni.

Le madri che soffrono cronicamente la fame danno alla luce neonati sotto peso e gracili. E questo ha conseguenze fatali. L'Organizzazione mondiale della sanità stima che ogni anno molto più di 3 milioni di decessi possono essere attribuiti a bambini nati sotto peso.

Ogni giorno milioni di persone in tutto il mondo mangiano solo il minimo indispensabile per sopravvivere. Ogni notte vanno a letto senza sapere se il giorno dopo avranno cibo sufficiente da mangiare. Questa continua incertezza è chiamata "insicurezza alimentare

La fame nascosta

C'è un'altra forma di fame che devi conoscere. Milioni di persone sopravvivono con una dieta molto limitata. Ogni giorno mangiano quasi la stessa cosa. Per questo non ricevono le vitamine e i minerali indispensabili alla salute. La deficienza di micronutrienti viene spesso chiamata "la fame nascosta". Colpisce oltre 2 miliardi di persone e provoca gravi conseguenze. Da 100 a 140 milioni di bambini, ad esempio, soffrono di deficienza di vitamina A. Di conseguenza ogni anno più di 2 milioni hanno grossi problemi alla vista. Si calcola che da 250 000 a 500 000 bambini diventano definitivamente ciechi. 100000 bambini nascono con danni cerebrali irreversibili perché le loro madri prima e durante la gravidanza hanno consumato cibo carente di iodio. Complessivamente, la sottoalimentazione cronica e l'alimentazione priva di vitamine e di minerali essenziali uccidono ogni anno più di 5 milioni di bambini. Ricordati, queste persone non vivono in un altro pianeta. Sono i nostri vicini. Dobbiamo aver cura uno dell'altro.

CHI HA FAME

Chi sono gli affamati? Semplice, sono persone come te. Provano sentimenti, amano, ridono, sognano. Vogliono divertirsi. Vogliono fare qualcosa nella vita, proprio come te. Ma anche se non ne hanno colpa, la fame logora e addirittura distrugge le loro vite. Ci sono tre grandi categorie a più alto rischio:

I contadini poveri

La stragrande maggioranza della popolazione che non ha cibo a sufficienza vive in povere comunità rurali di paesi in via di sviluppo. Molte non hanno energia elettrica e acqua potabile. Spesso anche la sanità pubblica, l'istruzione e i servizi sanitari sono carenti. Ti sembrerà strano, ma le persone che hanno la più alta insicurezza alimentare nel mondo sono spesso direttamente coinvolte nella produzione degli alimenti. Coltivano i raccolti su piccoli appezzamenti di terreno. Allevano animali. Pescano. Fanno il possibile per dare cibo alle proprie famiglie o per guadagnare qualcosa al mercato locale. Molti non posseggono terre e lavorano come braccianti agricoli per guadagnare quello che serve per tirare avanti. Spesso il lavoro è stagionale, e la famiglia si deve spostare o dividere per guadagnarsi da vivere.

E' un lavoro duro, ed è difficile mettere da parte qualcosa per casi di emergenza. Perfino quando il cibo è sufficiente, il pericolo della fame è sempre presente.

I poveri degli agglomerati urbani

Molti contadini, specialmente giovani di entrambi i sessi, lasciano le famiglie cercando una vita migliore nelle città. Quando trovano qualcosa da fare, finiscono quasi sempre per lavorare a poco prezzo o in condizioni pericolose. Non trovano rimedio alla fame, trovano i bassifondi.

Le città sono in continua espansione. Nel 2000 circa due miliardi di persone vivevano nelle città, e si prevede che saranno il doppio entro il 2030. Con l'espansione delle città, aumenterà anche il numero dei poveri. Ovviamente la fame nelle metropoli e la disponibilità di cibo a prezzi accessibili sono problemi che diventano ogni giorno sempre più pressanti.

Le vittime delle catastrofi

Ogni anno inondazioni, carestie, terremoti e altri disastri naturali, oltre ai conflitti armati, provocano immani distruzioni e costringono le famiglie ad abbandonare le loro case e le loro terre. Queste persone spesso si trovano a dover affrontare non solo lo spettro della fame ma addirittura la morte per inedia. La FAO li aiuta ad affrontare queste emergenze e successivamente a ricostruire le proprie vite

DOVE VIVONO GLI AFFAMATI?

Le persone affamate si trovano dappertutto: in montagna, in pianura, lungo le coste e sulle isole. In ogni regione del mondo c'è gente affamata. Ecco la loro distribuzione geografica:

Africa subsahariana: 204 milioni

Asia/Pacifico: 156 milioni

India: 221 milioni

Cina: 142 milioni

America latina/Caraibi: 53 milioni

Vicino Oriente/Africa del Nord: 39 milioni

Paesi della ex Unione Sovietica: 28 milioni

Altri paesi industrializzati: 9 milioni

Dirigente scolastico

Dott. Prof. Reodolfo Antonio Mongillo