



IL MALESSERE INVISIBILE DI NON POTER SCEGLIERE

Secondo rapporto su adolescenti e povertà alimentare in Italia

Autrici e autori*:

Elisa Bordin, Carlo Cafiero, Ilaria Caracozza, Ilaria Madama, Franca Maino, Monica Palladino, Roberto Sensi, Ezio Sorti

Coordinamento del progetto di ricerca:

Roberto Sensi

Progetto grafico:

Tadzio Malvezzi

Impaginazione:

Carlo Cafiero

Immagine di copertina:

Lavinia Faggiuoli

Desideriamo ringraziare Loris Bendetti, Tania Ballarino, Paola Brioschi, Sara Dono e Denise Valenti (Fondazione Aquilone); Paolo Larghi, Massimo Messora, Elisa Baraldi e Marianna Dalmiglio (La Strada); Pina Andrello e Gennaro Andolfi (La Speranza); Sara Fiordaliso, Anastasia Vasapollo, Nicolò Magnaterra e Margherita Venditti (Nonna Roma); Rosa Vitanza (Viento 'e Terra); Gioia Miale (attrice), Lia Zinno (attrice); Cecilia Iannaco (psicoterapeuta, vicepresidente Netforpp Europa ETS); Angela Cafiero (insegnante); Stefano Talarico (insegnante), Alfio Aricò (insegnante); Anne Kepple (FAO); Sabine Goodwin (IFAN); Megan Blake (University of Shieffield); Filippo Oncini (Maastricht University); Niccolò Ventrice e Manuela Rusconi (Croce Rossa Comitato Milano); Monica Tola, Vittore Mescia e Greta Caglioti (Fondazione Banco Alimentare); Don Marco Pagnielo, Mario Accattapà, Massimo Pallottino e Nunzia De Capite (Caritas Italiana); Francesca Benedetta Felici (OIPA); Pasquale D'agostino (Ex funzionario AGEA); Alessandra Lagorio (Croce Rossa Italiana); Luigi Tamburro e Luisa Tamburro (Banco delle Opere di Carità); Bruno Izzi (Comunità di Sant'Egidio); Leonardo Cecchi (Comitato nazionale per il Reddito alimentare); Viola Simonetti (Università degli studi di Milano); Lorenzo Bandera e Chiara Agostini (Percorsi di Secondo Welfare); Luca Rossetti (COMIN).

* Le opinioni espresse in questa pubblicazione sono quelle degli autori e non riflettono necessariamente la visione o le politiche dell'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'Agricoltura e l'Alimentazione - FAO.

Rapporto chiuso il 10 ottobre 2025

In collaborazione con:



Con il sostegno di:



INDICE

Elenco delle Figure.....	VI
Elenco delle Tabelle.....	VI
INTRODUZIONE	1
Le nostre raccomandazioni.....	8
CAPITOLO 1. Ripensare la povertà alimentare.....	11
Introduzione.....	11
1.1. La dimensione sociale della povertà alimentare.....	13
1.2. La dimensione psicologica della povertà alimentare	14
1.3. L'intricato legame tra le due dimensioni per chi è più vulnerabile.....	16
1.3.1. Adolescenti.....	16
1.3.2. Donne.....	17
1.3.3. Anziani.....	18
1.4. Verso un nuovo modello di comprensione del fenomeno della povertà alimentare.....	19
1.4.1. Il nuovo quadro concettuale dalla prospettiva della misurazione.....	25
1.4.2. Capacità, scelte, dignità: verso il benessere alimentare	27
Bibliografia	29
CAPITOLO 2. Teoria, contesto e metodologia dell'indagine su adolescenti e povertà alimentare	33
Introduzione.....	33
2.1. Il legame tra povertà alimentare e aspetti sociali ed emozionali negli adolescenti.....	34
2.2. Incontri e dialoghi con chi lavora con gli adolescenti.....	36

2.2.1. Dialogando con la dott.ssa Cecilia Iannaco, psicoterapeuta.....	37
2.2.2. Il punto di vista degli insegnanti.....	41
2.2.3. L'esperienza di chi lavora nel sociale	45
2.3. La metodologia dell'indagine qualitativa	47
Bibliografia	51

CAPITOLO 3. Esplorare la povertà alimentare in Italia con lo sguardo degli adolescenti.....53

3.1. Vita, percorsi e immagine del futuro degli/delle adolescenti incontrati.....	53
3.2. La libertà di scegliere cosa, quanto, come, quando e con chi mangiare. Vissuti e percezioni della povertà alimentare nelle loro voci.....	57
3.2.1. Cibo come esperienza emotiva, quotidiana e simbolica.....	57
3.2.2. Pratiche alimentari quotidiane tra routine, preferenze e vincoli.....	62
3.2.3. Relazioni, vita sociale e cibo tra possibilità e mancanze.....	64
3.2.4. Esperienze, vissuti ed emozioni delle difficoltà economiche e alimentari	67
3.2.5. Agency giovanile e strategie di adattamento di fronte alle difficoltà economiche	72
3.2.6. Aiuti alimentari: tra esperienza personale e percezione.....	74
3.3. L'esperienza con il cibo nelle sue dimensioni e limitazioni.....	76
3.4. Pensare e immaginare la povertà alimentare da chi non la vive	81
3.4.1. Mettersi nei panni di... ..	82
3.5. Discussione dei risultati.....	86
Bibliografia	92

CAPITOLO 4. Povertà alimentare e adolescenti: quali approcci e pratiche di intervento efficaci?95

Introduzione.....95

4.1. Approcci di contrasto alla povertà alimentare negli/nelle adolescenti.....97

4.1.1. Specificità degli interventi rivolti agli/alle adolescenti.....97

4.1.2. Le criticità del sistema di intervento.....99

4.1.3. L'Innovazione Sociale nelle pratiche di contrasto alla povertà alimentare.....103

4.2. Le mense scolastiche come strumento di contrasto alla povertà alimentare108

4.2.1. Le mense scolastiche negli USA.....109

4.2.2. I programmi di mensa scolastica nei paesi UE.....110

4.3. Pratiche innovative nel contrasto alla povertà alimentare degli/delle adolescenti: selezione di casi 115

4.3.1. Il Holiday Activities and Food Programme di Liverpool ...117

4.3.2. Torino Solidale e la Casa del Quartiere Cecchi Point.....119

4.3.3. Il programma *Youth and Food*.....120

4.3.4. Le dimensioni dell'Innovazione Sociale nei casi analizzati.....121

4.4. Conclusioni.....123

Bibliografia125

CAPITOLO 5. Dal bisogno al diritto: costruire una risposta alla povertà alimentare fondata su solidarietà, dignità e giustizia sociale.....129

5.1. Crisi dei sistemi di *welfare* e povertà alimentare129

5.2. Dall'emergenza alla stabilizzazione dell'aiuto alimentare130

5.2.1. Crisi economiche e trasformazione dell'aiuto alimentare.....130

5.2.2. I limiti strutturali del <i>welfare</i> e la marginalità dell'aiuto alimentare	131
5.3. Dal bisogno al diritto: riconoscere il cibo come questione di giustizia sociale.....	133
5.3.1. L'assenza di un quadro politico e concettuale sul diritto al cibo.....	133
5.3.2. Verso un approccio fondato sui diritti per il benessere alimentare.....	134
5.4. L'aiuto alimentare tra risposta sociale e istituzionalizzazione del bisogno.....	135
5.4.1. Le forme dell'assistenza alimentare solidale.....	135
5.4.2. Dall'emergenza alla normalizzazione.....	136
5.4.3. L'istituzionalizzazione della risposta caritativa	138
5.5. Crescita dei banche alimentari e istituzionalizzazione dell'aiuto.....	139
5.5.1. Le origini e l'evoluzione del sistema delle <i>food bank</i> negli Stati Uniti.....	140
5.5.2. Istituzionalizzazione delle <i>food bank</i> attraverso le politiche europee di aiuto alimentare.....	141
5.6. Il variegato universo dell'aiuto alimentare	144
5.6.1. Tipologie e modalità di distribuzione	144
5.6.2. Le filiere del recupero e il ruolo delle eccedenze	145
5.6.3. Pratiche comunitarie e innovazione sociale.....	146
5.6.4. Cibo, relazioni e spazi di comunità.....	147
5.6.5. Nutrire a scuola: programmi di colazione e modelli educativi.....	148
5.6.6. Una mappa complessa e in trasformazione.....	149
5.7. Il modello <i>food bank</i>	151
5.7.1. Una rassegna critica tra contesto internazionale e il caso italiano	152
5.8. L'Italia e l'istituzionalizzazione dell'aiuto alimentare: tra carità, <i>welfare</i> e governance europea.....	173

5.8.1. Evoluzione storica del sistema di aiuti alimentari istituzionali in Italia	173
5.8.2. Il sistema degli aiuti alimentari istituzionali in Italia: una lettura a partire dalle testimonianze raccolte.....	176
5.9. Verso una politica di contrasto alla povertà alimentare	181
5.9.1. L'aiuto alimentare come strumento di gestione della povertà.....	181
5.9.2. Dal bisogno al diritto: il cibo come fondamento di giustizia sociale	182
5.9.3. <i>Welfare</i> e <i>food policy</i> : verso un quadro strategico comune.....	183
5.9.4. Le <i>food policy</i> locali come laboratorio di integrazione tra politiche sociali e alimentari	185
5.9.5. Reddito, disuguaglianze e diritto al cibo: oltre la logica dell'aiuto.....	186
5.10. Dall'aiuto alla cura: ripensare la povertà alimentare come questione di diritti	189
5.10.1. Ripartire dalle esperienze: comprendere la povertà alimentare nella sua interezza.....	189
5.10.2. Uscire dalla logica emergenziale: dal <i>welfare</i> sostitutivo alla giustizia sociale.....	190
5.10.3. Innovare come pratica politica: dalla solidarietà assistenziale a quella trasformativa.....	191
Bibliografia	193
Appendice metodologica.....	204
Inquadramento dell'indagine	204
Campionamento	205
Spunti metodologici derivati dalle interviste ai testimoni privilegiati.....	207
Analisi dei risultati.....	208
Bibliografia	210

Elenco delle Figure

FIGURA 1.1	Il (vecchio) modello lineare dei tre pilastri su cui si basa la sicurezza alimentare.....	20
FIGURA 1.2	Povert� alimentare come esperienza multidimensionale.....	26
FIGURA 2.1	Caratteristiche del campione di adolescenti intervistati	50
FIGURA 3.1	Macrotemi e temi emersi dall'analisi delle interviste	58
FIGURA 3.2	Le dimensioni dell'esperienza di povert� alimentare.....	78
FIGURA 3.3	Rappresentazioni sociali della povert� alimentare.....	83

Elenco delle Tabelle

TABELLA 4.1	La Scala dell'Innovazione Sociale: verso l'innovazione capacitante.....	107
TABELLA 4.2	Modelli adottati dai programmi nazionali dei paesi UE per le mense scolastiche e copertura del target adolescenziale.....	116
TABELLA 4.3	Le dimensioni dell'Innovazione Sociale nei casi analizzati	122
TABELLA 5.1	Forme di aiuto alimentare solidale in Italia.....	150
TABELLA 5.2	Caratteristiche principali del modello <i>food bank</i>	153
TABELLA 5.3	Sintesi delle criticit� del "modello <i>food bank</i> "	172

INTRODUZIONE

Il lavoro che vi accingete a leggere è il frutto di un lungo percorso di ricerca che ActionAid ha dedicato al tema della povertà alimentare in Italia. Un impegno nato dall'esigenza di contribuire a riportare questo tema al centro del dibattito pubblico sulle disuguaglianze economiche e sociali nel nostro Paese, mostrando come l'accesso al cibo non sia solo un bisogno da soddisfare, ma un diritto che riguarda la dignità, la salute, le relazioni e la partecipazione

A tal fine abbiamo approfondito la natura di un fenomeno che sempre più ricerche ed analisi descrivono come multidimensionale: la povertà alimentare nel nostro Paese non riguarda solo, o tanto, un piatto vuoto, ma una forma di deprivazione multipla che investe l'intera sfera del benessere individuale — dalla dimensione psicologica a quella relazionale, dal piacere alla cultura, dall'identità fino alla salute.

È stata proprio la necessità di comprendere a fondo la complessità di questo fenomeno a

spingerci, negli anni, ad approfondirne l'esperienza in diversi profili socio-demografici, con particolare attenzione agli adolescenti. *Il malessere invisibile di non poter scegliere* rappresenta la seconda indagine di ActionAid sulla povertà alimentare in adolescenza in Italia, dopo il primo lavoro pubblicato nel 2022, *Cresciuti troppo in fretta*.

Il filo conduttore dei due lavori è la volontà di comprendere la povertà alimentare a partire dalle esperienze vissute, restituendone la complessità nelle sue dimensioni materiali, sociali e psicologiche. Indagare questa condizione in adolescenza significa confrontarsi con una forma di deprivazione che raramente si manifesta come semplice mancanza di cibo, ma piuttosto come esperienza quotidiana di limitazione, insicurezza e disagio emotivo. Nei contesti osservati, essa assume i tratti di una deprivazione multipla: non solo l'impossibilità di accedere a un'alimentazione adeguata dal punto di vista nutrizionale, ma anche la difficoltà di partecipare pienamente alla dimensione

sociale, culturale e simbolica del cibo.

Per gli adolescenti, il cibo rappresenta un linguaggio attraverso cui si costruiscono identità, relazioni e appartenenze. Laddove le condizioni economiche e familiari restringono le possibilità di scelta, questa multidimensionalità si traduce in vissuti di esclusione, vergogna o inadeguatezza che incidono sul benessere complessivo. Il disagio non risiede soltanto nel “non avere”, ma nel “non poter scegliere”: nel sentirsi esclusi dalla condivisione di un pasto con i coetanei, dai rituali della socialità e dall’accesso a cibi che esprimono gusto, piacere, appartenenza e identità.

La deprivazione alimentare diventa così una lente attraverso cui leggere disuguaglianze più profonde, che si intrecciano con le fragilità psicologiche, le aspettative familiari e le pressioni sociali tipiche dell’adolescenza. Gli adolescenti vivono la povertà alimentare non come una condizione isolata, ma come parte di un sistema di vincoli che riguarda il corpo, l’autostima e le possibilità di progettare il futuro. Analizzare la loro esperienza significa, dunque, restituire alla povertà alimentare il suo pieno significato multidimensionale, come forma di esclusione che attraversa i piani materiali, emotivi e relazionali dell’esistenza.

Come abbiamo più volte sottolineato, indagare la natura del fenomeno non è importante soltanto per avanzare nella conoscenza e nella concettualizzazione della povertà alimentare, ma anche perché una corretta comprensione delle sue dinamiche può contribuire a costruire strumenti di misurazione più efficaci e a orientare le politiche di contrasto. Sono questi gli obiettivi che ci hanno spinto a lavorare, negli ultimi anni, sul tema della povertà alimentare in generale e, in particolare, sulla condizione degli adolescenti.

Su questa base, insieme all’Università degli Studi di Milano e a Percorsi di secondo *welfare*, è nato DisPARI (*Disentangling Inequality and Food Poverty amongst Adolescents: Concepts, Measures and Local Action Strategies*), un progetto di ricerca finanziato dalla Fondazione Cariplo. L’iniziativa si inserisce in una più ampia strategia di ActionAid volta a rafforzare la conoscenza pubblica e istituzionale sul fenomeno della povertà alimentare nei contesti ad alto reddito, promuovendo un approccio integrato che unisce ricerca, *advocacy* e sperimentazione territoriale.

Il progetto persegue quattro obiettivi principali. Il primo è elaborare una solida concettualizzazione della povertà alimentare negli adolescenti, riconoscendone la natura complessa e il disagio psicologico che può

accompagnarla. Il secondo è sviluppare e validare empiricamente il *Food Poverty-related Emotional Distress for Adolescents* (FoPED-A), un nuovo strumento di misurazione in grado di rilevare e quantificare il disagio emotivo legato alla difficoltà di accesso al cibo. Il terzo obiettivo consiste nel mappare e valutare, da una prospettiva “dal basso”, le strategie locali di contrasto alla povertà alimentare in diversi contesti territoriali della Lombardia. Infine, il progetto mira a tradurre le evidenze raccolte in raccomandazioni e linee guida rivolte a decisori politici e operatori del terzo settore, per promuovere risposte più efficaci e innovative, capaci di affrontare le dimensioni materiali, sociali e psicologiche della povertà alimentare.

In questa cornice, il rapporto presenta alcuni risultati relativi ai primi due obiettivi del progetto DisPARI — concettualizzare il fenomeno e interrogare le pratiche di contrasto. Si apre con un capitolo introduttivo che esplora la povertà alimentare in relazione alla sua controparte concettuale, il benessere alimentare, inteso come condizione piena di accesso, scelta e partecipazione, e si chiude con un capitolo dedicato all'analisi del sistema di aiuti istituzionali in Italia, che ne esamina il funzionamento, i limiti, le criticità, le opportunità e l'impatto sul fenomeno della povertà alimentare.

Il primo capitolo riflette sulla povertà alimentare, proponendo di spostare lo sguardo oltre la dimensione materiale della scarsità per coglierne la complessità sociale, psicologica e culturale. A partire dal dibattito internazionale e dalle ricerche più recenti, il testo ricostruisce l'evoluzione del concetto, ne analizza i limiti e introduce approcci e cornici analitiche capaci di meglio coglierne la natura multidimensionale.

In questa prospettiva, la povertà alimentare non si definisce solo come un'alimentazione inadeguata in qualità e quantità, ma come limitazione della libertà di vivere pienamente il proprio rapporto con il cibo: la possibilità di scegliere cosa, quanto, quando, come e con chi mangiare, di cucinare e condividere in modo dignitoso, di attribuire senso e piacere alle proprie pratiche quotidiane. È nella limitazione delle possibilità, più che nella scarsità materiale, che si manifesta l'essenza della povertà alimentare nei paesi ad alto reddito. Il capitolo approfondisce il legame tra libertà di scelta e benessere, mostrando come la deprivazione alimentare in questi contesti si esprima soprattutto attraverso forme di esclusione sociale, perdita di autostima e malessere psicologico.

Da qui nasce l'esigenza di costruire una nozione positiva di sicurezza alimentare, intesa non come semplice assenza di deprivazione,

ma come condizione in cui ciascuno e ciascuna possa vivere pienamente le molteplici dimensioni dell'esperienza alimentare — materiali, relazionali ed emotive. Questa prospettiva, centrata sul benessere alimentare, apre una riflessione sulle implicazioni per la ricerca e per le politiche: come misurare il fenomeno oltre la dimensione materiale, come intervenire per restituire libertà e dignità nelle pratiche quotidiane, come costruire politiche capaci di promuovere realmente il benessere alimentare.

