

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

La Maria Ausiliatrice di Castellanza mette sul piatto la dieta amica del clima

Valeria Arini · Monday, May 11th, 2026

“**Il tuo piatto cambia il mondo**” e “**Ogni scelta pesa**”: è partita da qui la serata che si è svolta venerdì all’**Istituto Maria Ausiliatrice**, dedicata al **rapporto tra alimentazione, cambiamento climatico, salute e sostenibilità**. Un incontro che ha intrecciato esperienze sul campo, dati scientifici e riflessioni sul futuro del pianeta, mostrando come anche le scelte quotidiane a tavola abbiano conseguenze globali.

Dopo i saluti iniziali della prof. **Silvia Troisi** e il racconto della **Green Week** dell’istituto da parte di Alessia Rondanini, il primo intervento è stato quello di **Davide Brambilla**, biologo impegnato da oltre vent’anni in Africa con il **programma DREAM della Comunità di Sant’Egidio**.

Gli orti in Malawi

Brambilla ha raccontato la nascita del progetto nel 2001 in Mozambico per **la cura dei malati di HIV**. Oggi DREAM opera in dieci Paesi africani, con 50 centri sanitari e 24 laboratori di biologia molecolare. «Alla base del programma ci sono due principi: gratuità ed eccellenza – ha spiegato –. Non volevamo creare un doppio standard tra Africa ed Europa. Un malato africano ha diritto alle stesse cure e alla stessa tecnologia».

Tra i risultati raggiunti, il biologo ha ricordato i 150mila bambini nati sani da madri sieropositive grazie alle terapie somministrate durante la gravidanza e al parto. Ma il racconto si è presto spostato dal tema sanitario a quello alimentare.

«Il cibo è parte della terapia», ha spiegato Brambilla. Da qui è nato **il progetto degli orti comunitari in Malawi, sviluppato insieme a Slow Food**. Un’iniziativa partita nel 2017 con tre orti finanziati grazie a una raccolta fondi organizzata a Olgiate Olona e diventata oggi una rete di oltre cento orti biologici.

Gli orti coinvolgono circa **1.500 persone e garantiscono sostegno alimentare e reddito a quasi 10mila beneficiari** considerando le famiglie. Ma soprattutto rappresentano un’alternativa all’agricoltura intensiva basata su semi Ogm e pesticidi chimici.

Brambilla ha spiegato come il Malawi sia diventato terreno di conquista delle multinazionali agricole: «I semi Ogm ti obbligano a ricomprare ogni anno sementi e pesticidi. Noi invece abbiamo insegnato tecniche biologiche, recuperando semi tradizionali e biodiversità». Un lavoro che ha

avuto effetti non solo economici ma anche culturali, riportando in vita ortaggi dimenticati e ricette tradizionali.

Nel suo intervento il biologo **ha insistito molto sul legame tra cibo, ambiente e giustizia sociale**. I cambiamenti climatici, ha spiegato, stanno colpendo duramente il Malawi con siccità estreme e cicloni devastanti. «Ogni anno ormai ci aspettiamo un ciclone – ha raccontato –. Il ciclone Freddy ha provocato mille morti in una sola notte».

Da qui il collegamento con il tema del consumo globale e dell'impatto ambientale delle nostre abitudini alimentari. «Quello che compriamo qui influenza la vita delle persone dall'altra parte del mondo», ha detto Brambilla, criticando il modello delle grandi monoculture destinate all'esportazione.

La dieta amica del clima



Il tema è stato poi approfondito nella seconda parte della serata da **Giuliano Rancilio, ingegnere energetico e ricercatore del Politecnico di Milano**, autore insieme a Davide Gibin del libro *La dieta amica del clima*.

Attraverso un quiz interattivo, vinto da Giulia (nella foto) con il pubblico, Rancilio ha mostrato alcuni dati sull'impatto ambientale del cibo. Una delle slide più discusse è stata quella dedicata all'impronta carbonica delle proteine: cereali e legumi hanno un impatto molto inferiore rispetto ai prodotti animali, mentre gli allevamenti restano tra le attività più energivore e inquinanti.

Secondo i dati illustrati durante la serata, gli allevamenti intensivi incidono pesantemente sulle emissioni globali di gas serra e sul consumo di risorse: servono enormi quantità di acqua, mangimi, energia e suolo per produrre carne e derivati. **Le produzioni industriali di carne, in particolare bovina, sono tra le principali fonti di emissioni di metano e consumo energetico del settore**

alimentare.

Rancilio ha evidenziato come modificare anche solo in parte la dieta possa avere effetti concreti sul clima: **aumentare il consumo di legumi e prodotti vegetali, ridurre gli sprechi e scegliere alimenti locali e stagionali** significa **ridurre l'impatto ambientale individuale**.

«Noi siamo quello che mangiamo – hanno ricordato i relatori –. Ogni scelta può avere conseguenze positive o negative sul pianeta e sulle persone».

This entry was posted on Monday, May 11th, 2026 at 8:10 pm and is filed under [Varesotto](#). 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.