

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Alberto Vergani racconta come il cervello costruisce il sapore a Sotto La Cloche

Orlando Mastrillo · Tuesday, September 22nd, 2026

Quanto conta il cervello quando assaggiamo un cibo? E quanto quello che vediamo, ricordiamo o ci aspettiamo influenza il sapore che percepiamo? È il rapporto tra cibo e cervello il tema al centro della nuova puntata di Sotto la cloche, il programma di Radio Materia condotto da Rose con il regista Domenico. Ospite della trasmissione il neuroinformatico Alberto Vergani, che ha accompagnato gli ascoltatori alla scoperta dei meccanismi con cui il nostro sistema nervoso costruisce l'esperienza del gusto.

Il sapore nasce anche nel cervello

Al centro della conversazione c'è la neurogastronomia, disciplina che mette in relazione neuroscienze e alimentazione per capire che cosa succede nel cervello quando mangiamo. L'esperienza di un alimento, infatti, non dipende soltanto dalle papille gustative. Vista, olfatto, tatto e perfino ciò che sappiamo o crediamo di sapere su quello che stiamo mangiando contribuiscono a determinare la nostra percezione. Il cervello integra continuamente queste informazioni, confrontandole anche con esperienze precedenti e ricordi. Le aspettative possono così modificare ciò che percepiamo nel momento dell'assaggio.

Dal vino al cioccolato: quando i sensi ci sorprendono

Nel corso di Sotto la cloche, Vergani affronta questi meccanismi anche attraverso alcuni esempi pratici. Tra questi c'è l'esperimento del vino, utile per mostrare quanto le informazioni visive e le aspettative possano condizionare la descrizione di ciò che sentiamo. Un altro momento della puntata è dedicato all'assaggio del cioccolato gianduia, trasformato in una piccola esperienza per osservare più da vicino come lavorano insieme i diversi sensi. Mangiare, insomma, è un'azione apparentemente semplice dietro alla quale si nasconde un processo complesso: il sistema nervoso raccoglie gli stimoli provenienti dall'ambiente e dal corpo, li combina con memoria ed esperienza e contribuisce a costruire quella che riconosciamo come percezione del sapore.

Dieta mediterranea e prevenzione

Dalla percezione del gusto, la conversazione si allarga infine al rapporto più generale tra alimentazione e salute del cervello. La puntata richiama l'attenzione sull'importanza della dieta mediterranea e, più in generale, di uno stile di vita sano nell'ambito della prevenzione del declino cognitivo. Un viaggio tra gusto e neuroscienze che mostra come dietro a ogni assaggio ci sia molto

più della lingua: ci sono gli altri sensi, i ricordi, le aspettative e soprattutto un cervello impegnato a mettere insieme tutte queste informazioni.

This entry was posted on Tuesday, September 22nd, 2026 at 1:13 pm and is filed under [Altre news](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.