Il secondo capitolo nasce dal confronto con professionisti e professioniste che lavorano quotidianamente con adolescenti, da cui è emerso un quadro ampiamente condiviso e coerente: la povertà alimentare in questa fascia d'età si manifesta soprattutto come limitazione della scelta e della partecipazione sociale, con ricadute sul benessere emotivo e relazionale. In prima adolescenza il bisogno di somiglianza e riconoscimento nel gruppo rende centrali i momenti conviviali (merende, pizze, pasti scolastici); l'impossibilità di prendervi parte produce vergogna, isolamento e calo dell'autostima. Con l'avanzare dell'età cresce la ricerca di differenziazione personale, ma restano decisive le opportunità di scelta "cosa, quando, dove, come e con chi" mangiare. A scuola il fenomeno è spesso invisibile e

affiora tramite segnali indiretti (rinunce, assenze a uscite, difficoltà di spesa), che richiedono relazioni di fiducia per essere intercettati; si osservano anche "povertà di futuro" e precarietà abitative che aggravano il quadro. Nei contesti di accoglienza, la standardizzazione dei pasti, la scarsa autonomia nel cucinare e l'assenza di alimenti culturalmente significativi limitano normalità e identità; si registrano inoltre aduttizzazione precoce, forte consapevolezza economica e ostacoli alla socialità (ad es. impossibilità di invitare amici a casa).

Il terzo capitolo entra nelle vite dei/delle ragazzi/e lasciando che siano loro a nominare e raccontare la povertà alimentare. Non come "mancanza di cibo", ma come esperienza quotidiana segnata da desideri trattenuti, scelte negoziate e occasioni di condivisione che non sempre è possibile vivere pienamente. Le interviste restituiscono un quadro eterogeneo: famiglie stabili e altre in difficoltà, situazioni abitative e lavorative molto diverse, percorsi scolastici regolari e biografie segnate da cambiamenti. Sullo sfondo, la pandemia ha interrotto routine e relazioni, lasciando in molti e molte la percezione di un passaggio mancato nella propria crescita. In questo paesaggio, il cibo è energia e routine, ma anche emozione, memoria e identità: linguaggio della cura in famiglia e grammatica della

socialità tra pari. Una merenda scambiata o una pizza in compagnia diventano piccoli rituali di appartenenza. Quando la libertà di scegliere cosa, come e con chi mangiare si restringe — per mancanza di risorse, tempo o contesti favorevoli — la rinuncia non riguarda solo il cibo, ma la possibilità stessa di partecipare. Da qui emergono vergogna e frustrazione, ma anche strategie adattive: si divide, si rinvia, si inventano modi per non pesare sugli altri.

Il capitolo offre una lettura trasversale delle esperienze che tiene insieme dimensioni familiari, relazionali, cognitive, emotive, culturali e normative: non “cosa manca nel piatto”, ma come la mancanza ridisegna significati, legami e possibilità. Ne esce un quadro nitido: tra gli/le adolescenti la povertà alimentare si manifesta soprattutto come limitazione della libertà di partecipare ai rituali del cibo e di riconoscersi in essi. Non mancano risorse e speranze — la solidarietà tra pari, la creatività in cucina, la maturità con cui si pesa una spesa o si rinuncia a un’uscita — ma proprio questa capacità di “tenere insieme” rischia di nascondere il costo psicologico della rinuncia. Per questo, la riflessione invita a spostare lo sguardo: dal “quanto cibo” al “quanto è possibile vivere il cibo come esperienza piena e dignitosa”. È la chiave per capire davvero dove

e come intervenire: non solo sostenendo i bilanci familiari, ma ampliando spazi, tempi e opportunità di scelta e di relazione. In altre parole, prendere sul serio ciò che i/le ragazzi/e ci consegnano: il bisogno — non solo materiale — di poter vivere il cibo come esperienza di appartenenza e riconoscimento.

Il quarto capitolo affronta il tema delle risposte alla povertà alimentare in adolescenza, interrogandosi su quali approcci possano risultare realmente efficaci. L’attenzione si sposta dal riconoscimento e conoscenza del fenomeno alla ricerca delle forme di azione più adeguate a contrastarlo, tenendo insieme la dimensione materiale dell’accesso al cibo e quella sociale e psicologica del benessere. L’obiettivo non è solo garantire pasti, ma comprendere come politiche e pratiche incidano sulla possibilità, per i ragazzi e le ragazze, di vivere il cibo come esperienza di autonomia, relazione e appartenenza.

Nelle risposte alla povertà alimentare, gli adolescenti restano ai margini: raramente sono un target specifico e vengono assorbiti nei programmi per l’infanzia o per il nucleo familiare. Questo produce interventi discontinui e diseguali, spesso centrati sull’emergenza più che su strategie strutturali, e incapaci di cogliere i bisogni peculiari di questa fascia d’età

(autonomia, partecipazione tra pari, benessere psico-sociale).

Per affrontarla serve un approccio integrato che connetta politiche alimentari, educative e sociali, rafforzando la cooperazione tra istituzioni, scuole, terzo settore e comunità locali. Le mense scolastiche rappresentano uno strumento centrale, a condizione che siano accessibili, di qualità e inserite in percorsi di educazione e partecipazione.

Un ruolo decisivo è svolto dalle esperienze di innovazione sociale, che mostrano come il cibo possa diventare occasione di inclusione, apprendimento e corresponsabilità. Quando gli interventi non si limitano a colmare un bisogno materiale ma restituiscono possibilità di scelta e relazione, la lotta alla povertà alimentare contribuisce a costruire benessere, autonomia e cittadinanza.

L'ultimo capitolo esamina la formazione e la trasformazione del sistema degli aiuti alimentari a livello internazionale e in Italia, nel quadro di un progressivo arretramento del *welfare* a partire dagli anni Ottanta, intensificatosi con la crisi del 2007-2008 e le successive politiche di austerità. Ne emerge un sistema ampio e diversificato, in larga parte istituzionalizzato (*food bank*, mense, empori, cucine di comunità, recupero eccedenze), divenuto stabile ma residuale rispetto al

welfare: garantisce sostegno essenziale, resta però orientato all'emergenza più che alla riduzione delle disuguaglianze e presenta forti divari territoriali. In questo quadro, il modello dei banchi alimentari (*food bank*) opera come infrastruttura logistica di secondo livello, integrata con le filiere di donazione e redistribuzione delle eccedenze e sostenuta dal volontariato; è un modello ibrido che convive e spesso si connette con migliaia di iniziative locali, differenti per attori, approcci e contesti. I punti di forza del sistema sono capillarità, continuità e capacità logistica; tra le criticità ricorrenti figurano panieri standardizzati, margini di scelta ridotti, forniture intermittenti, soprattutto nell'ultimo periodo, e un impatto complessivo modesto sulla povertà alimentare.

Il capitolo si chiude proponendo il diritto al cibo come criterio operativo: non un principio astratto, ma la bussola per ricondurre l'aiuto entro politiche pubbliche che, da un lato, rafforzino i redditi tramite il *welfare* e, dall'altro, attraverso le politiche del cibo, incidano sui contesti alimentari (prezzi e qualità, prossimità dei punti vendita, mense, adeguatezza culturale e relazioni sociali), soprattutto su scala urbana. Superare la sola logica di "filiera" — che pone al centro dell'intervento la distribuzione di aiuti materiali — significa adottare una logica di "sistema", capace di andare oltre l'assistenza alimentare

coinvolgendo i diversi attori in una strategia più organica, orientata alla multidimensionalità della povertà alimentare. In questa prospettiva, anche le innovazioni di prossimità — come gli empori con libertà di scelta, le cucine e gli hub di comunità — possono rappresentare esperienze significative, a condizione che siano inserite in politiche e interventi capaci di promuovere diritti, servizi, partecipazione.

In sintesi, il rapporto propone di leggere la povertà alimentare come fenomeno multidimensionale: non solo mancanza di cibo, ma limitazione di scelta, partecipazione e benessere. Le voci di chi lavora con gli adolescenti e, soprattutto, quelle dei/delle ragazzi/e mostrano come il disagio si traduca in vergogna, esclusioni quotidiane e rinunce silenziose più che in mancanza di cibo. Le pratiche oggi in campo offrono sostegno reale, ma spesso non restituiscono autonomia: restano standardizzate, pensate per l'emergenza e poco capaci di adattarsi a bisogni specifici (diete, culture, tempi di vita, mobilità). Inoltre, faticano a coinvolgere attivamente i soggetti interessati nella progettazione delle

soluzioni, con il risultato che l'intervento si ferma a un supporto per le famiglie più che un sostegno all'autonomia degli adolescenti.

In conclusione, contrastare la povertà alimentare richiede un cambio di prospettiva: non basta distribuire cibo, serve agire sulle cause strutturali — redditi, protezione sociale e diritti — superando l'approccio emergenziale e riconoscendo il diritto al cibo come parte integrante del *welfare*.

È necessario passare da una logica di filiera a un vero sistema integrato, dove politiche, attori e saperi cooperino in modo coordinato. Ciò implica andare oltre l'aiuto materiale, valorizzando la dimensione di cura e ripensando la prossimità non come mera assistenza, ma come forma di solidarietà capace di restituire autonomia e dignità. È su questo terreno, dove politica e pratica si incontrano, che vanno ripensate le politiche pubbliche e le azioni concrete, assumendo come riferimento l'unico sguardo che permette di cogliere la realtà nella sua verità: quello di chi vive la povertà alimentare.

Le nostre raccomandazioni

Al Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali

Rivedere l'attuale sistema di governance degli aiuti alimentari istituzionali, ampliando la partecipazione oltre gli attuali soggetti accreditati per la distribuzione delle derrate alimentari finanziata con fondi europei e nazionali (FES Plus, FNI). È necessario coinvolgere in modo stabile anche altri attori del sistema di contrasto alla povertà alimentare — enti locali, servizi sociali, scuola, sanità, società civile organizzata e mondo della ricerca — per garantire una visione più coordinata e condivisa.

Il contrasto alla povertà alimentare deve infatti superare la logica di “filiera”, centrata prevalentemente sulla gestione e distribuzione degli aiuti, per evolvere verso una logica di sistema, in grado di integrare politiche e interventi, migliorare l'efficacia delle risposte e ridurre le disuguaglianze.

Oltre a una governance più inclusiva e collaborativa, serve un approccio strategico che affianchi alla distribuzione di beni materiali azioni di empowerment, inclusione e sostegno al reddito, integrando i programmi di aiuto nel più ampio sistema di *welfare*, in un'ottica di rafforzamento reciproco tra le diverse politiche.

Al Parlamento e alle Commissioni competenti

La diffusione e la gravità della povertà alimentare in Italia non possono più essere ignorate. Le istituzioni devono assumersi la responsabilità di una riflessione approfondita sulla natura del fenomeno, anche alla luce dell'aumento delle disuguaglianze, e di una valutazione critica delle risposte oggi messe in campo e della loro efficacia.

A tal fine, è fondamentale rafforzare la conoscenza istituzionale del fenomeno e delle diverse modalità di intervento. Sollecitiamo pertanto il Parlamento — in particolare la XII Commissione (Affari sociali) della Camera dei Deputati e la 10^a Commissione (Affari sociali, sanità, lavoro pubblico e privato, previdenza sociale) del Senato della Repubblica — a promuovere un'indagine conoscitiva sulla povertà alimentare in Italia, che consenta di fare piena luce sul problema, sulle sue caratteristiche, sulla sua diffusione e sulle risposte oggi esistenti, valutando al contempo l'adeguatezza delle

politiche pubbliche. L'indagine dovrebbe costituire la base per avviare iniziative mirate a migliorare l'efficacia e la coerenza delle politiche nazionali e locali di contrasto.

Agli Enti Locali

Negli ultimi anni, molte amministrazioni locali hanno dimostrato una crescente capacità di promuovere iniziative più efficaci di contrasto alla povertà alimentare, attraverso sistemi di governance inclusivi e collaborativi, approcci integrati e non limitati al solo aiuto materiale, e una maggiore capacità di indirizzo strategico.

Un ruolo significativo in questi risultati è stato svolto dalle politiche urbane del cibo che, laddove presenti, sostenute e partecipate in modo adeguato, si sono rivelate veri e propri laboratori di politiche pubbliche orientate alla sostenibilità e all'equità.

A tal fine, si sollecita la diffusione di tali esperienze, accompagnata da un impegno concreto delle amministrazioni nel contribuire positivamente alla trasformazione dei sistemi alimentari locali, dotandosi delle risorse e del personale necessari e aprendosi alla partecipazione di tutti i soggetti interessati.

Si invita inoltre a promuovere l'istituzione di Consigli del Cibo, sul modello del Comune di Roma, come organismi consultivi e/o deliberativi capaci di favorire il dialogo tra amministrazione, società civile e attori locali sui temi delle food policy, inclusi gli interventi di contrasto alla povertà alimentare.

Al Ministero dell'Istruzione e del Merito, al Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, Enti locali e terzo settore

Rafforzare le politiche di contrasto alla povertà alimentare in adolescenza attraverso un approccio integrato che connetta le dimensioni alimentare, educativa e sociale. Gli adolescenti, spesso esclusi o inglobati nei programmi per l'infanzia o per il nucleo familiare, devono essere riconosciuti come target specifico di intervento, con politiche e pratiche che tengano conto dei loro bisogni di autonomia, partecipazione e benessere psico-sociale.

La scuola deve essere riconosciuta come asse portante di questo sistema di risposta: non solo come luogo di distribuzione di pasti, ma come spazio educativo e relazionale in cui promuovere equità,

salute, cittadinanza e solidarietà. Le mense scolastiche, se accessibili, di qualità e integrate in percorsi di educazione alimentare e partecipazione, possono diventare uno strumento centrale di inclusione e benessere.

È necessario promuovere forme di cooperazione stabile tra istituzioni, scuole, terzo settore e comunità locali, capaci di sviluppare strategie continuative e non emergenziali. Occorre inoltre sostenere e valorizzare le esperienze di innovazione sociale che, partendo dal cibo, creino spazi di apprendimento, corresponsabilità e inclusione, restituendo ai ragazzi e alle ragazze la possibilità di scegliere, partecipare e costruire relazioni significative attraverso il cibo.

Alle realtà del terzo settore coinvolte negli interventi di aiuto alimentare

Assumere la multidimensionalità della povertà alimentare come punto di partenza degli interventi, andando oltre la sola risposta materiale e interrogandosi sul valore relazionale, educativo e sociale del cibo.

Investire nella formazione di volontari e operatori, per accrescere la comprensione del fenomeno e sviluppare competenze capaci di leggere e affrontare le diverse forme di vulnerabilità. Rafforzare il dialogo con gli attori del sistema di *welfare* territoriale per costruire insieme approcci più innovativi, integrati e continuativi.

È importante anche politicizzare il tema dell'aiuto alimentare, promuovendo azioni di *advocacy* verso amministrazioni locali, Governo e Parlamento, affinché le risposte alla povertà alimentare siano fondate sulla promozione dei diritti sociali e non solo sulla gestione dell'emergenza.

Infine, favorire spazi di confronto e coprogettazione partecipata con le persone in condizione di vulnerabilità, per costruire risposte condivise che ne valorizzino le capacità, le relazioni e l'autonomia.

CAPITOLO 1.

RIPENSARE LA POVERTÀ ALIMENTARE

Una analisi dell'evoluzione del concetto, dei suoi limiti e di approcci integrativi capaci di coglierne la multidimensionalità

Carlo Cafiero, Monica Palladino, Roberto Sensi¹

Introduzione

Che la si definisca povertà o insicurezza alimentare, è importante chiarire fin dall'inizio che il problema affrontato in questo rapporto va ben oltre la semplice mancanza materiale di cibo.

Dignità, relazioni sociali e salute mentale sono elementi fondamentali del rapporto che gli esseri umani hanno con il cibo ma che spesso non vengono considerati quando si tratta di produrre le statistiche ufficiali sulla povertà alimentare che si limitano a considerarne solo gli aspetti materiali, economici, e che quindi finiscono per presentare una visione molto limitata e parziale del problema.

Le pratiche alimentari sono invece, dovunque e da sempre, profondamente intrise di significato sociale, simbolico e culturale: cucinare per qualcuno, essere invitati a condividere un pasto, pranzare con i colleghi o festeggiare

un compleanno secondo le consuetudini del proprio contesto culturale, ad esempio, non possono essere letti semplicemente come comportamenti il cui fine sia quello di procurarsi e consumare cibo per la sopravvivenza, ma veri e propri atti di espressione culturale e identitaria attraverso cui si costruisce e si rafforza l'inclusione sociale.

In società come la nostra, anche se si riesce a mangiare abbastanza ogni giorno tanto da non patire la fame, non poter vivere pienamente tutte queste esperienze che passano attraverso il cibo genera esclusione, senso di vergogna e perdita di dignità. È in queste limitazioni e nelle conseguenze che ne derivano in termini di esclusione sociale e malessere psicologico, che va riconosciuta l'essenza del problema "povertà alimentare" per i paesi ad alto reddito.

Queste considerazioni rafforzano – laddove ce ne fosse ancora bisogno

¹ Le opinioni espresse in questo capitolo sono quelle degli autori e non riflettono necessariamente la visione o le politiche dell'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'Agricoltura e l'Alimentazione – FAO.

– la necessità di guardare alla povertà alimentare da una prospettiva multidimensionale, analizzandola in modo da non separare gli aspetti materiali (quali il rapporto tra reddito disponibile e prezzo del cibo, la quantità di cibo consumata e il suo valore nutrizionale) da quelli sociali, culturali e psicologici che ruotano attorno a tutte le pratiche associate all'esperienza alimentare. Come vedremo, i modi in cui la povertà alimentare si lega alle dimensioni sociale e psicologica del benessere umano sono tanti. Essi includono ad esempio l'impossibilità di costruire e coltivare relazioni sociali, l'allontanamento forzato da pratiche alimentari culturalmente significative, la perdita di piacere, sicurezza emotiva e autostima nel rapporto con il cibo.

Ripensare il concetto stesso di povertà alimentare è importante, proprio perché aspetti come quelli appena evidenziati non vengono di solito considerati esplicitamente, per esempio quando si tratta di quantificare il problema.

Come osservano Bartelmeß *et al.* (2022), le metriche ufficiali sulla povertà e sulla insicurezza alimentare tendono a considerare queste dimensioni come effetti della povertà monetaria, riducendole a una questione di scarsità materiale, trascurando la specificità delle componenti relazionali, culturali e simboliche di una deprivazione che, invece, non è solo materiale. Anche

se in indicatori come quelli costruiti di recente a partire dai dati raccolti nell'indagine europea sui redditi e le condizioni di vita (EU-SILC) (European Union, s.d.), si parla di deprivazione sociale, accanto a quella materiale, queste misurazioni "tendono a enfatizzare la mancanza di risorse materiali o finanziarie che contribuisce all'assenza di partecipazione sociale" invece che provare a misurare direttamente la gravità della situazione di esclusione sociale che ne deriva. (Chandola e Conibere, 2015) Il non poter "uscire con parenti/amici per un aperitivo/pranzo/cena almeno una volta al mese" (una delle sei deprivazioni personali incluse nel nuovo indice di deprivazione materiale e social dell'UE) è considerato rilevante solo se riconducibile a una "deprivazione forzata". In questo modo, si elude la possibilità di riconoscere la povertà alimentare sociale come una forma specifica di esclusione da pratiche di convivialità, appartenenza culturale e partecipazione alla vita sociale, con conseguenze negative sul benessere.

