

PRESENTAZIONE

Quando si parla di alimentazione, è naturale guardare al passato per comprendere come sia cambiato nel tempo il nostro rapporto con il cibo. In origine, l'uomo viveva in stretto contatto con la natura e si nutriva esclusivamente di ciò che la terra gli offriva. Con il passare dei secoli, ha imparato a coltivare, trasformare e conservare gli alimenti, fino ad arrivare ai moderni sistemi agroalimentari, sempre più complessi e globalizzati.

Oggi viviamo in una realtà in cui l'abbondanza alimentare coesiste spesso con la disinformazione. Il modello alimentare contemporaneo, profondamente influenzato dall'industrializzazione e da stili di vita frenetici, ha generato un paradosso: diete ipercaloriche ma povere di nutrienti, abitudini scorrette e un crescente consumo di alimenti ultraprocesati. In questo contesto, l'igiene alimentare, intesa come sicurezza igienica e nutrizionale degli alimenti, assume un ruolo centrale nella prevenzione primaria, integrando aspetti nutrizionali, clinici ed epidemiologici in un'ottica di sanità pubblica. Si configura così come un ambito di intervento fondamentale per la promozione della salute, tanto a livello individuale quanto collettivo.

Particolare attenzione va dedicata agli aspetti nutrizionali, elemento essenziale per promuovere una crescita sana, prevenire patologie croniche e migliorare la qualità della vita. Una corretta alimentazione, basata su scelte consapevoli e su una conoscenza approfondita della composizione e del valore nutrizionale degli alimenti, rappresenta uno strumento imprescindibile nella pratica clinica e nella prevenzione. Per i soggetti in formazione o che già operano in ambito sanitario, comprendere l'interconnessione tra sicurezza alimentare, qualità nutrizionale e salute pubblica è oggi più che mai una competenza fondamentale, da integrare nelle attività professionali.

Questo volume nasce dalla collaborazione tra professionisti provenienti da ambiti diversi, ma accomunati da un obiettivo condiviso: promuovere uno stile di vita sano e consapevole. L'intento è offrire una guida chiara, accessibile e scientificamente fondata su un tema di rilevanza crescente per la salute pubblica: la sicurezza e la qualità degli alimenti. Non si tratta soltanto di prevenire contaminazioni o intossicazioni alimentari, ma di adottare un approccio sistemico che coinvolga l'intera filiera: dalla produzione alla trasformazione, dalla conservazione alla distribuzione, fino al consumatore.

Il testo approfondisce il ruolo cruciale dei Servizi di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione (SIAN, incardinati nei Dipartimenti di Prevenzione) e delle Aziende Sanitarie Locali (ASL), impegnati nella prevenzione delle contaminazioni microbiologiche, chimiche e fisiche, nella promozione dell'alfabetizzazione alimentare (*food literacy*) e nella tutela degli aspetti nutrizionali, tutti compresi nel più ampio concetto di One Health. Vengono, inoltre, trattati temi attuali e strettamente interconnessi, come l'impatto ambientale sulle produzioni alimentari, lo spreco di cibo, la ristorazione collettiva, nonché le esigenze nutrizionali specifiche per soggetti anziani o con patologie croniche. Infine, ampio spazio è dedicato alla normativa vigente, ai sistemi di autocontrollo come l'Hazard Analysis and Critical Control Points (HACCP) e all'educazione alimentare.

L'auspicio è che questo testo possa contribuire a incoraggiare scelte alimentari consapevoli e coerenti con i principi di una sana nutrizione, capaci di tradursi in comportamenti virtuosi, sia nella vita quotidiana sia nei contesti professionali, sempre a beneficio della salute individuale e collettiva.

Gaetano Maria Fara

*Sapienza Università di Roma
già Università degli Studi di Milano*