In questo capitolo proviamo a fare ulteriore luce sull'importanza delle dimensioni sociale e psicologica della povertà alimentare per offrire spunti di riflessione che possano essere utili a chi ha il compito di progettare, implementare o anche solo valutare le diverse forme di intervento che possono essere

messe in pratica per contrastare il fenomeno.

1.1. La dimensione sociale della povertà alimentare

Quella che è stata definita, ad esempio da Bartelmeß *et al.* (2022), “povertà alimentare sociale” (*social food poverty*) designa la condizione in cui la necessità di dover gestire oculatamente le risorse di cui si dispone per procurarsi cibo limita la capacità di esercitare pienamente la propria cittadinanza sociale nel costruire relazioni, assumere ruoli nella società, partecipare a riti collettivi o accedere a spazi pubblici e informali in cui il cibo funge da veicolo di riconoscimento e identità (Bartelmeß *et al.* 2022; O’Connell e Brannen 2021).

Anche le concettualizzazioni sociologiche della povertà – da Townsend a Sen – considerano le esperienze di deprivazione non solo in relazione ai beni materiali, ma rispetto all’impossibilità di condurre uno stile di vita considerato “normale” all’interno di un determinato contesto sociale (Townsend 1979; Sen 2001).

La deprivazione sociale, quindi, è una dimensione strutturale della povertà non semplicemente un suo effetto collaterale. In questo senso, la partecipazione – o l’impossibilità di partecipare – a pratiche alimentari condivise diventa un

criterio di classificazione sociale, che distingue chi “sta dentro” e chi “resta fuori” (Townsend 1979; Dowler *et al.* 2001).

In questo contesto teorico e metodologico, le abitudini e i modelli di comportamento legati al cibo rappresentano un ambito privilegiato per osservare l’esclusione sociale, come mostrano efficacemente studi qualitativi condotti in Italia (Bergamaschi e Musarò 2011; Musarò 2013), nel Regno Unito e in altri paesi europei, (O’Connell e Brannen 2021; Garthwaite 2016).

O’Connell e Brannen (2021), per esempio, documentano come molte famiglie rinuncino a momenti conviviali, come invitare amici a casa, perché non si sentono nelle condizioni di poter rispondere a quelle che, per convenzione sociale e culturale, sono aspettative implicite: offrire un pasto, una torta o anche solo un gelato. Non poterlo fare è una deprivazione grave, una fonte di disagio, con conseguenze anche psicologiche legate al senso di inadeguatezza che ne deriva. Particolarmente delicata è la questione della condivisione e della reciprocità: non poter offrire qualcosa, contribuire a un momento collettivo di condivisione, “fare la propria parte”, può innescare un senso di frustrazione e spingere all’isolamento. Il cibo, che normalmente rappresenterebbe uno strumento per facilitare la relazione

e lo scambio, diventa l'espressione simbolica della disuguaglianza.

Così, il senso di esclusione si radica non solo e non tanto nella effettiva mancanza di risorse materiale e/o di cibo, ma nella percezione di non essere membri a pieno titolo della società, per non essere in grado di rispettare le norme implicite che regolano la normale socialità legata al cibo (O'Connell e Brannen, 2021; ActionAid, 2022).

Queste dinamiche perverse si declinano in modi diversi a seconda della traiettoria della povertà. Quando essa è strutturale e di lunga durata, la rinuncia alle occasioni di vita sociale tende a trasformarsi in una norma interiorizzata, particolarmente negli/nelle adulti/e che tendono a adattarsi e a non considerarla nemmeno più una deprivazione (salvo però poi ritrovarsi a doverla affrontare per l'esigenza di salvaguardare il benessere dei/delle figli/e piccoli/e nel non farli sentire esclusi a scuola o con gli/le amici/che). Nelle situazioni di povertà improvvisa, recente, dovuta a crisi inattese, si genera una pressione forte a preservare una parvenza di normalità. In questi contesti, le famiglie che si trovano oggettivamente in situazioni di scarsità di risorse finanziarie e monetarie attivano risorse simboliche e pratiche creative, come la preparazione di dolci fatti in casa, feste in casa, invenzione di rituali non costosi per mantenere

comunque forme di partecipazione sociale.

In definitiva, possiamo certamente sostenere che nei paesi ad alto reddito, la povertà alimentare non si traduce quasi mai in una condizione di fame, ma si rende manifesta, per chi vuole vederla, soprattutto attraverso le forme di esclusione sociale e perdita di autostima.

1.2. La dimensione psicologica della povertà alimentare

Un ulteriore aspetto che merita attenzione è che accanto alle conseguenze materiali (mangiare poco, o male, dover rinunciare ad altre spese, ecc.) e sociali (non poter coltivare amicizie, rinunciare ad eventi, ecc.), vivere una condizione di povertà alimentare può avere conseguenze profonde anche sul piano non materiale, cioè psicologico ed emotivo.

Non è un caso, che una delle evidenze più solide che emerge dalla letteratura recente è la forte associazione che esiste tra insicurezza alimentare e disagio o malessere psicologico (Jones 2017; Frongillo *et al.* 2019; Myers 2020; Elgar *et al.* 2021). I tentativi di spiegare quest'evidenza sono vari, sottolineando anche come il nesso di causa-effetto possa operare in entrambe le direzioni (Bruening *et al.* 2017). Da un lato, la costante preoccupazione di non avere

abbastanza cibo può rappresentare una significativa fonte di stress cronico e di ansia. A questa si aggiungono la vergogna e lo stigma sociale: l'incapacità di provvedere a sé stessi e alla propria famiglia, insieme alla necessità di ricorrere ad aiuti esterni, possono generare sentimenti di isolamento e mortificazione. D'altro lato c'è anche chi suggerisce che, dal punto di vista biologico, una dieta di scarsa qualità possa influire negativamente sulla salute del cervello e, quindi, sul benessere emotivo. Il circolo vizioso si chiude con conseguenze che si riflettono anche sul piano funzionale: depressione e ansia, generate dall'insicurezza alimentare, possono compromettere la capacità di mantenere un'occupazione stabile, aggravando ulteriormente la vulnerabilità economica e l'insicurezza alimentare stessa.

Ma anche nei casi meno estremi, l'insicurezza alimentare può generare un forte stress emotivo, alimentato dall'incertezza e dal senso di impotenza nel garantire un'alimentazione dignitosa. Le persone colpite sperimentano spesso ansia, depressione, insoddisfazione per la propria condizione e un senso generale di precarietà, che compromette la qualità della vita e la capacità di affrontare con serenità la quotidianità (Myers, 2020).

Il malessere psicologico associato all'insicurezza alimentare si

accompagna spesso anche a disturbi del sonno, come il sonno insufficiente, che risultano più frequenti per chi vive in condizione di insicurezza alimentare rispetto a chi dispone di un accesso in condizioni sicure al cibo (Myers, 2020). Ciò evidenzia come la deprivazione alimentare possa incidere negativamente su molteplici aspetti della salute mentale e fisica. In adolescenza, tali effetti risultano particolarmente rilevanti e di impatto sul benessere psicologico, contribuendo a livelli più elevati di ansia, umore depresso e senso di isolamento, soprattutto tra le ragazze e tra chi ha vissuto condizioni di insicurezza alimentare sin dall'infanzia (Myers, 2020; ActionAid, 2022).

Un aspetto che merita attenzione è come l'impatto psicologico della povertà alimentare possa essere la conseguenza del modo in cui il problema viene affrontato, più che della povertà alimentare in sé. Nella sua critica all'"industria dei banchi alimentari" (*corporate food banking*) — una visione per cui il cibo in eccesso prodotto dall'industria alimentare distribuito a chi ne ha bisogno rappresenti la soluzione principale ai problemi di povertà alimentare nei paesi ricchi— Riches (2018) sostiene con forza come le *food banks* creino stigma e colpiscano la dignità delle persone che vi si rivolgono, che vengono messe nella condizione di elemosinare cibo invece di

riconoscere loro il diritto al cibo come un diritto fondamentale². Le critiche di Riches trovano riscontri empirici nelle ricerche di Van Der Horst *et al.* (2014), Garthwaite (2016), e Rombach *et al.* (2018) che offrono spunti ulteriori sulle ramificazioni sociali che la povertà alimentare può avere. I primi trovano che la vergogna è l'emozione più comune tra quelle riportate da un campione di persone intervistate tra beneficiari di *food banks* in Olanda. In quel contesto, si prova vergogna rispetto a tutti e tre gli aspetti dell'esperienza di ricevere aiuti alimentari indagati nello studio: il contenuto del pacco, l'interazione con i volontari e, infine, la consapevolezza della propria posizione nella scala sociale. Analogamente, lo studio etnografico condotto nell'arco di due anni da Garthwaite in Inghilterra esplora le esperienze delle persone che dipendono dalle *food banks*, offrendo una descrizione dettagliata di cosa significhi per loro aver bisogno di aiuto alimentare, del processo a cui devono sottostare, e di quello che ricevono nei pacchi. Lo studio mette in evidenza efficacemente le sfide che deve affrontare chi si trova in una condizione di bisogno, avendo come unica risposta quella di dover ricorrere a una *food bank*. Le sfide sono pesanti, tanto dal punto di vista pratico che da quello

emozionale, con la conseguenza di alimentare esclusione sociale e riduzione dell'autostima in chi vi è costretto.

1.3. L'intricato legame tra le due dimensioni per chi è più vulnerabile

L'impatto emotivo e le conseguenze psicologiche dell'insicurezza alimentare sono più accentuati per chi appartiene a gruppi sociali che sono già esposti a condizioni di vulnerabilità strutturale: donne, minori, famiglie con basso reddito, popolazioni migranti, persone con bassa scolarità, anziani. In tutti questi casi, l'impatto della povertà alimentare sul benessere mentale è amplificato dalla sovrapposizione di diversi svantaggi sociali ed economici (Myers 2020).

Guardare alle esperienze specifiche di adolescenti, donne, e persone anziane permette di evidenziare chiaramente come le dimensioni sociale e psicologica siano interconnesse e quanto le conseguenze negative possano alimentarsi a vicenda.

1.3.1. Adolescenti

Un aspetto molto importante che ha contribuito a motivare la nostra ricerca è che anche bambini/e e adolescenti sono partecipi

² Per un ulteriore approfondimento del ruolo dei banchi alimentari e del sistema di aiuti nel contrasto alla povertà alimentare si veda il capitolo 5.

involontari e “vittime” delle dinamiche familiari che derivano dalla povertà alimentare. Ragazze e ragazzi colgono l'imbarazzo di non poter partecipare a una festa, portare uno spuntino da condividere a scuola, reciprocare un invito a casa o condividere un pasto.

Anche per loro la povertà alimentare ha una dimensione sociale: il cibo è anche strumento di socializzazione e quindi essi vivono in prima persona le conseguenze dell'insicurezza alimentare, spesso senza esplicitarle. L'isolamento, il silenzio, la chiusura in sé stessi che ne deriva può avere conseguenze che, se non riconosciute e affrontate, possono aggravarsi nel tempo.

Per non gravare sulla famiglia, molti tendono a rivedere le proprie priorità, evitando di fare richieste di cibo particolare o di altro, frustrando i propri desideri e adattandosi in silenzio. Alcuni esprimono preoccupazione per i genitori, provano imbarazzo per la scarsità di cibo o senso di colpa per la situazione. Per affrontare il disagio, sviluppano strategie emotive come distrarsi, immaginare scenari alternativi, o farsi forza per “reggere” il momento (O'Connell e Brannen 2021; ActionAid 2022; Palladino *et al.* 2024).

Queste situazioni inducono un forte consapevolezza e portano i ragazzi e le ragazze, anche molto giovani, ad una adultizzazione precoce e ad

assumere ruoli di sostegno anche pratico all'interno del nucleo familiare, per mantenere l'equilibrio domestico ma spesso sacrificando, per questo, la propria serenità (Fram *et al.* 2011; Velardo *et al.* 2021; Palladino *et al.* 2024).

1.3.2. Donne

La particolare vulnerabilità delle donne alle conseguenze della povertà alimentare è un argomento molto studiato (Maynard *et al.* 2018).

Le donne, in particolare le madri, agiscono come “ammortizzatori” nei nuclei familiari poveri, sacrificando il proprio apporto nutrizionale per i figli (“sacrificio materno”), situazioni aggravate quando ci si trova anche nella condizione di essere l'unico genitore (Bell *et al.* 2022; Strickland 2024). Il controllo delle risorse economiche all'interno delle famiglie tende spesso a essere finalizzato alla soddisfazione dei bisogni degli/delle altri/e componenti, in particolare dei/delle figli/e e dei partner, anche a scapito delle esigenze personali di chi gestisce quotidianamente il bilancio familiare. In molte situazioni di scarsità, sono le madri a farsi carico di proteggere gli altri membri del nucleo familiare, rinunciando a beni essenziali, al cibo o a spese personali (ActionAid 2021). Questo comportamento, lungi dall'essere imposto dall'esterno, è spesso profondamente interiorizzato e percepito come parte del proprio

ruolo: prendersi cura degli altri diventa una priorità che annulla o mette in secondo piano i propri bisogni. Anche quando entrambi i genitori si impegnano a proteggere i figli dalle conseguenze della povertà, sono più frequentemente le donne ad assumersi il peso delle rinunce quotidiane, limitando i consumi propri e del partner per garantire ai bambini una relativa stabilità (O'Connell e Brannen 2021).

Sono tutte esperienze e condizioni che riflettono le disuguaglianze di genere e il carico di lavoro di cura, fattori che a loro volta incidono in modo significativo sull'intensità dell'insicurezza alimentare e sul benessere psicologico, contribuendo a tassi più elevati di depressione, ansia e stress, con conseguenze spesso anche per i loro figli, come evidenziato per esempio da McCurdy *et al.* (2010), che trovano evidenza del fatto che la depressione materna è un mediatore chiave tra l'insicurezza alimentare familiare e gli esiti negativi per i/le bambini/e.

Le madri single, poi, affrontano maggiori difficoltà finanziarie e

minore accesso al supporto sociale, un aspetto messo in luce anche dallo studio qualitativo di Ueda (2023), che analizza le deprivazioni di capacità vissute da madri single in condizione di vulnerabilità socioeconomica. Lo studio mostra come la rinuncia regolare ai pasti da parte delle madri intervistate non sia dovuta unicamente alla mancanza di denaro, ma a una combinazione di fattori legati al sovraccarico di lavoro di cura, alla fatica emotiva, alla mancanza di tempo e all'isolamento, tutti aspetti connessi a norme e ruoli di genere che incidono sul benessere psicologico e di conseguenza sull'alimentazione (Ueda 2023)³.

1.3.3. Anziani

L'esperienza della povertà alimentare nella popolazione anziana, nei paesi ad alto reddito, è il risultato di un intreccio di rischi concreti, sociali ed emotivi che si accumulano nel tempo e si manifestano nella vita quotidiana in forme spesso invisibili. Come evidenziano Dickinson, *et al.*, (2020), queste difficoltà non si presentano isolatamente, ma tendono a sovrapporsi e

³ Un concetto chiave per comprendere le disuguaglianze di genere nella gestione della povertà alimentare è quello di *foodwork* (Swan 2020), così come definito dalla letteratura femminista. Il termine fa riferimento all'insieme del lavoro fisico, cognitivo, relazionale e istituzionale che riguarda il nutrire individui, famiglie e gruppi: pianificazione, acquisto, preparazione, pulizia, ma anche gestione della salute, del benessere emotivo e dei codici culturali legati al cibo (Sobal 2017; DeVault 1991; Meah 2014). Questo lavoro, spesso invisibile e svalorizzato, è storicamente affidato alle donne, e in particolare alle madri, ed è stato intensificato durante la pandemia, soprattutto nelle famiglie a basso reddito (Swan 2020).

intensificarsi, mettendo a dura prova la capacità degli anziani di reagire e adattarsi. Gli anziani, spesso soli o con difficoltà motorie, sperimentano anch'essi una forma di povertà alimentare legata all'isolamento, che può sfociare in depressione

Tra le persone anziane che versano in condizioni economiche precarie l'insicurezza alimentare è fortemente correlata a sintomi depressivi, riduzione dell'autonomia e peggioramento dello stato nutrizionale. Anche nei contesti in cui l'accesso al cibo sembra garantito, la mancanza di varietà e qualità alimentare può incidere negativamente sulla salute psichica (Myers, 2020).

Alla vulnerabilità materiale si aggiunge infatti quella relazionale. Molti anziani che frequentano i centri di assistenza, ad esempio, lo fanno per rispondere non solo a bisogni alimentari, ma anche per trovare un conforto e contrastare la solitudine (Gaitán-Rossi *et al.* 2021; Company-Morales *et al.* 2024).

Una parte significativa della popolazione anziana, tuttavia, rimane invisibile, confinata nelle proprie case, dove l'isolamento rappresenta il principale ostacolo a una dieta adeguata. La mancanza di compagnia nei pasti, la perdita di motivazione nel cucinare solo per sé, o l'assenza di relazioni significative che stimolino la cura alimentare, producono una

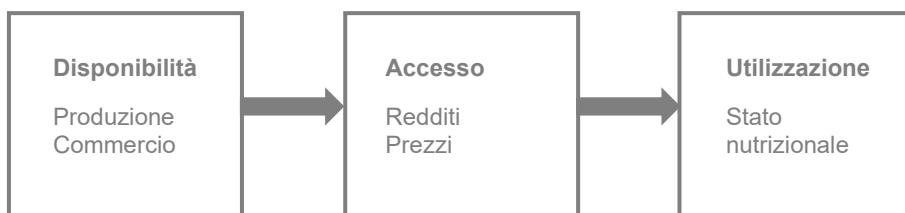
condizione di disaffezione e trascuratezza nutrizionale. In questo contesto, il cibo non è più strumento di cura o piacere, ma un'attività svuotata di significato.

1.4. Verso un nuovo modello di comprensione del fenomeno della povertà alimentare

Più ci si addentra nel campo della ricerca/azione sul problema che viene qui indicato come povertà alimentare, più ci si rende conto che gli schemi concettuali e i quadri teorici a cui si fa più spesso riferimento risultano essere – purtroppo – ampiamente inadeguati per una effettiva comprensione ed una efficace azione di contrasto a un fenomeno che diventa sempre più visibile anche in Italia (ActionAid 2021; 2022; 2023; 2024; 2025).

Nell'inquadrare il problema, la stragrande maggioranza dei contributi di ricerca e analisi parte ancora oggi dalla definizione di sicurezza alimentare proposta nel 1996 dal World Food Summit di Roma come della condizione che esiste quando “ogni persona, in ogni momento, ha accesso fisico ed economico a cibo sufficiente, sano e nutriente che risponde alle esigenze nutrizionali e alle preferenze alimentari per una vita attiva e sana” e entro la quale vengono riconosciute le quattro dimensioni di

FIGURA 1.1 Il (vecchio) modello lineare dei tre pilastri su cui si basa la sicurezza alimentare



Fonte: nostra elaborazione

disponibilità, accesso, utilizzazione e stabilità⁴.

Concettualmente, tale interpretazione suggerisce una visione lineare del problema, con una struttura gerarchica per la quale la disponibilità di alimenti è condizione necessaria, ma non sufficiente, affinché le persone possano avere accesso ad essi, e quest'ultimo a sua volta una condizione necessaria, ma non sufficiente, a che il cibo possa essere utilizzato adeguatamente (Figura 1.1).

La definizione del 1996 affonda le sue radici nella visione produttivista che per lungo tempo ha accompagnato le politiche sulla sicurezza alimentare, focalizzandosi su disponibilità e distribuzione del cibo. Quando, già all'uscita dalla Seconda Guerra Mondiale, ma soprattutto dopo la crisi petrolifera dei primi anni '70, garantire la

sicurezza alimentare è diventato uno degli obiettivi espliciti delle politiche di sviluppo, gli indicatori usati erano solo quelli sulla quantità media di cibo disponibile, misurata in termini di calorie. Dal 1974, grazie a Sukhatme (1961), si sono iniziate a considerare anche le disuguaglianze nell'accesso al cibo disponibile, ma sempre restando centrati sulla disponibilità e accesso a cibo necessario a garantire un apporto calorico sufficiente. Anche se nel 1996, e poi nel 1999, si è compiuto un ulteriore passo avanti nel riconoscere oltre all'apporto calorico altre dimensioni nella qualità della dieta, in pratica l'approccio basato su produzione e distribuzione ha continuato a dominare le discussioni politiche, tanto che in anni recenti si è continuato a usare la prevalenza di sottoalimentazione per monitorare gli obiettivi del World Food Summit, degli Obiettivi di Sviluppo del Millennio (MDG) e lo stesso vale

⁴ Vedi ad esempio:

https://www.fao.org/fileadmin/templates/faoitally/documents/pdf/pdf_Food_Security_Concept_Note.pdf

ancora oggi per quanto riguarda gli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile (SDG).

Ancora oggi, la sicurezza alimentare è spesso intesa come la capacità di produrre cibo a sufficienza, assicurarne la disponibilità a prezzi accessibili e garantirne un consumo adeguato. Questo schema è stato strumentale, di volta in volta, a porre l'accento su (reali o presunti) problemi di disponibilità di cibo e a suggerire soluzioni che prevedessero aumento delle produzioni agricole e riduzione agli ostacoli al commercio internazionale, o a richiamare un'attenzione forse talvolta fuorviante sui prezzi alimentari in generale, concentrandosi sui prezzi delle *commodities* scambiate sul mercato internazionale invece che, ad esempio, sulle dinamiche locali di prodotti alimentari fondamentali per una buona nutrizione, come frutta e verdura freschi. Analogamente, guardare agli effetti della insicurezza alimentare solo in termini di stato nutrizionale ha sicuramente contribuito a dare visibilità a fenomeni come lo *stunting* (ritardo di crescita) dei bambini fino a cinque anni di età, o a quella che viene spesso presentata come un'epidemia globale di sovrappeso e obesità (tanto di bambini quanto degli adulti), ma, forse, ha contribuito anche alle difficoltà di comprendere meglio la complessità del problema e trovare soluzioni efficaci.

I tentativi di andare oltre una concettualizzazione della sicurezza alimentare che appare oggettivamente ormai datata, sono quindi benvenuti e vanno sostenuti. Già negli anni '80 era emersa una nozione di *food insecurity* che ampliava il discorso, in cui si riconosceva esplicitamente il fatto che, per poter parlare di sicurezza alimentare, non era sufficiente che le persone avessero accesso a cibo sufficiente a coprire i fabbisogni nutritivi, ma tale accesso doveva avvenire "in modi socialmente accettabili" (Anderson 1990). Le ricerche di Radimer *et al.* (1992) hanno proseguito lungo quella direzione, individuando nell'esperienza di insicurezza alimentare, quattro dimensioni: quantitativa, qualitativa, psicologica e sociale, ed è su questa base che il termine "povertà alimentare" (*food poverty*) è stato poi adottato nel Regno Unito per descrivere situazioni che includono esclusione sociale, perdita di dignità e disagio emotivo. Nel definire *food poverty*, infatti, Dowler *et al.* (2001) fanno ampio riferimento alla definizione che Radimer *et al.* (1992) avevano dato di *hunger*, e che, come detto, aveva già evidenziato l'importanza degli aspetti qualitativi, psicologici e sociali dell'insicurezza alimentare. Se negli Stati Uniti l'attenzione verso questi aspetti è andata attenuandosi nelle metriche ufficiali, nel Regno Unito la dimensione sociale ed esperienziale è stata invece mantenuta al centro del

dibattito, diventando un tratto distintivo dell'analisi della povertà alimentare.

A partire dai primi anni '90 le strade lungo cui il dibattito sulla sicurezza alimentare è proseguito, si sono separate abbastanza nettamente. Da un lato, soprattutto nell'ambito delle politiche per lo sviluppo internazionale, si è continuato a parlare del problema alimentare in termini delle sue conseguenze sul piano nutrizionale, risultato della combinazione di scarsità e distribuzione insufficiente delle risorse da destinare all'accesso al cibo. Si è fatto ampio uso della definizione di sicurezza alimentare proposta dal World Food Summit del 1996, e l'attenzione è stata posta sui problemi estremi della fame la cui eradicazione resta uno degli obiettivi più importanti – e più tristemente ancora non raggiunti – inclusi nelle agende internazionali per lo sviluppo.

Dall'altro, soprattutto negli Stati Uniti e nel Regno Unito, dove chiaramente il problema non si poteva più attribuire alla scarsità di cibo, si sono cominciate ad affrontare questioni legate a problemi di rappresentatività ed *empowerment* dei diversi gruppi sociali, facendo ampi riferimenti al *Capability Approach* (CA) con cui, a partire dagli anni '80, l'economista indiano Amartya Sen aveva proposto di affrontare il problema dello sviluppo, e secondo cui il benessere si misura non solo in

termini economici, ma attraverso ciò che le persone sono in grado di fare e scegliere (Sen 1983; Drèze e Sen 1991). Il CA ha costituito effettivamente una chiave di lettura utile per ripensare in modo più ampio e profondo la nozione di sicurezza alimentare. Nella maggior parte dei casi, le politiche e la letteratura hanno definito la sicurezza alimentare in termini negativi, come mera assenza di insicurezza o di deprivazione materiale di cibo. Tuttavia, come abbiamo cercato di evidenziare finora, raggiungere e superare una soglia minima di consumo di cibo, sufficiente a sostenere la vita biologica, non equivale automaticamente a vivere un'esperienza alimentare piena e soddisfacente. Benessere alimentare dovrebbe significare piuttosto poter disporre di effettive libertà nello scegliere, procurarsi, utilizzare e attribuire significato al cibo in base ai propri valori e preferenze (Burchi e De Muro 2016; ActionAid 2023).

Negli ultimi anni, Ueda ha offerto un contributo innovativo all'applicazione del CA allo studio della povertà alimentare nei paesi ad alto reddito. La sua analisi parte dall'idea che il benessere alimentare non coincida soltanto con un apporto nutrizionale adeguato, ma con la possibilità di realizzare funzionamenti significativi legati al cibo: mangiare con regolarità, condividere i pasti,

scegliere cosa cucinare, vivere l'alimentazione come esperienza di piacere e dignità (Ueda 2022; 2024). In questa prospettiva, la povertà alimentare è definita come privazione della libertà di vivere tali funzionamenti, limitata da vincoli economici, sociali, di tempo o di genere.

Oggi, finalmente, le due strade sembrano ricongiungersi. Gli estensori del quindicesimo rapporto dello *High Level Panel of Experts* del Comitato Internazionale sulla Sicurezza Alimentare delle Nazioni Unite (HLPE-CFS) hanno proposto, ad esempio, di allargare a sei le dimensioni da riconoscere all'interno della definizione di food security del *World Food Summit* aggiungendo alla prospettiva da cui guardare al problema le due dimensioni di sostenibilità e *agency* (HLPE 2020; Clapp *et al.* 2021). A noi interessa in particolare la seconda di queste nuove dimensioni, la cui aggiunta è stata dettata dalla considerazione che *“la mancanza di progresso nell'affrontare l'insicurezza alimentare fosse in parte il risultato di inquadramenti politici che ponevano troppa poca attenzione al rafforzare l'agency, ossia la voce, di coloro i quali sono maggiormente colpiti dall'insicurezza alimentare”* (Clapp *et al.* 2025). Noi riteniamo, infatti, che le esperienze individuali e quotidiane legate al consumo di cibo, pur nella loro specificità – legata al contesto demografico,

sociale, culturale e politico in cui le persone operano le loro scelte alimentari – siano cruciali per comprendere come e perché tali scelte vengono effettuate, e quindi per informare e indirizzare meglio le scelte politiche volte a risolvere il problema.

D'altra parte, come efficacemente posto da Block *et al.* (2011) nell'introdurre il concetto di *Food Well-Being* (o benessere alimentare), *“quando le persone si siedono a tavola per un pasto, stanno cercando nutrimento non solo fisico, ma anche psicologico ed emozionale – comfort, piacere, affetti e [senso di] comunità”*. Diventa così evidente, quindi, che se non si presta sufficiente attenzione agli aspetti psicologici ed emozionali legati alla fruizione del cibo, resteranno sempre difficili da spiegare tanto le scelte di consumo alimentare osservate quanto le implicazioni che ogni limite posto alla libertà di compiere tali scelte può avere in termini di benessere umano (ActionAid 2023).

Per comprendere appieno la portata delle conseguenze di limitazioni alla libertà di scelta in termini di riduzione del benessere umano, ci viene in aiuto la teoria dello sviluppo psichico elaborata dallo psichiatra Massimo Fagioli nell'arco della sua più che quarantennale attività di ricerca sulla salute mentale (Fagioli 1972; 1974a; 1974b; 1980). Alla luce della teoria di Fagioli, non è tanto o solo quella dei bisogni

materiali, ma è la soddisfazione delle esigenze nel rapporto interumano che rende una vita umanamente gratificante. È chiaro quindi che avere cibo in quantità e qualità adeguate a coprire i fabbisogni nutrizionali, può essere sufficiente a sostenere la sopravvivenza, ma certamente non basta per poter parlare di benessere umano (cf. anche la discussione presentata nel §2.2.1).

Se manca la possibilità di vivere pienamente il consumo di cibo come esperienza positiva e dignitosa, in rapporto con gli altri, si subiscono conseguenze che non possono essere trascurate da chiunque si ponga l'obiettivo di promuovere lo sviluppo umano. Il cibo non è solo nutrimento, ma anche identità, dignità e relazione. Mangiare con dignità, secondo le proprie preferenze e valori, è parte integrante della qualità della vita. È in questo senso, allora, che per noi una sicurezza alimentare piena, che ponga al centro della questione il benessere individuale e non la semplice sopravvivenza, andrebbe ripensata come la condizione che esisterà solo quando ogni persona, in ogni momento, sarà libera di scegliere cosa, quanto, quando, come e con chi mangiare, in maniera da appagare non solo i fabbisogni fisiologici legati alla nutrizione, ma anche tutte quelle esigenze la cui soddisfazione passa per i rapporti sociali mediati dal cibo che, da sempre nella storia

dell'umanità, sono uno dei mezzi con cui gli esseri umani realizzano le possibilità di esprimere la propria individualità.

Abbiamo così sufficienti elementi per giustificare la proposta di ridefinire la povertà alimentare come la condizione "esperienziale" causata dalla presenza di qualsiasi limitazione alla libertà delle scelte di consumo alimentare, e che si può manifestare con conseguenze negative tanto sul piano nutrizionale che su quello psicologico, emozionale e dei rapporti sociali. All'interno di un concetto pieno di povertà alimentare, quindi, devono essere incluse non solo le conseguenze negative dovute a una nutrizione fisiologicamente inadeguata ma anche quelle che si riferiscono agli aspetti emotivi e relazionali, così come, tra le cause, vanno considerate anche aspetti non economici, legati al tempo, alle norme sociali e alla cultura prevalente, alla presenza e al tipo di reti familiari sociali, tutti aspetti che condizionano le pratiche quotidiane di consumo alimentare e che, quindi, possono influenzare profondamente la possibilità di godere appieno del benessere alimentare. (Figura 1.2)

Nella misura in cui le scelte alimentari sono condizionate da fattori come reddito, tempo, relazioni sociali, cultura, ecc., la libertà di scelta viene limitata quando anche uno solo di questi elementi viene meno, e si

sperimenta una forma di povertà che è allo stesso tempo materiale, psicologica e sociale. In altri termini, ciò che conta per il benessere, alla fine, non è tanto cosa, quanto e come si mangi, ma è la capacità effettiva di compiere liberamente le proprie scelte alimentari. In questo senso, il nuovo schema concettuale si rifà esplicitamente al già richiamato *Capability Approach* di Sen il cui valore risiede nella capacità di rendere visibili queste forme di deprivazione spesso ignorate dalle metriche convenzionali, analizzando i “fattori di conversione” che influenzano il rapporto tra risorse disponibili e benessere alimentare (Ueda 2022b; Robeyns 2005). Così, il concetto di *food security* si amplia verso una dimensione positiva, attenta alla qualità della vita quotidiana e alle libertà reali delle persone. Ne deriva una chiave di lettura utile anche per valutare le politiche: un pacco alimentare può soddisfare un bisogno immediato, ma non necessariamente rafforzare l'autonomia o il riconoscimento sociale. Il CA, invece, invita a spostare l'attenzione dal “quanto cibo” viene distribuito a “come” le persone possono realmente vivere bene con il cibo, offrendo così una prospettiva più equa e trasformativa per contrastare la povertà alimentare.

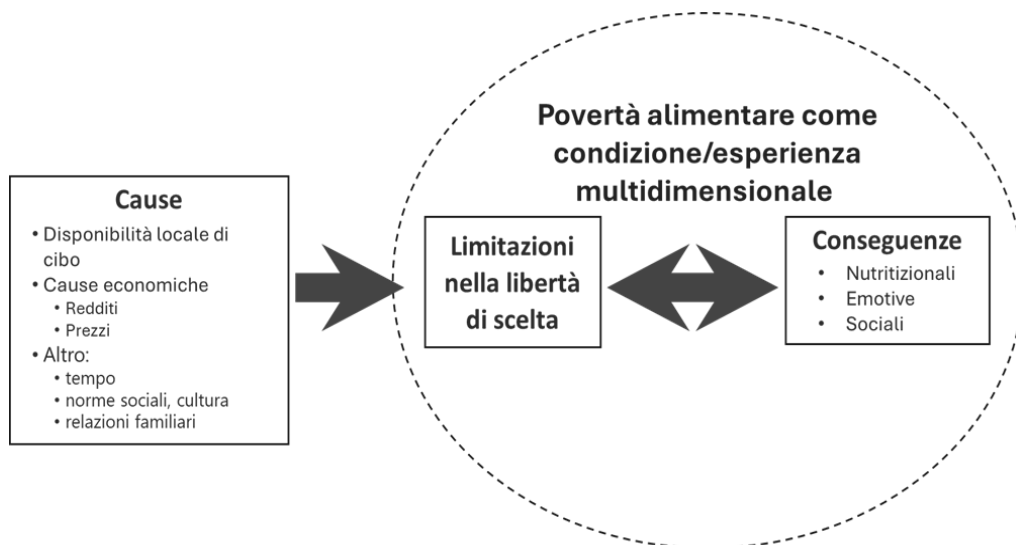
Il riferimento alla ricerca di Fagioli, invece, permette di riconoscere che le persone per le quali tale capacità

di scelta è limitata, subiscono conseguenze negative in termini di benessere che non sono solo di natura fisica o nutrizionale ma anche psicologica, emotiva e sociale.

1.4.1. Il nuovo quadro concettuale dalla prospettiva della misurazione

L'introduzione dello schema concettuale rappresentato nella Figura 1.2 ha anche delle implicazioni interessanti, ma largamente ancora inesplorate, rispetto all'efficacia che gli strumenti di misura della povertà alimentare oggi prevalenti hanno nel portare alla luce la effettiva entità del fenomeno e, indirettamente, nell'indirizzare le risposte (ActionAid 2024; 2025). Alla luce di quanto proponiamo, è chiaro che non basta misurare quanto cibo c'è in un paese, quanto esso costi, o anche provare ad osservare cosa e quanto mangino le persone, oppure contare quanti pasti gratis vengano distribuiti dalle organizzazioni caritatevoli per avere un'idea corretta della portata del problema “povertà alimentare” visto nella sua interezza e rilevanza, soprattutto in paesi ad alto reddito come l'Italia. Anche con un piatto pieno, o con un reddito superiore a quello usato per definire la soglia di povertà, si può essere in una condizione di povertà alimentare se manca la possibilità di scegliere come mangiare e vivere il

FIGURA 1.2 **Povert  alimentare come esperienza multidimensionale**



Fonte: nostra elaborazione

cibo come esperienza positiva. Pi  che il reddito, i prezzi alimentari, i consumi calorici o anche, pi  in generale, la qualit  della dieta, ci  che bisognerebbe misurare   la gravit  della condizione rappresentata all'interno dell'area tratteggiata nella Figura 1.2, che risulta dalla combinazione dei vincoli che impediscono di operare una scelta libera, e dalle sue conseguenze.

Riconoscere che l'esperienza di povert  alimentare coinvolge aspetti diversi ha portato spesso gli analisti a proporre l'uso di un insieme di indicatori, scelti in modo da cogliere le varie dimensioni del problema e talvolta riducendoli a uno o pi  indici compositi, ed oggi esistono numerosi (anche troppi) esempi di piattaforme di monitoraggio, *dashboards*, indici compositi, ecc.⁵ Differenze esistono nella scelta delle dimensioni da includere,

⁵ Esempi di tali iniziative sono, per citarne alcuni:

- la suite di indicatori pubblicata dalla FAO su FAOSTAT (<https://www.fao.org/faostat/en/#data/FS>),
- il *Global Food and Nutrition Security Dashboard* (<https://www.gafs.info/home/>),
- il *Global Food Security Index* (<https://impact.economist.com/sustainability/project/food-security-index/>)
- il sistema di monitoraggio IPC (<https://www.ipcinfo.org/>)
- il *Global Hunger Index* (<https://www.globalhungerindex.org/>)
- la *Hunger Map Live* pubblicata dal World Food Program (<https://hungermap.wfp.org/>)

dell'indicatore da usare per ognuna delle dimensioni scelte e nel modo di combinare i valori dei diversi indicatori in un'unica misura, ma tutti questi sforzi non vanno nella direzione giusta di provare ad ottenere una misura diretta, a livello individuale, della povertà alimentare concettualizzata come condizione esperienziale.

Un passo significativo nella giusta direzione è stato mosso grazie al lavoro già citato di Kathy Radimer, che ha portato allo sviluppo di quelle che vengono oggi generalmente indicate come *experience-based food security measurement scales*. In quella che resta una svolta rivoluzionaria nella pratica della misurazione per le scienze sociali, si riconosce esplicitamente che l'oggetto di misura non è un attributo materiale (come possono essere il peso, l'altezza, o anche il reddito di una persona), ma piuttosto un *costrutto latente*, un concetto creato per rappresentare un fenomeno sociale osservabile e valutabile solo attraverso le sue manifestazioni. L'uso dell'apparato analitico derivato dal modello di Rasch (1980), sviluppato in ambito pedagogico e perfezionato nella

pratica psicometrica, ha permesso di ottenere misure di costrutti sociali latenti che posseggono le stesse proprietà delle misure di grandezze fisiche, rispondendo alla critica avanzata, tempo fa, da Benjamin Wright rispetto all'uso superficiale di indici compositi⁶.

1.4.2. Capacità, scelte, dignità: verso il benessere alimentare

Le considerazioni presentate in questo capitolo suggeriscono di definire la povertà alimentare come la condizione determinata da ogni limitazione alla possibilità di vivere pienamente il rapporto con il cibo, non solo e non tanto per ottenere un'alimentazione adeguata a sostenere la vita biologica, ma anche e soprattutto perché esso sia lo strumento con cui soddisfare le esigenze di realizzazione personale e relazione con gli altri che passano attraverso il cibo.

Povertà alimentare non coincide con la sola scarsità di risorse: essa tiene insieme la dimensione materiale e nutrizionale (qualità, equilibrio, regolarità dei pasti) e quella sociale/esperienziale (autonomia nelle scelte, possibilità

⁶ Il riferimento è al contributo di Wright (1990), il cui commento merita di essere riportato integralmente: "Finché i conteggi primitivi e i punteggi grezzi vengono regolarmente scambiati per vere e proprie misure dai nostri colleghi della ricerca sociale, educativa e sanitaria, non c'è alcuna speranza che le loro attività professionali possano evolversi in una scienza affidabile o utile. Dobbiamo a loro, e a noi stessi, insegnare come costruire misure che funzionino bene quanto le onnipresenti misure fisiche con cui gestiamo la vita quotidiana, così che possano svolgere meglio il loro lavoro nel dare senso alla grande quantità di dati che raccolgono con tanto entusiasmo".

di cucinare e mangiare in modo dignitoso, convivialità). Si determina ogni volta che vincoli economici, di tempo, organizzativi o ambientali restringono tali opportunità, con ricadute negative sia in termini di stato nutrizionale che, soprattutto, sul benessere psicologico e relazionale.

Ne consegue che la sicurezza alimentare, vista con riferimento alle persone, va intesa come garanzia di godere del benessere alimentare: non basta disporre stabilmente di quantità di cibo sufficiente ma coincide con la capacità di mantenere nel tempo un'alimentazione adeguata, dignitosa e autodeterminata. Questa richiede condizioni abilitanti: istruzione e salute, tempo e ambienti favorevoli, adeguatezza culturale e sociale del cibo, competenze pratiche e, soprattutto, *agency*—la possibilità effettiva di scegliere e mettere in atto pratiche alimentari di valore. La povertà alimentare è proprio la compressione di queste capacità e opportunità, con effetti che vanno oltre il semplice apporto calorico.

In questa prospettiva, la povertà alimentare emerge come una forma concreta di esclusione multidimensionale: combina la mancanza di risorse (che limita l'accesso a cibi freschi, variati o culturalmente appropriati) con disuguaglianze strutturali che distribuiscono in modo ineguale opportunità e capacità. Tra queste,

percorsi educativi che restringono le competenze alimentari, lavori precari e mal retribuiti che generano *time poverty*, ambienti urbani poveri di offerta adeguata, squilibri di genere che concentrano il carico di cura sulle donne, barriere legate allo status migratorio e divari territoriali. Questi fattori non solo aumentano il rischio di povertà alimentare, ma ne ostacolano l'uscita, traducendosi in una negazione della piena cittadinanza, sul piano materiale e simbolico.

Il capitolo ha anche mostrato i limiti degli schemi concettuali correnti: nel discorso pubblico e istituzionale "povertà/insicurezza alimentare" restano spesso lette in chiave quasi solo materiale e quantitativa, mentre sul piano della ricerca la natura multidimensionale del fenomeno è riconosciuta da decenni. Il problema è come rendere operativo questo concetto: indicatori e sistemi di monitoraggio continuano a privilegiare reddito e quantità di cibo (consumata, o distribuita dal sistema degli aiuti alimentari), lasciando ai margini gli altri aspetti che, come abbiamo visto, sono fondamentali per comprendere l'entità del problema (fattori di conversione come tempo, carichi di cura, reti di supporto, ambienti alimentari, stigma e limiti alle possibilità di scelta). Servono quindi studi che rendano questa multidimensionalità misurabile e comparabile (nuovi strumenti d'indagine, scale di misurazione che

includano dimensioni sociali e di *agency*) e, insieme, indagini qualitative capaci di ricostruire pratiche, vincoli e significati quotidiani.

Dentro questa cornice, è utile spostare l'attenzione dal "chi ha poco" al "chi ha meno e perché" e mettere a fuoco le disuguaglianze nelle opportunità reali di mangiare in modo adeguato e dignitoso. Ciò permette di evidenziare come regole del lavoro e del *welfare*, prezzi e offerta locale di cibo, tempi di vita, genere, status migratorio o aspetti territoriali generino differenze sistematiche nell'accesso al cibo e nelle possibilità di scelta. Questa riflessione, che dovrebbe condurre anche a una svolta lessicale nel modo in cui si parla di povertà/insicurezza alimentare, aiuterebbe ad allineare analisi e politiche: non solo aiuti materiali, ma interventi su redditi e servizi, tempi di vita, qualità/ accessibilità dei contesti del cibo, partecipazione e dignità.

In sintesi, serve un linguaggio (e una metrica) che tenga insieme cause strutturali e dimensione esperienziale, così da orientare davvero progettazione, monitoraggio e valutazione degli interventi.

Bibliografia

ActionAid. 2021. La fame non raccontata. La prima indagine multidimensionale sulla povertà alimentare in Italia e il Covid-19. Milano. <https://actionaid->

[it.imgix.net/uploads/2021/10/Report_La_Fame_Non_Raccontata.pdf](https://www.actionaid.it/uploads/2021/10/Report_La_Fame_Non_Raccontata.pdf).

ActionAid. 2022. Cresciuti troppo in fretta. Milano. <https://www.actionaid.it/pubblicazioni/cresciuti-troppo-in-fretta/>.

ActionAid. 2023. Frammenti da ricomporre. Milano. https://actionaid-it.imgix.net/uploads/2023/10/ActionAid_Report_Frammenti_da-Ricomporre.pdf.

ActionAid. 2024. I numeri della povertà alimentare in Italia. Milano.

ActionAid. 2025. Fragili equilibri. Milano. <https://www.actionaid.it/pubblicazioni/fragili-equilibri/>.

Anderson, Sue Ann. 1990. «Core Indicators of Nutritional State for Difficult-to-Sample Populations». *The Journal of Nutrition* 120 (suppl. 11): 1555–600. https://doi.org/10.1093/jn/120.suppl_11.1555.

Bartelmeß, Tina, Sarah Jasiok, Elias Kühnel, e Juliane Yildiz. 2022. «A Scoping Review of the Social Dimensions in Food Insecurity and Poverty Assessments». *Frontiers in Public Health* 10 (dicembre): 994368. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.994368>.

Bell, Zoë, Steph Scott, Shelina Visram, Judith Rankin, Clare Bamba, e Nicola Heslehurst. 2022. «Experiences and Perceptions of Nutritional Health and Wellbeing amongst Food Insecure Women in Europe: A Qualitative Meta-Ethnography». *Social Science e Medicine* 311 (ottobre): 115313. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.115313>.

Bergamaschi, Maurizio, e Pierluigi Musarò. 2011. Spazi di negoziazione. Povertà urbana e consumi alimentari. ITA. <https://cris.unibo.it/handle/11585/107589>.

Block, Lauren G., Sonya A. Grier, Terry L. Childers, *et al.* 2011. «From Nutrients to Nurturance: A Conceptual Introduction to Food Well-Being». *Journal of Public*

- Policy e Marketing 30 (1): 5–13.
<https://doi.org/10.1509/jppm.30.1.5>.
- Bruening, Meg, Lauren M Dinour, e Jose B Rosales Chavez. 2017. «Food Insecurity and Emotional Health in the USA: A Systematic Narrative Review of Longitudinal Research». *Public Health Nutrition* 20 (17): 3200–3208.
<https://doi.org/10.1017/S1368980017002221>.
- Burchi, Francesco, e Pasquale De Muro. 2016. «From food availability to nutritional capabilities: Advancing food security analysis». *Food Policy, Towards a food secure future: Ensuring food security for sustainable human development in Sub-Saharan Africa*, vol. 60 (aprile): 10–19.
<https://doi.org/10.1016/j.foodpol.2015.03.008>.
- Chandola, Tarani, e Richard Conibere. 2015. «Social Exclusion, Social Deprivation and Health». In *International Encyclopedia of the Social e Behavioral Sciences*, di James Wright.
- Clapp, Jennifer, William G. Moseley, Barbara Burlingame, e Paola Termine. 2021. «Viewpoint: The Case for a Six-Dimensional Food Security Framework». *Food Policy*, ottobre 27, 102164.
<https://doi.org/10.1016/j.foodpol.2021.10.2164>.
- Clapp, Jennifer, William G. Moseley, Paola Termine, e Barbara Burlingame. 2025. «Multi-scalar policy uptake of the six-dimensional food security framework». *Food Policy* 137 (novembre): 102936.
<https://doi.org/10.1016/j.foodpol.2025.10.2936>.
- Company-Morales, Miguel, Lina Casadó-Marín, Araceli Muñoz, e Andrés Fontalba-Navas. 2024. «Breaking the Silence on Food Risks for Elderly People Living Alone». *Nutrients* 16 (16): 2655.
<https://doi.org/10.3390/nu16162655>.
- Dowler, Elizabeth, Sheila A. Turner, e Barbara Dobson. 2001. *Poverty Bites: Food, Health and Poor Families*. Child Poverty Action Group.
- Drèze, Jean, e Amartya Sen. 1991. «Nutrition and Capability». In *Hunger and Public Action*, a cura di Jean Drèze e Amartya Sen. Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/0198283652.003.0003>.
- Elgar, Frank J., William Pickett, Timo-Kolja Pfortner, *et al.* 2021. «Relative food insecurity, mental health and wellbeing in 160 countries». *Social Science e Medicine* 268 (gennaio): 113556.
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113556>.
- European Union. s.d. «EU Statistics on Income and Living Conditions (EU-SILC) Methodology - Material Deprivation by Dimension». Consultato 26 settembre 2025.
[https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=EU_statistics_on_income_and_living_conditions_\(EU-SILC\)_methodology_-_material_deprivation_by_dimension](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=EU_statistics_on_income_and_living_conditions_(EU-SILC)_methodology_-_material_deprivation_by_dimension).
- Fagioli, Massimo. 1972. *Istinto di morte e conoscenza*. L'Asino d'oro edizioni.
<https://lasinodoroedizioni.it/catalogo/i-libri-di-massimo-fagioli/istinto-di-morte-e-conoscenza-2/>.
- Fagioli, Massimo. 1974a. *La marionetta e il burattino* -. L'Asino d'oro edizioni.
<https://lasinodoroedizioni.it/catalogo/i-libri-di-massimo-fagioli/la-marionetta-e-il-burattino/>.
- Fagioli, Massimo. 1974b. *Teoria della nascita e castrazione umana*. L'Asino d'oro edizioni.
<https://lasinodoroedizioni.it/catalogo/i-libri-di-massimo-fagioli/teoria-della-nascita-e-castrazione-umana/>.
- Fagioli, Massimo. 1980. *Bambino donna e trasformazione dell'uomo*. L'Asino d'oro edizioni.
<https://lasinodoroedizioni.it/catalogo/i-libri-di-massimo-fagioli/bambino-donna-e-trasformazione-delluomo/>.
- Fram, Maryah Stella, Edward A. Frongillo, Sonya J. Jones, *et al.* 2011. «Children Are Aware of Food Insecurity and Take Responsibility for Managing Food Resources». *The Journal of Nutrition* 141

- (6): 1114–19.
<https://doi.org/10.3945/jn.110.135988>.
- Frongillo, Edward A, Hoa T Nguyen, Michael D Smith, e Alisha Coleman-Jensen. 2019. «Food Insecurity Is More Strongly Associated with Poor Subjective Well-Being in More-Developed Countries than in Less-Developed Countries». *The Journal of Nutrition* 149 (2): 330–35.
<https://doi.org/10.1093/jn/nxy261>.
- Gaitán-Rossi, Pablo, Ida Caterina García-Appendini, Lucía Félix-Beltrán, e Mireya Vilar-Compte. 2021. «Food Insecurity Among Older Adults: A Multilevel Analysis of State-Level Interventions». *Journal of Applied Gerontology* 40 (2): 170–78.
<https://doi.org/10.1177/0733464819894233>.
- Garthwaite, Kayleigh. 2016. *Hunger Pains*. Bristol University Press.
<https://policy.bristoluniversitypress.co.uk/trade/hunger-pains>.
- HLPE. 2020. «Food Security and Nutrition: Building a Global Narrative towards 2030. A Report by the High Level Panel of Experts on Food Security and Nutrition of the Committee on World Food Security, Rome.»
- Jones, Andrew D. 2017. «Food Insecurity and Mental Health Status: A Global Analysis of 149 Countries». *American Journal of Preventive Medicine* 53 (2): 264–73.
<https://doi.org/10.1016/j.amepre.2017.04.008>.
- Maynard, Merryn, Lesley Andrade, Sara Packull-McCormick, Christopher M. Perlman, Cesar Leos-Toro, e Sharon I. Kirkpatrick. 2018. «Food Insecurity and Mental Health among Females in High-Income Countries». *International Journal of Environmental Research and Public Health* 15 (7): 1424.
<https://doi.org/10.3390/ijerph15071424>.
- McCurdy, Karen, Kathleen S. Gorman, e Elizabeth Metallinos-Katsaras. 2010. «From Poverty to Food Insecurity and Child Overweight: A Family Stress Approach». *Child Development Perspectives* 4 (2): 144–51.
<https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2010.00133.x>.
- Musarò, Pierluigi. 2013. «Food Consumption and Urban Poverty: An Ethnographic Study». *Italian Sociological Review* 3 (3): 142–142.
<https://doi.org/10.13136/isr.v3i3.65>.
- Myers, Candice A. 2020. «Food Insecurity and Psychological Distress: A Review of the Recent Literature». *Current nutrition reports* 9 (2): 107–18.
<https://doi.org/10.1007/s13668-020-00309-1>.
- O'Connell, Rebecca, e Julia Brannen. 2021. *Families and Food in Hard Times*. UCL Press.
<https://web.archive.org/web/20210525080952/https://www.uclpress.co.uk/products/126956>.
- Palladino, Monica, Carlo Cafiero, e Roberto Sensi. 2024. «Understanding adolescents' lived experience of food poverty. A multi-method study among food aid recipient families in Italy.» *Global Food Security* 41 (giugno): 100762.
<https://doi.org/10.1016/j.gfs.2024.100762>.
- Radimer, Kathy L., Christine M. Olson, Jennifer C. Greene, Cathy C. Campbell, e Jean-Pierre Habicht. 1992. «Understanding Hunger and Developing Indicators to Assess It in Women and Children». *Journal of Nutrition Education* 24 (1, Supplement 1): 36S-44S.
[https://doi.org/10.1016/S0022-3182\(12\)80137-3](https://doi.org/10.1016/S0022-3182(12)80137-3).
- Riches, Graham. 2018. *Food Bank Nations: Poverty, Corporate Charity and the Right to Food*. Routledge.
- Rombach, Meike, Vera Bitsch, Eunhyung Kang, e Francesco Ricchieri. 2018. «Comparing German and Italian food banks». *British Food Journal* (Croydon, England) 120 (10): 2425–38.
<https://doi.org/10.1108/BFJ-11-2017-0626>.

- Sen, Amartya. 1983. Poverty and Famines: An Essay on Entitlement and Deprivation. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/0198284632.001.0001>.
- Sen, Amartya. 2001. Development as Freedom. Oxford University Press.
- Strickland, Jorja R. 2024. «The Relationship of Food Insecurity and Mental Health in Single-Parent Households: A Literature Review”. Undergraduate Research in Natural and Clinical Science and Technology (URN CST) Journal 8 (4): 1–13. <https://doi.org/10.26685/urncst.554>.
- Sukhatme, P. V. 1961. «The World's Hunger and Future Needs in Food Supplies”. Journal of the Royal Statistical Society: Series A (General) 124 (4): 463–508. <https://doi.org/10.2307/2342930>.
- Townsend, Peter. 1979. Poverty in the United Kingdom: A Survey of Household Resources and Standards of Living. Allen Lane and Penguin Books.
- Ueda, Haruka. 2022. «What Is Eating Well? Capability Approach and Empirical Exploration with the Population in Japan”. Appetite 170 (marzo): 105874. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105874>.
- Ueda, Haruka. 2023. «Multidimensional Food Poverty: Evidence from Low-Income Single Mothers in Contemporary Japan”. Food Ethics 8 (2): 13. <https://doi.org/10.1007/s41055-023-00123-9>.
- Ueda, Haruka. 2024. «From Nutritional Capability to Food Capability: Measurement of Multidimensional Food Poverty in Japan”. Food Ethics 9 (1): 11. <https://doi.org/10.1007/s41055-024-00145-x>.
- Van Der Horst, Hilje, Stefano Pascucci, e Wilma Bol. 2014. «The “Dark Side” of Food Banks? Exploring Emotional Responses of Food Bank Receivers in the Netherlands”. British Food Journal 116 (9): 1506–20. <https://doi.org/10.1108/BFJ-02-2014-0081>.
- Velardo, Stefania, Christina M. Pollard, Jessica Shipman, e Sue Booth. 2021. «How Do Disadvantaged Children Perceive, Understand and Experience Household Food Insecurity?” International Journal of Environmental Research and Public Health 18 (8): 8. <https://doi.org/10.3390/ijerph18084039>.

CAPITOLO 2.

TEORIA, CONTESTO E METODOLOGIA DELL'INDAGINE SU ADOLESCENTI E POVERTÀ ALIMENTARE

Monica Palladino

Introduzione

Il lavoro di ricerca di cui riportiamo nei capitoli 2 e 3 di questo rapporto contribuisce a sviluppare una concettualizzazione teorica della povertà alimentare così come vissuta in particolare dagli/dalle adolescenti in Italia – e in paesi simili ad alto reddito – che pone un'attenzione speciale alle implicazioni di natura sociale e psicologica/emozionale del problema. Con questo obiettivo e attraverso un approccio alla ricerca di tipo prevalentemente qualitativo, nell'ambito del già citato progetto DisPARI abbiamo raccolto le testimonianze di adolescenti appartenenti a diversi gruppi sociali, inclusi quelli potenzialmente a rischio di povertà alimentare e anche tra coloro che non rientrano nei circuiti di sostegno alimentare in Italia.

Attraverso un'analisi approfondita delle loro testimonianze, abbiamo

esaminato come la condizione, che indichiamo generalmente con l'espressione "povertà alimentare", influenza le loro relazioni sociali e il loro benessere emotivo (vedi capitoli seguenti). Per farlo, abbiamo realizzato interviste semi-strutturate su un campione selezionato di adolescenti reclutati nelle aree metropolitane delle tre maggiori città italiane, Milano, Roma e Napoli, attraverso organizzazioni che operano sul territorio, presso le cui sedi sono state condotte le interviste⁷.

Prima di avviare la fase di lavoro sul campo con gli/le adolescenti, abbiamo esplorato la letteratura sul tema, in modo da situare la nostra ricerca all'interno del quadro teorico prevalente. I risultati dell'analisi dei contenuti delle interviste, di cui si riporta estensivamente nel capitolo 3, opportunamente integrati dalla rassegna della letteratura sul tema, che richiamiamo brevemente in questo capitolo, confrontati con

⁷ Nell'area metropolitana di Milano ci hanno supportato *La Speranza* (<https://www.facebook.com/lasperanzaonlus/>), *La Strada* (<https://lastrada.it/>) e la Fondazione *Aquilone* (<https://www.fondazioneaquilone.org/>). A Roma ci siamo avvalsi della collaborazione di *Nonna Roma* (<https://nonnaroma.it/>), e nell'area metropolitana di Napoli dell'aiuto di *Viento 'e Terra* (<https://www.facebook.com/vientoeterra/>). A tutti loro va il nostro più sentito ringraziamento.

quelli della ricerca precedente da noi condotta nel 2022 (ActionAid 2022; Palladino *et al.* 2024), hanno permesso tra l'altro di affinare la concettualizzazione teorica dell'esperienza di povertà alimentare tra gli/le adolescenti di un paese ad alto reddito come l'Italia⁸.

Abbiamo inoltre ritenuto importante provare a comprendere meglio il contesto psicologico, sociale e istituzionale in cui si colloca questa ricerca. Per farlo, ci siamo confrontati con un gruppo di professionisti/e esperti/e, attivi/e in settori diversi, ma accomunati da lunga esperienza diretta di lavoro con i ragazzi e le ragazze: una psicoterapeuta, tre docenti di un istituto tecnico, e un'assistente sociale.

2.1. Il legame tra povertà alimentare e aspetti sociali ed emozionali negli adolescenti

La letteratura internazionale sul tema della insicurezza alimentare mostra chiaramente come essa colpisca in misura rilevante le fasce più giovani della popolazione, producendo effetti tanto a breve che a lungo termine. In particolare, per gli/le adolescenti, che si tratti di

situazioni di effettiva carenza di cibo o di limitazioni alle esperienze di vita ad esso legate, diversi studi hanno dimostrato che non è solo il corpo, ma anche la mente a risentirne: le conseguenze di una limitazione alla capacità di ottenere cibo si manifestano tanto sul piano fisico, quanto su quello dello sviluppo cognitivo e su quello emotivo (Myers 2020; Harmon 2024).

Negli Stati Uniti, Gundersen e Ziliak (2018) hanno sottolineato come, ad esempio, l'insicurezza alimentare sia associata ad ansia, problemi cognitivi e comportamenti aggressivi nei più giovani. Altri hanno messo in evidenza come la povertà alimentare possa incidere profondamente sulla qualità delle relazioni familiari: i/le figli/e di genitori che non riescono a garantire un'adeguata sicurezza alimentare mostrano più frequentemente segni di disagio emotivo e, nei casi più gravi, questo può tradursi in depressione o pensieri suicidari (Whitaker *et al.* 2006; Alaimo *et al.* 2002; McIntyre *et al.* 2013). Più recentemente, Leung *et al.* (2020) riportano esperienze dirette di adolescenti tra i 7 e i 14 anni che rivelano emozioni intense come paura, frustrazione e irritabilità legate all'insicurezza alimentare. Ancora, come evidenziato da Masa e Chowa

⁸ Per una discussione più approfondita di quanto emerge dalla rassegna della letteratura e della concettualizzazione dell'esperienza di povertà alimentare per gli adolescenti si rimanda ad un successivo documento di progetto.

(2021), la preoccupazione costante per il cibo può ridurre la capacità di concentrazione e influire negativamente sul rendimento scolastico.

Altrettanto importanti sono le implicazioni della povertà alimentare per il confronto con gli/le altri/e. Spesso i/le giovani tendono a valutare la propria condizione rapportandola a quella dei coetanei e sentirsi “diversi” per ciò che ci si può o non ci si può permettere, può arrivare a minare l’autostima e influenzare negativamente le scelte alimentari quotidiane (Edwards e Taub 2017; Velardo *et al.* 2021; Jeffrey *et al.* 2022). Altri studi evidenziano come, in contesti dove il cibo scarseggia, oltre alle ovvie conseguenze negative sullo stato nutrizionale, i/le giovani vivano sentimenti di vergogna, isolamento sociale e stress, che si riflettono negativamente sull’umore e sul benessere generale (Asfahani *et al.* 2019). Quando non possono esercitare a pieno la loro *agency* alimentare – ciò che abbiamo definito esplicitamente come libertà di scegliere cosa, quanto, come, quando e con chi mangiare –, si modificano sia il modo di sentirsi parte di un gruppo sia le strategie messe in atto per evitare giudizi o esclusione (Brown *et al.* 2024). Non potersi permettere di uscire a mangiare con gli/le amici/che, per esempio, specialmente in contesti urbani dei paesi ad alto reddito, riduce le occasioni di socialità per

gli/le adolescenti, con effetti importanti sul loro benessere psicologico e sullo stato emotivo, generando emozioni spesso altalenanti (Orben *et al.* 2020; Almeida *et al.* 2022; Palladino *et al.* 2024).

Il rapporto ActionAid pubblicato nel 2022 – Cresciuti troppo in fretta – (ActionAid 2022) aveva già messo in evidenza come, per gli/le adolescenti appartenenti a famiglie che beneficiano di aiuti alimentari, la condizione e le esperienze ad essa associate generino sentimenti di tristezza e rabbia, imponendo loro una precoce e matura consapevolezza delle difficoltà economiche in cui si trova la propria famiglia. I risultati di quello studio dimostrano chiaramente come, più che la carenza materiale di cibo da consumare, siano le ripercussioni sul piano sociale e psico-emotivo del trovarsi nella condizione di dover dipendere dagli aiuti a costituire l’impatto principale della povertà alimentare su quel gruppo particolare di adolescenti. Uno dei contributi maggiori di quello studio è stato forse quello di rendere molto evidente che l’esperienza della povertà alimentare non può essere compresa appieno se interpretata soltanto attraverso una chiave di lettura che guarda al cibo come a una risorsa materiale e al problema come solo a una questione economica. I racconti e i vissuti degli/delle adolescenti mostrano chiaramente come, per loro, il cibo

non sia semplicemente il mezzo con cui soddisfare un bisogno materiale. Con esso si intrecciano dimensioni relazionali, identitarie ed emotive che sono alla base di esigenze che vanno molto al di là della semplice nutrizione, la cui soddisfazione è fondamentale per un essere umano, specialmente in una fase particolarmente delicata dello sviluppo.

Studiare il problema pertanto richiede lo sforzo di superare i tradizionali approcci che appaiono centrati prevalentemente, se non esclusivamente, sull'obiettivo di soddisfare il bisogno materiale. In questo senso, osservare l'esperienza di povertà alimentare dal punto di vista di chi la vive significa, dunque, aprire uno spazio di riflessione importante sulle categorie stesse con cui definiamo il benessere umano e sulle implicazioni che esse hanno per le politiche pubbliche, le pratiche educative e gli interventi sociali.

D'altro canto, cogliere adeguatamente le interazioni tra i vari elementi che compongono la complessità della esperienza di povertà alimentare come vissuta dagli adolescenti richiede un quadro concettuale sufficientemente articolato, che, in gran parte, deve ancora essere sviluppato. Da qui l'urgenza di cominciare a farlo, per includervi, come fattori essenziali al benessere umano, la dignità, l'autonomia, la libertà di scelta e un

accesso equo alle risorse materiali disponibili.

2.2. Incontri e dialoghi con chi lavora con gli adolescenti

L'obiettivo di questi incontri era duplice: da un lato, quello di raccogliere osservazioni utili a comprendere meglio il contesto psicologico, sociale e istituzionale; dall'altro, verificare con loro l'adeguatezza delle linee guida predisposte per le interviste con gli adolescenti, dato che si sarebbe trattato di affrontare temi molto sensibili.

Gli incontri, oltre a fornire indicazioni tecniche, hanno rappresentato un'occasione preziosa di confronto che ha permesso di approfondire il legame tra povertà alimentare e vita quotidiana degli/delle adolescenti, compresi quelli con storie migratorie o accolti nei centri per richiedenti asilo.

Non abbiamo affrontato gli stessi temi con tutti gli intervistati, ma ogni confronto ha restituito una chiave di lettura privilegiata sul tema della povertà alimentare e sulle sue implicazioni per lo sviluppo psichico e sociale degli adolescenti.

2.2.1. Dialogando con la dott.ssa Cecilia Iannaco, psicoterapeuta⁹

Un aspetto centrale discusso con la dott.ssa Iannaco ha riguardato la distinzione dei termini “disagio” e “malessere” psicologico, sul cui uso ritenevamo utile fare chiarezza. La dottoressa, psicologa ed esperta di linguistica, ha evidenziato come i due concetti siano spesso utilizzati come sinonimi e il fatto che vanno distinti dal termine “disturbo”, che invece indica una condizione clinica più strutturata: *«Innanzitutto, è utile dire che malessere e disagio sono di solito usati come sinonimi, anche nella letteratura psicologica, e indicano una condizione momentanea di sofferenza legata a difficoltà di vita, eventi negativi o situazioni avverse. Non si tratta quindi di una patologia strutturata, ma di uno stato transitorio. Dal mio punto di vista, malessere, in contrapposizione a benessere, è preferibile nelle ricerche sulla condizione psichica perché più incisivo, mentre disagio rimane un termine generico. Diverso è il discorso per disturbo, che in letteratura si contrappone a malessere e disagio e rimanda a una vera e propria patologia più o meno strutturata. Su questa parola voglio soffermarmi: disturbo ha progressivamente sostituito malattia, soprattutto a partire dalla diffusione dei manuali diagnostici in*

psichiatria (come il DSM), con l'intento di ridurre lo stigma e adottare un linguaggio più neutro. Se da un lato forse avrà pure avuto il merito di rendere il termine meno giudicante, dall'altro rischia però di annacquare la dimensione di vera e propria patologia, o persino di negarne la natura di malattia mentale».

Con le espressioni “disagio” o “malessere alimentare”, nella nostra ricerca ci riferiamo agli stati emotivi e psicologici derivanti da difficoltà concrete, come la mancanza di cibo, la fatica dei genitori a far quadrare i conti, la rinuncia a momenti di condivisione quotidiana — come i pasti con gli amici — o altre esperienze che segnano la vita degli/delle adolescenti. Si tratta di un malessere che può influire su autostima e motivazione, e che spesso si riflette nelle relazioni sociali e nel rendimento scolastico. Il nostro obiettivo non è diagnosticare disturbi psicologici, ma mettere in luce quei vissuti che generano malessere e che costituiscono una componente significativa della povertà alimentare, esperienze che rischiano di restare invisibili nel dibattito pubblico e nelle politiche di supporto.

Un contributo particolarmente rilevante emerso dall'intervista riguarda il legame tra adolescenza, costruzione dell'identità e povertà

⁹ Vicepresidente Netforpp Europa (<https://www.netforpp.eu/>)

alimentare. La psicoterapeuta osserva che: *«a differenza dell'infanzia, in cui il mondo viene percepito attraverso gli occhi dei genitori che rappresentano la finestra sul mondo, in adolescenza, a fronte di un naturale processo di separazione psicologica, i ragazzi — pur restando dipendenti dai genitori — cominciano a confrontarsi con gli altri e a valutare sé stessi anche attraverso lo sguardo dei coetanei»*. In questo contesto, la povertà alimentare può avere un impatto profondo: la mancanza di cibo o di esperienze condivise intorno al pasto non è solo una difficoltà materiale, ma diventa un fattore che influisce sulla costruzione di sé, sul senso di inclusione e sulla percezione che l'adolescente ha di sé.

La psicologa chiarisce come, per un/una adolescente, gli oggetti o i simboli di consumo non abbiano valore in sé, ma acquistino significato quando rimandano a un codice condiviso con i coetanei. *«Indossare una scarpa di una certa marca o vestirsi in un certo modo significa avvicinarsi ad una immagine ideale di adolescente e rafforzare il senso di riconoscimento all'interno del gruppo. In questa fase, in cui i ragazzi passano dalla certezza della famiglia all'incertezza dei rapporti sociali, il riconoscimento da parte dei coetanei ha un significato profondo. Ciò che agli adulti può sembrare omologazione rappresenta, in realtà, un modo con*

cui i ragazzi costruiscono passo dopo passo la propria identità collettiva». In questa fase della vita, il gruppo assume un ruolo fondamentale, soprattutto nella prima parte dell'adolescenza, tra i 13 e i 16 anni. I ragazzi vogliono sentirsi simili agli altri: *«non si tratta quindi di carenza di identità, o di conformismo fine a sé stesso»*, sottolinea Iannaco. *«È, al contrario, una risorsa psichica che fornisce stabilità emotiva e sicurezza. Partire da un punto fermo di somiglianza con i coetanei offre un senso di certezza e calma interiore, creando una base solida su cui poi esplorare la propria identità. Questo permette ai ragazzi di investire le proprie energie psichiche in altre sfide evolutive, sviluppando consapevolezza di sé, autonomia emotiva e nuove potenzialità in modo graduale e armonico»*.

In altre parole, nei/nelle ragazzi/e più giovani il bisogno di somigliare agli/alle altri/e è parte essenziale della crescita: la socialità è il fulcro dell'esistenza e i simboli condivisi — scarpe, stile, linguaggio — offrono certezze psichiche che danno stabilità ed equilibrio. Una conformità che agisce come risorsa e aiuta a ridurre le incertezze e ad affrontare sfide.

Secondo Iannaco, dopo i 16-17 anni, però, qualcosa cambia: ciò che dava sicurezza perde forza e i simboli comuni non bastano più. *«Dopo i 16 anni la dinamica cambia: ragazzi e ragazze cercano*

nel gruppo non solo somiglianza, ma conferma di ciò che li rende unici. Cresce il bisogno di introdurre elementi personali: c'è chi sceglie un abbigliamento meno uniforme, chi coltiva passioni specifiche, chi afferma opinioni anche divergenti. In questa fase la singolarità diventa portante, perché coincide con l'affermazione dell'identità individuale. Psicologicamente è un passaggio cruciale: significa assumersi la responsabilità delle proprie scelte e accettare il rischio di non piacere a tutti. È il momento in cui ciascuno può dire "questo sono io", senza rinunciare alla forza del gruppo, ma imparando a stare nella relazione in modo più autonomo e consapevole. È una trasformazione sottile ma decisiva: dall'essere protetti dalla somiglianza all'essere rafforzati dalla differenza».

Avendo toccato i nodi centrali dello sviluppo della socialità in adolescenza, emerge con chiarezza il legame diretto con il significato dell'alimentazione. Il cibo, infatti, non è solo nutrimento, ma un fattore sociale di grande rilievo: rappresenta condivisione, comunità, partecipazione. In adolescenza, fase in cui il bisogno di riconoscimento da parte dei pari è intenso, il cibo diventa uno dei principali veicoli di inclusione.

Come ricorda la dottoressa Iannaco, l'antropologia mostra come riti di passaggio, miti e tradizioni abbiano sempre

intrecciato l'atto del mangiare allo stare insieme. Così, anche un pranzo a scuola, una pizza con gli amici o un'uscita al fast food non sono semplici gesti alimentari, ma momenti sociali che rafforzano l'identità e il senso di gruppo. In questo quadro, la povertà alimentare non va letta come privazione materiale, ma come "ferita" psichica che colpisce le basi della socialità. Non poter partecipare a questi momenti significa essere esclusi da uno dei circuiti relazionali più comuni e significativi della quotidianità. L'impossibilità di condividere il cibo si traduce in esclusione simbolica, in impossibilità di relazione, con conseguenze sul senso di sé, sull'autostima e, più in generale, sul benessere psicologico degli adolescenti.

Da qui nasce spontanea una domanda: qual è il nesso con la salute mentale? *«Il legame tra povertà alimentare e salute mentale negli adolescenti è profondo. In questa fase della vita, poter scegliere quando, come e con chi mangiare, come dite anche voi, non è solo un bisogno fisiologico, ma un diritto psichico legato alla socialità. La mancanza di risorse economiche limita questa possibilità, generando esclusione da momenti quotidiani che rafforzano identità e autostima: una pizza con gli amici, la merenda a scuola, persino il pasto condiviso in famiglia. Essere tagliati fuori significa vivere un senso di*

inferiorità, di vergogna e di isolamento che può minare la personalità. Nei 14-16 anni, quando il gruppo è il principale riferimento, non partecipare a questi momenti può acuire ansia, tristezza e solitudine. Anche in casa, la difficoltà costante di “far quadrare i conti” rende la vita più fragile dal punto di vista psichico, aumentando tensioni e vissuti di precarietà. La povertà alimentare, dunque, non è solo mancanza di cibo, ma un fattore che incide direttamente sul benessere psicologico e sociale».

La discussione ci ha portato naturalmente a considerare il cibo come legato ad una esigenza sociale, richiamando la teoria dello psichiatra Massimo Fagioli, che distingue tra “bisogni” ed “esigenze” (Fagioli 1972; 1974a; 1974b). La distinzione è fondamentale: i bisogni sono materiali, biologici, legati alla sopravvivenza: accomunano tutti gli esseri viventi e hanno come obiettivo la conservazione della vita. Le esigenze, invece, sono proprie dell’essere umano e riguardano la sfera affettiva e relazionale: non rimandano al “sopravvivere”, ma al “vivere” in senso pieno, psichico e identitario. Da queste riflessioni nasce la domanda centrale che abbiamo rivolto alla dott.ssa: l’alimentazione può essere considerata soltanto un bisogno? *«Apparentemente sì, perché mantiene l’equilibrio biologico e ci tiene in vita. Ma la psiche c’entra*

eccome. La socialità è imprescindibile per ogni essere umano: fin dalla nascita, la vita psichica ci spinge a cercare qualcuno che dia senso al nostro venire al mondo. Così, il cibo diventa veicolo di relazione, scambio, presenza o assenza di rapporto. Non sorprende che atti volontari di privazione o abuso di cibo possano esprimere sofferenza profonda, trasformandosi in sintomi di psicopatologia, come avviene nei disturbi alimentari; il cibo parla non solo del corpo, ma anche di pensieri e relazioni malate. Mangiare non è solo sopravvivenza: può essere un’esigenza di connessione con gli altri. Quando la povertà alimentare impedisce di accedere alle stesse risorse degli altri – condividere pasti, partecipare a momenti conviviali – l’impatto sulla psiche è immediato: autostima, identità e immagine di sé rischiano di vacillare. È qui, nel mancato accesso al nutrimento e alla condivisione, che si misura il peso della povertà alimentare sul benessere psicologico, soprattutto in adolescenza».

Dal dialogo con la psicoterapeuta emerge un altro punto centrale: il ruolo delle istituzioni e delle politiche di sostegno, capaci di aiutare concretamente famiglie e adolescenti in povertà alimentare. Non basta distribuire risorse materiali: occorre attivare percorsi integrati che considerino benessere psicologico, partecipazione sociale

e inclusione, riducendo disuguaglianze e proteggendo crescita e identità dei giovani. La dott.ssa Iannaco sottolinea che gli interventi devono andare oltre l'assistenza materiale, pur necessaria, e promuovere azioni proattive e generative. Pacchi spesa o empori solidali sono utili, ma non sufficienti: occorre creare opportunità che facciano sentire le persone parte attiva di una comunità. Per gli adolescenti, l'aiuto non deve trasformarsi in elemosina: spazi di socialità e condivisione — doposcuola, attività culturali, sportive o artistiche — li coinvolgono, permettono di scoprire attitudini, sviluppare potenzialità e allontanarsi da contesti a rischio, rafforzando il benessere psicologico. *«Il vero punto, secondo me, è eliminare l'atto di elemosina. Ovviamente, in situazioni che richiedono supporto immediato, l'assistenza è indispensabile. Ma dove possibile, si può agire diversamente, prevedendo interventi che mirino anche alla psiche della persona e offrano una piccola ma significativa possibilità di realizzazione. Offrire un lavoro retribuito, anche modesto, non solo aiuta concretamente, ma restituisce dignità e senso di autonomia. La semplice elemosina, invece, può umiliare, far sentire inferiori e lasciar intendere, in modo inaccettabile, che il valore di una persona dipenda dalla sua condizione economica. Si deve invece valorizzare la possibilità di mettere in gioco le*

proprie capacità e svilupparsi. Allo stesso modo, con gli adolescenti l'aiuto non deve essere elemosina, ma offerta di risorse e opportunità che favoriscano partecipazione, responsabilità e cooperazione. Agire in chiave sociale e relazionale rafforza dignità, autostima e senso di comunità».

2.2.2. Il punto di vista degli insegnanti

Nel corso di una conversazione con tre insegnanti di un istituto tecnico di Roma, sono stati affrontati diversi temi relativi alle domande guida predisposte, offrendo spunti particolarmente ricchi su aspetti centrali della vita degli adolescenti. In particolare, gli insegnanti hanno fornito contributi significativi sul legame tra povertà alimentare e benessere psicosociale, sottolineando l'invisibilità del fenomeno nel contesto scolastico e i suoi possibili riflessi sull'autostima, sull'identità e sulle prospettive future degli studenti.

Durante l'incontro, il professor Talarico ha condiviso la sua lunga esperienza, con un gruppo di amici volontari, nell'ambito dell'assistenza alimentare, raccontando di interventi che si sono rivelati efficaci non solo dal punto di vista nutrizionale, ma anche nella costruzione di relazioni di fiducia con le famiglie coinvolte e con i loro figli: *«io da circa 22 anni mi occupo delle persone, che chiamo assistiti, che vivono la maggior parte per*

strada, oppure che vivono in palazzi occupati, quindi noi gli offriamo quello che possiamo offrire, oltre a risolvere qualche problema di pensione, noi offriamo il pacco viveri a queste persone che vivono per strada». Forte di una lunga esperienza di volontariato, ha descritto l'organizzazione della distribuzione settimanale dei pacchi viveri, sottolineando la cura con cui si cerca di dare varietà agli alimenti e di rispettare le diverse tradizioni culturali e religiose: «Non è solo dare pasta e scatolame,» ha spiegato, «cerchiamo di variare, di fare in modo che i pacchi abbiano senso, e soprattutto di rispettare le tradizioni delle famiglie, ad esempio quelle musulmane». L'esperienza maturata a contatto con i/le minori porta il professore a riflettere sul fatto che i/le ragazzi/e si vergognano di esprimere apertamente i loro desideri alimentari: non chiedono prodotti specifici, anche se probabilmente li desidererebbero. Come racconta, se avessero manifestato la necessità di un certo tipo di riso o di altri alimenti legati alla loro tradizione culturale, lui e gli/le altri volontari/e si sarebbero attivati per procurarli. Da questa consapevolezza prende forma una riflessione più ampia: per molti adolescenti nati/e all'estero o figli/e di migranti, la mancanza di cibi legati alla cultura d'origine rappresenta una forma ulteriore di privazione. Il cibo, infatti, non è solo nutrimento, ma anche memoria,

identità e legame con le proprie radici. Questa osservazione lo conduce a un'ulteriore riflessione: *«ora mi si sta aprendo un mondo che effettivamente oltre al disagio dell'abitazione, sai questi ragazzi che sono nati che ne so nelle Filippine, che sono nati che ne so in Rwanda molto probabilmente gli mancherà pure qualche prodotto per legarli ancora di più alle loro tradizioni, come ognuno di noi è legato alle proprie tradizioni».*

Il professore, sottolineando che si tratta di ragazzi/e che vivono in palazzi occupati aggiunge che il problema principale per loro non è legato soltanto all'alimentazione, ma soprattutto alla mancanza di spazi adeguati: *«secondo me, il problema principale è non poter avere gli spazi, vivere in un palazzo occupato, 44 famiglie o 50 o quante sono, con un piccolo spazio dove non possono studiare, secondo me quella [privazione] la vivono ancora di più».* Alla precarietà alimentare, dunque, si somma quella abitativa: una condizione che pesa in modo particolare sui/sulle più giovani e di fronte alla quale l'insegnante esprime rammarico per non poter fare di più. È anche per questo motivo che, accanto alla distribuzione di generi alimentari, ha voluto sottolineare l'importanza di creare momenti di socialità per i bambini che vivono in contesti fragili come quello dei palazzi occupati. Organizzare una festa, un pomeriggio di giochi, ha per lui un

significato profondo: è un modo per riconoscere la presenza di questi bambini, per dire loro che “non sono invisibili”: *«organizziamo delle feste che per loro sono molto belle perché festeggiare che ne so, la befana, che portiamo la befana, gli portiamo i regali, gli portiamo la pizza, la coca cola, per loro è un momento di gioia. Oppure a Pasqua gli portiamo sempre qualcosa, andiamo noi e li serviamo, e quindi sono momenti particolari»*.

Spesso i ragazzi non parlano apertamente delle loro difficoltà legate al cibo: *«si vergognano, non te lo dicono che non hanno da mangiare. A volte li scopri perché li vedi che cedono parte del pacco ai fratelli, o perché chiedono cose precise per i genitori»*.

Guardando al futuro, ha immaginato la possibilità di coinvolgere maggiormente gli adolescenti nella definizione del contenuto dei pacchi alimentari, anche come occasione per valorizzare le tradizioni culinarie delle loro famiglie e rafforzare il legame con le proprie radici culturali.

Un aspetto significativo emerso dal suo racconto è il coinvolgimento diretto degli/delle studenti/esse della scuola dove insegna nelle attività di volontariato: alcuni adolescenti partecipano infatti all'organizzazione e alla distribuzione dei pacchi, sperimentando forme concrete di solidarietà e di responsabilità

sociale. Questo coinvolgimento, secondo il prof. Talarico, non solo rafforza il senso di comunità, ma aiuta i ragazzi stessi a vivere in maniera attiva e positiva la relazione con il tema del cibo e della condivisione.

Per quanto riguarda la percezione di eventuali segnali di difficoltà alimentari tra i/le propri/e studenti/esse, tutti e tre i professori hanno messo in evidenza come, nel contesto scolastico, la povertà alimentare sia raramente dichiarata apertamente e tenda a manifestarsi attraverso segnali indiretti, che sta poi alla sensibilità del/della insegnante intercettare: la rinuncia a un'uscita didattica, la mancata partecipazione a momenti di convivialità come una pizza con i compagni, oppure piccole esclusioni dalla vita quotidiana della classe, come fa notare il prof. Aricò: *«Di solito non lo raccontano, di solito cerchiamo noi di indagare se sono poveri a tal punto...»*. Quando gli viene chiesto come capiscono se c'è una situazione di disagio, risponde: *«chiediamo, chiediamo... anche in base al rendimento didattico, scolastico, oppure anche in base a sentori da parte degli amici. Però è difficile che lui/lei venga a raccontare a qualcuno che abbia difficoltà di accesso al cibo. La sensazione ce l'abbiamo noi e poi cerchiamo di indagare»*. Il disagio, quindi, emerge in modo indiretto, attraverso segnali sottili e spesso si tratta di indizi legati alla

partecipazione sociale: «*e tu capisci che c'è un problema economico*». Il prof. Aricò sottolinea inoltre che la scuola non è attrezzata per riconoscere e affrontare questo tipo di problemi, perché non ha gli strumenti per percepirne la presenza, proprio a causa della natura nascosta e silenziosa del fenomeno: «*Comunque, a scuola questo tipo di disagio sociale è difficile che arrivi, perché comunque è difficile che si manifesti subito. In alcuni eventi può manifestarsi, che ne so, andiamo a mangiare la pizza di fine anno e qualcuno non viene, cerchiamo di capire perché. Ma che si manifesti direttamente o subito è difficile. È il contrario, e la scuola non è attrezzata proprio per questo motivo, non ha la percezione del problema*». Ha insistito sul fatto che per gli/le adolescenti il problema non riguarda solo il cibo, ma più in generale la possibilità di scelta e di condivisione: «*L'adolescente ... quello che lo fa star male è avere il telefono da 100 euro e non quello da 300-400, lo fa star male non poter andare a mangiare la pizza...*», a sottolineare che il vissuto di povertà adolescenziale è legato al confronto con i coetanei e alla mancanza di opportunità, di normalità.

Questi indizi rimandano a un disagio che non riguarda solo il cibo in sé, ma la possibilità di condividere attraverso il cibo esperienze comuni e sentirsi parte di un gruppo, con effetti significativi

sull'autostima e sull'identità sociale. Cogliere i segnali è importante, ma come sottolinea il prof. Talarico è centrale il rapporto di fiducia che dovrebbe instaurarsi tra docenti e studenti «*dipende sempre dal rapporto nell'ambito scolastico dei professori che hanno con gli alunni. Se ci fermiamo solo alla materia, all'insegnamento, non si va oltre, come fanno tanti colleghi, no? a quel punto escono fuori le loro preoccupazioni, i loro problemi. E così li puoi affrontare, come nel consiglio di classe, oppure singolarmente in silenzio*».

L'insegnante racconta come, in momenti particolarmente difficili, sia capitato di consegnare personalmente pacchi alimentari, insieme alla prof.ssa Cafiero, a famiglie di studenti/esse in condizioni di fragilità economica. Tuttavia, sottolinea quanto sia fondamentale che siano gli/le stessi/e ragazzi/e a sentirsi liberi/e di aprirsi e raccontare la propria situazione: «*Perché pure agli alunni della prof.ssa Cafiero, siamo andati a portare il pacco a casa. Perché c'erano momenti difficili sul lavoro. Però hanno una dignità. Se loro... se noi sappiamo, riescono a interloquire con i docenti...*».

La prof.ssa Cafiero ha inoltre posto l'accento sulla dimensione più profonda della "povertà di futuro": alcune ragazze, pur brillanti nello studio, faticano a immaginare percorsi di vita diversi da quelli precari o marginali già vissuti dalle

loro famiglie, segnalando una rassegnazione che rischia di condizionare le loro aspirazioni e il loro sviluppo *«Molte ragazze, soprattutto filippine, sono di solito le più brave a scuola, non si prospettano proprio un futuro, perché sanno che loro o nei negozi dei genitori, quando ce li hanno, o a fare i badanti, o a fare i baby-sitting, che quello è il loro destino. Quindi al futuro non ci pensano, perché in qualche modo è scritto da questo destino di povertà, vuoi perché sanno che poi il padre non può lavorare...»*. La percezione dei disagi vissuti dagli/dalle adolescenti, da parte di insegnanti particolarmente attenti/e e sensibili, risulta elevata. Da questa consapevolezza emerge una riflessione sul ruolo ambivalente della scuola: da un lato, essa fatica a riconoscere e affrontare in modo diretto situazioni di difficoltà, spesso celate o non esplicitamente espresse; dall'altro, quando docenti e studenti/esse vengono coinvolti in percorsi di ascolto, solidarietà e prossimità, la scuola può trasformarsi in uno spazio di inclusione attiva e di sostegno concreto.

2.2.3. L'esperienza di chi lavora nel sociale

A differenza di altri testimoni privilegiati, questa intervista si colloca in un contesto specifico:

quello dei centri di accoglienza per richiedenti asilo e rifugiati, in cui si assistono anche persone singole, nuclei monoparentali, e minori. L'interlocutrice¹⁰, che lavora come assistente sociale e operatrice, ha un'esperienza diretta e quotidiana nella gestione di situazioni di vulnerabilità. La conversazione con lei ha permesso di far emergere non soltanto il legame tra alimentazione e condizioni di disagio, ma anche aspetti connessi all'autonomia, alla vita familiare e al vissuto psicologico dei ragazzi e delle ragazze accolti. Pur non sovrapponendosi direttamente agli ambiti esplorati con gli altri interlocutori, le osservazioni raccolte offrono spunti significativi per comprendere come la povertà alimentare sia percepita e vissuta in condizioni di particolare vulnerabilità, soprattutto da parte di minori migranti o figli/e di migranti nati in Italia. Le riflessioni emerse permettono infatti di mettere in luce non solo la dimensione materiale dell'accesso al cibo, ma anche le implicazioni emotive, relazionali e identitarie che lo accompagnano, arricchendo il quadro interpretativo delineato dalle altre interviste. Dall'esperienza maturata in diversi centri di accoglienza, emergono rappresentazioni molto concrete delle difficoltà legate alla vita quotidiana di/delle adolescenti e famiglie in condizioni di

¹⁰ Per ragioni di riservatezza richieste dalla stessa interlocutrice, non verranno forniti dettagli identificativi relativi al suo ruolo specifico o all'ubicazione della struttura in cui opera.

vulnerabilità. Secondo quanto riferito, la questione del cibo e delle sue limitazioni assume forme sottili ma costanti nella quotidianità: *«In realtà in senso più grande è una cosa che noi affrontiamo quotidianamente sia per gli adulti che per i minori, una povertà legata anche alla non libertà di potersi cucinare [...]. Dove non c'è la possibilità di cucinare viene fornito il catering [...]. È comunque un cibo da mensa, spesso simile, e non c'è la possibilità di cucinare cose che fanno parte della propria cultura.»*

Un supporto viene offerto con la consegna mensile di una card ricaricata, utilizzabile al supermercato per acquistare alimenti da cucinare nel fine settimana. Ma, come evidenziato dalla testimone, questo non risolve tutte le criticità: *«Ovviamente anche lì si creano i problemi, perché è capitato anche il fatto che comunque tu dai una card, la card, quello che il supermercato in quel momento faceva, le card, che dava card, cioè a livello proprio amministrativo, era solo il ... Il supermercato in questione costa tanto, quindi quei ragazzi stavano in difficoltà e tra l'altro poi non c'era quello, che ci viene sempre un po' recriminato, è che non ci sono i prodotti che loro comprano, spesso loro fanno la spesa a ... al mercato dove ci sono i prodotti più tipici dei loro paesi, al supermercato [dove potrebbero utilizzare la card] ovviamente non ci sono; quindi,*

anche lì siamo un po' criticati». Questa osservazione si collega direttamente alla dimensione sociale ed emozionale della povertà alimentare per questi/e ragazzi/e, per i quali l'impossibilità di scegliere cosa mangiare e di cucinare ciò che appartiene alla propria tradizione diventa un limite non solo nutrizionale, ma anche identitario e relazionale. Non a caso, l'operatrice sottolinea che questa mancanza mina la normalità: *«Durante la pandemia [...] si è pensato almeno di ridare questo ambito di autonomia, permettendo di cucinare nel fine settimana per dare un'idea di normalità.»* Rispetto al tema della socialità, nell'intervista emerge che gli/le adolescenti in questa situazione vivono con frustrazione l'impossibilità di invitare amici a casa: *«Nel senso dicono vorrei una casa dove invitarli, di certo non li invito al centro d'accoglienza. Poi non tutti i ragazzi dicono che stanno dentro un centro d'accoglienza, dipende, ecco».* Quanto al vissuto psicologico, la complessità familiare e la precarietà influiscono sulla frequenza scolastica e sul benessere dei/delle ragazzi/e. La dispersione scolastica, soprattutto tra gli/le adolescenti, è alta: *«Alcuni hanno interrotto nonostante l'obbligo scolastico, e la scuola in alcuni casi ha dovuto segnalare la situazione ai servizi».* Interessante anche la riflessione sulla consapevolezza economica dei/delle ragazzi/e. Contrariamente all'idea che gli adolescenti siano

ignari delle dinamiche familiari, la testimone afferma: *«I ragazzi del nostro centro sanno benissimo cosa vuol dire arrivare a fine mese [...]. Hanno piena contezza di bonus, contratti, persino dei nostri turni di lavoro»*. Si tratta di un dato che rientra nella dimensione “personale” delle linee guida, relativa alla coscienza del contesto economico in cui si vive. Inoltre, è emerso come molti dei/delle ragazzi/e provenienti da famiglie migranti si trovino a vivere un processo precoce di adultizzazione. Spesso sono gli unici in grado di mediare linguisticamente tra i genitori e il contesto esterno e, fin da bambini, vengono coinvolti in conversazioni e questioni che normalmente non si affronterebbero mai con un coetaneo. Questo fa sì che conoscano a fondo i problemi familiari e si sentano parte integrante della loro gestione, assumendosi responsabilità non adeguate alla loro età: *«Tutti ragazzi molto adultizzati, spesso sono gli unici mediatori della famiglia a livello linguistico; quindi, si trovano a volte anche da molto piccoli a sentire parlare di tematiche assurde»*. Tale condizione rende più difficile il loro percorso di crescita, poiché li priva di una parte della spensieratezza tipica dell'infanzia e dell'adolescenza. Per questo, quando possibile, gli/le operatori/trici cercano di ricorrere a mediatori/trici adulti/e, ricordando che questi/e ragazzi/e restano pur sempre adolescenti e non

dovrebbero essere caricati di problematiche troppo gravose.

Lo sguardo offerto da questa intervista consente di osservare uno spaccato dei giovani adolescenti con una storia di migrazione, in cui la povertà alimentare appare non soltanto come mancanza o difficoltà di accesso al cibo, ma anche come limitazione di autonomia, perdita di normalità quotidiana e impossibilità di esprimere la propria identità culturale attraverso la cucina. Emergono inoltre dimensioni meno esplorate dagli altri testimoni privilegiati, come l'impatto emotivo dei pasti standardizzati, la frustrazione legata alla socialità negata come non poter invitare amici a casa, perché una casa non ce l'hanno, e la precoce consapevolezza economica che gli/le adolescenti sviluppano vivendo in contesti segnati da precarietà e vulnerabilità.

2.3. La metodologia dell'indagine qualitativa

La ricerca oggetto del presente lavoro si inserisce nel quadro più ampio di un'indagine tuttora in corso ed è stata progettata con in mente due obiettivi principali: (a) ottenere una comprensione profonda dell'esperienza di povertà alimentare e (b) derivare, a partire dalle testimonianze raccolte nelle interviste, una serie di domande mirate per la costruzione di uno

strumento quantitativo in grado di rilevare il disagio emotivo connesso alla povertà alimentare¹¹. Il progetto più ampio ha previsto anche la costruzione e somministrazione di un questionario per la rilevazione di dati utili a misurare la presenza e l'entità del disagio emotivo associato alla povertà alimentare per gli/le adolescenti. In questo senso, la componente qualitativa della ricerca costituisce il primo passo di un approccio che, dal punto di vista metodologico, può dirsi di tipo misto, e che è stato definito in letteratura come di *exploratory sequential design* (Creswell e Plano Clark 2018), dato che l'esplorazione qualitativa iniziale condotta attraverso interviste semi-strutturate ha costituito la base per la successiva costruzione di uno strumento di indagine quantitativa.

La parte dell'indagine su cui riportiamo in questo rapporto si propone esplicitamente di esplorare in profondità significati, vissuti e rappresentazioni, privilegiando la voce dei/delle partecipanti e la comprensione contestuale dei fenomeni (Creswell e Poth 2018; Patton 2015). L'obiettivo è stato perseguito, da un lato, attraverso l'esplorazione in profondità dell'esperienza di povertà alimentare di/delle adolescenti che la hanno vissuta direttamente, analizzando i significati che attribuiscono al proprio vissuto e,

dall'altro, attraverso l'analisi delle rappresentazioni e delle percezioni del fenomeno di adolescenti che invece non l'hanno vissuta direttamente. Questo aspetto è interessante perché introduce una componente di rappresentazione sociale, utile per analizzare non solo il vissuto diretto ma anche la percezione esterna che si ha della povertà alimentare, da parte dei/delle giovani in un paese come l'Italia. La prospettiva di chi non ha vissuto direttamente l'esperienza è rilevante non solo per il suo contributo alla comprensione fenomenologica e sociale del fenomeno, ma anche perché ha fornito spunti significativi per l'affinamento del linguaggio e dei contenuti del questionario sviluppato nella successiva fase quantitativa del progetto.

I risultati presentati in questo rapporto vanno letti in chiave fenomenologica, con l'obiettivo di esplorare come gli/le adolescenti – tanto coloro che hanno vissuto direttamente la povertà alimentare, sia quelli che non l'hanno sperimentata – attribuiscono significato a questa esperienza, attraverso narrazioni personali, emozioni, percezioni e proiezioni cognitive (Smith e Osborn 2008). L'obiettivo qui non è quello di quantificare l'entità del problema (che si auspica potrà essere fatto con indagini campionarie ampie, utilizzando il questionario a cui

¹¹ Per maggior dettagli, si veda l'Appendice metodologica a pagina 204.

abbiamo accennato precedentemente), ma quello di comprenderne la complessità vissuta e l'immagine sociale che la povertà alimentare assume nel mondo giovanile nel suo complesso.

Entrando nello specifico, l'indagine condotta risponde alle seguenti domande di ricerca:

1) Quali vissuti emotivi, significati personali e dimensioni relazionali emergono dalle narrazioni di/delle adolescenti che hanno sperimentato la povertà alimentare nella loro quotidianità?

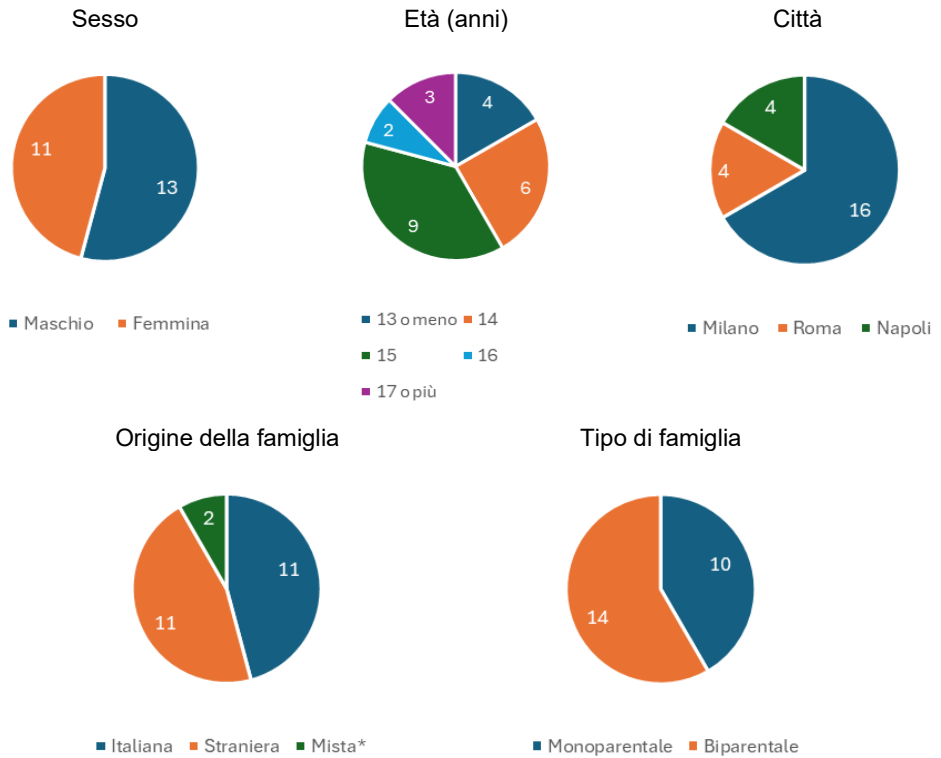
2) Come viene percepita, immaginata e rappresentata la povertà alimentare da parte di/delle adolescenti che non l'hanno vissuta direttamente, e quali proiezioni emotive e cognitive emergono nel tentativo di mettersi nei panni di chi la vive?

A guidare l'intero processo è stata un'unica traccia di intervista semi-strutturata, elaborata per stimolare una narrazione aperta ma sempre focalizzata sugli aspetti emotivi, relazionali e simbolici associati al cibo e alle eventuali difficoltà incontrate, da parte dei/delle ragazzi/e stessi/e o delle loro famiglie, nel soddisfare pienamente i bisogni e i desideri o le aspettative ad esso legati. Un obiettivo specifico, in questa fase, era il permettere l'emersione delle percezioni, delle emozioni e dei vissuti legati al fenomeno.

La forma narrativa per riportare i contenuti è stata scelta deliberatamente per valorizzare la voce e la soggettività dei partecipanti. Questo approccio consente di preservare la complessità dei loro vissuti, mantenendo il legame tra emozioni, contesto e significati personali. Seguendo l'approccio fenomenologico adottato, le storie raccontate non sono solo "casi", ma restituiscono vere e proprie forme di pensiero e costruzione del senso che le ragazze e i ragazzi danno alla propria esperienza.

Scegliere gli/le adolescenti da intervistare non è stato semplice. Il processo di selezione ha richiesto numerosi adattamenti rispetto a una pianificazione iniziale, fatta immaginando una collaborazione con istituzioni come scuole o centri di aggregazione giovanile che avessero già contatti con adolescenti nell'area della città metropolitana di Milano. L'idea iniziale era di costruire un campione composto da 25–30 adolescenti tra i 14 e i 17 anni, stratificato per variabili quali sesso, età, origine della famiglia, tipologia familiare e condizione socioeconomica. I criteri di selezione sono stati condivisi con alcune associazioni, alle quali è stato affidato il compito di individuare i/le partecipanti da coinvolgere. In particolare, rispetto al criterio relativo alla condizione socioeconomica della famiglia, e allo scopo di salvaguardare la

FIGURA 2.1 Caratteristiche del campione di adolescenti intervistati



Fonte: Nostra elaborazione

privacy dei partecipanti con riferimento ad un aspetto particolarmente sensibile, è stata lasciata totale discrezionalità alle associazioni stesse, che hanno proceduto alla selezione sulla base della conoscenza diretta delle situazioni familiari.

Alcune difficoltà organizzative hanno reso necessario ampliare l'area di indagine anche oltre il territorio di Milano, permettendo

così di includere altre realtà cittadine. Sono state individuate quindi altre associazioni a Roma e a Napoli che hanno permesso di intervistare altri/e adolescenti che rientravano nei criteri di selezione iniziali. Nonostante tali criticità, è stato possibile portare a termine la raccolta di dati sufficienti a raggiungere un adeguato livello di saturazione¹², garantendo la coerenza con gli obiettivi della

¹² Nella ricerca qualitativa si parla di saturazione nel momento in cui ci si rende conto che ulteriori testimonianze aggiungerebbero poco di rilevante ai contenuti già emersi.

ricerca. Alla fine, il campione ottenuto (che include complessivamente 24 adolescenti) rispecchia le caratteristiche previste e viene sintetizzato nella Figura 2.1.

Bibliografia

- ActionAid. 2022. *Cresciuti troppo in fretta*. Milano. <https://www.actionaid.it/pubblicazioni/cresciuti-troppo-in-fretta/>.
- Alaimo, Katherine, Christine M. Olson, e Edward A. Frongillo. 2002. «Family Food Insufficiency, but Not Low Family Income, Is Positively Associated with Dysthymia and Suicide Symptoms in Adolescents». *The Journal of Nutrition* 132 (4): 719–25. <https://doi.org/10.1093/jn/132.4.719>.
- Almeida, Isabelle Lina de Laia, Jaqueline Ferraz Rego, Amanda Carvalho Girardi Teixeira, e Marília Rodrigues Moreira. 2022. «Social isolation and its impact on child and adolescent development: a systematic review». *Revista Paulista de Pediatria* 40: e2020385. <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2022/40/2020385>.
- Asfahani, Farah, Suneetha Kadiyala, e Hala Ghattas. 2019. «Food Insecurity and Subjective Wellbeing Among Arab Youth Living in Varying Contexts of Political Instability». *Journal of Adolescent Health* 64 (1): 70–78. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2018.08.010>.
- Brown, Laura J., Jenevieve Mannell, Laura Washington, Sivuyile Khaula, e Andrew Gibbs. 2024. «“Something We Can All Share”: Exploring the Social Significance of Food Insecurity for Young People in KwaZulu-Natal, South Africa». *PLOS Global Public Health* 4 (5): e0003137. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0003137>.
- Edwards, Oliver W., e Gordon E. Taub. 2017. «Children and Youth Perceptions of Family Food Insecurity and Bullying». *School Mental Health* 9 (3): 263–72. <https://doi.org/10.1007/s12310-017-9213-8>.
- Fagioli, Massimo. 1972. *Istinto di morte e conoscenza*. L'Asino d'oro edizioni. <https://lasinodoroedizioni.it/catalogo/i-libri-di-massimo-fagioli/istinto-di-morte-e-conoscenza-2/>.
- Fagioli, Massimo. 1974a. *La marionetta e il burattino* –. L'Asino d'oro edizioni. <https://lasinodoroedizioni.it/catalogo/i-libri-di-massimo-fagioli/la-marionetta-e-il-burattino/>.
- Fagioli, Massimo. 1974b. *Teoria della nascita e castrazione umana*. L'Asino d'oro edizioni. <https://lasinodoroedizioni.it/catalogo/i-libri-di-massimo-fagioli/teoria-della-nascita-e-castrazione-umana/>.
- Gundersen, Craig, e James P Ziliak. 2018. «Food Insecurity Research in the United States: Where We Have Been and Where We Need to Go». *Applied Economic Perspectives and Policy* 40 (1): 119–35. <https://doi.org/10.1093/aep/pxp058>.
- Harmon, Jua'Chelle. 2024. «The Impact of Food Insecurities on the Development of Psychopathology in Childhood and Adolescence: A Literature Review». *McNair Scholars Research Journal* 16 (1). <https://commons.emich.edu/mcnair/vol16/iss17/>.
- Jeffrey, Craig, Jane Dyson, e Gyorgy Scrinis. 2022. «Hunger for Change: Student Food Insecurity in Australia». *Geoforum* 136 (novembre): 186–93. <https://doi.org/10.1016/j.geoforum.2022.09.011>.
- Leung, Cindy W., Anita L. Stewart, Eduardo T. Portela-Parra, Nancy E. Adler, Barbara A. Laraia, e Elissa S. Epel. 2020. «Understanding the Psychological Distress of Food Insecurity: A Qualitative Study of Children's Experiences and Related Coping Strategies». *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics* 120 (3): 395–403. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2019.10.012>.

- Masa, Rainier, e Gina Chowa. 2021. «Household Food Insecurity and Educational Outcomes in School-Going Adolescents in Ghana». *Public Health Nutrition* 24 (6): 1349–61. <https://doi.org/10.1017/S1368980020001974>.
- McIntyre, Lynn, Jeanne V. A. Williams, Dina H. Lavorato, e Scott Patten. 2013. «Depression and Suicide Ideation in Late Adolescence and Early Adulthood Are an Outcome of Child Hunger». *Journal of Affective Disorders* 150 (1): 123–29. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2012.11.029>.
- Myers, Candice A. 2020. «Food Insecurity and Psychological Distress: A Review of the Recent Literature». *Current nutrition reports* 9 (2): 107–18. <https://doi.org/10.1007/s13668-020-00309-1>.
- Orben, Amy, Livia Tomova, e Sarah-Jayne Blakemore. 2020. «The effects of social deprivation on adolescent development and mental health». *The Lancet. Child e Adolescent Health* 4 (8): 634–40. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30186-3](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30186-3).
- Palladino, Monica, Carlo Cafiero, e Roberto Sensi. 2024. «Understanding adolescents' lived experience of food poverty. A multi-method study among food aid recipient families in Italy.» *Global Food Security* 41 (giugno): 100762. <https://doi.org/10.1016/j.gfs.2024.100762>.
- Velardo, Stefania, Christina M. Pollard, Jessica Shipman, e Sue Booth. 2021. «How Do Disadvantaged Children Perceive, Understand and Experience Household Food Insecurity?» *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18 (8): 8. <https://doi.org/10.3390/ijerph18084039>.
- Whitaker, Robert C., Shannon M. Phillips, e Sean M. Orzol. 2006. «Food Insecurity and the Risks of Depression and Anxiety in Mothers and Behavior Problems in Their Preschool-Aged Children». *Pediatrics* 118 (3): e859-868. <https://doi.org/10.1542/peds.2006-0239>.

CAPITOLO 3.

ESPLORARE LA POVERTÀ ALIMENTARE IN ITALIA CON LO SGUARDO DEGLI ADOLESCENTI

Monica Palladino

R: Secondo me è giusta anche una intervista così.

D: Secondo te a che cosa può essere utile?

R: Aiutare altri come me, forse nella stessa difficoltà, però che non parlano.

Con questo capitolo entriamo nel cuore della ricerca, presentando e discutendo i contenuti emersi dalle interviste condotte sul campo. La restituzione non segue rigidamente l'ordine delle domande o degli argomenti affrontati durante i colloqui, ma propone un filo narrativo ricostruito a posteriori, con l'obiettivo di restituire in modo coerente e significativo la complessità delle esperienze raccontate. La riorganizzazione tematica, pur rispettando la voce dei/delle adolescenti, ha permesso di far emergere connessioni e passaggi narrativi che attraversano trasversalmente le interviste.

Un enorme grazie a tutte e tutti le/gli adolescenti che hanno condiviso con noi il loro tempo, le loro idee e la loro sincerità. Le loro voci, autentiche e spesso sorprendenti, danno vita a queste pagine e hanno guidato la nostra comprensione. Senza di loro, questa ricerca non sarebbe stata possibile.

3.1. Vita, percorsi e immagine del futuro degli/delle adolescenti incontrati.

Rispecchiando la varietà del campione, le voci degli/delle adolescenti restituiscono un quadro vario, fatto tanto di famiglie stabili quanto di famiglie che si sono trovate o si trovano tuttora ad attraversare passaggi complessi. In alcune case la quotidianità appare ordinata e scandita da routine riconoscibili. C'è chi vive con entrambi i genitori, con lavori regolari che garantiscono una certa stabilità: «*D: Che lavoro fa papà? R: Ha un ristorante. Cioè, ristorante, pizzeria. Un po' di tutto*». Oppure: «*Mamma ha un negozio di abbigliamento. Papà lavora nella fabbrica*» e, in un altro caso, lavora solo il papà ed è dirigente di un'azienda informatica. O ancora chi, alla domanda su eventuali difficoltà legate al cibo, risponde «*No, mai perché comunque siamo una famiglia benestante e*

comunque facciamo la spesa ogni weekend e non abbiamo particolari difficoltà economiche, soprattutto sul cibo.».

Altre storie mostrano famiglie composte in modi diversi, spesso attraversate da migrazioni, lavori precari e adattamenti continui. C'è chi racconta: *«Io sono nata qui in Italia, i miei genitori vengono dal Senegal, però io vivo con mia madre solo. Ho 14 anni, compiuti a ottobre. Sono gemella, poi ho un'altra mia sorella e due fratelli...».* A volte la rete familiare si allarga: un cugino, un bambino accolto perché altri non potevano occuparsene, che diventa fratello. Circa la metà degli adolescenti incontrati vive con un solo genitore: *«La mamma sì, il papà no»*, oppure con nonni e zii che diventano punti di riferimento quotidiano. In alcuni casi i genitori sono lontani o assenti: *«Perché allora mio padre doveva mandare i soldi, ma alla fine se ne è andato con un'altra ragazza...».* Il lavoro, soprattutto nelle famiglie monoparentali, assume diverse forme di precarietà: madri che fanno le badanti, cuoche, lavori saltuari, oppure in cerca di occupazione. E anche se si tratta di famiglie con entrambi i genitori, spesso soltanto uno dei due lavora. Non mancano periodi di difficoltà economiche che hanno costretto a cercare una sistemazione a un prezzo accettabile in case da condividere in più persone: *«Prima abitavo in una villetta... bellissima... poi siamo*

dovuti venire a vivere qua...» riferendosi a una zona più popolare. Le abitazioni diventano spazi affollati, da condividere: *«No, ho una stanza con due mie sorelle... quando entrambi dobbiamo fare i compiti, andiamo in due stanze diverse».* Emerge così il tema degli spazi domestici: non tutti hanno una stanza propria, molti condividono camere con fratelli e sorelle, qualcuno dorme in sala su un divano letto, rendendo evidente un legame tra povertà alimentare e povertà abitativa. Questo viene vissuto a volte con rassegnazione, a volte come privazione di libertà e intimità. Nonostante le difficoltà, emerge il desiderio di autonomia e di futuro: *«Mi piace essere un uomo che c'ha soldi, aiutare mia madre, comprarmi una casa, avere una macchina o una moto, essere muscoloso o forte, sempre avere mia madre».*

Il rapporto con la scuola appare come una combinazione di scelte personali, occasioni mancate e percorsi che si trasformano strada facendo. Ad eccezione di tre tredicenni, tutti gli altri (14-17 anni) frequentano le scuole superiori in quartieri vicini a casa, così che possono raggiungere la scuola a piedi o con i mezzi pubblici; solo alcuni/e percorrono ogni giorno tragitti più lunghi, con la metro o l'autobus, imparando presto a muoversi da soli. Le opinioni sulla scuola sono diverse. C'è chi la vive con entusiasmo, parlando con

orgoglio di indirizzi scelti per passione – come gioielleria o estetica – e di professori/esse percepiti quasi come amici/he, capaci di ascoltare e accompagnare. Altri/e raccontano invece la fatica di lezioni troppo frontali, poca interattività, la sensazione di studiare più *«per il voto»* che per curiosità o crescita personale. Gli intervalli, spesso giudicati troppo brevi, diventano momenti preziosi ma insufficienti per rifiutare davvero. Gli inciampi capitano. C'è chi ha cambiato scuola dopo essersi accorto di aver scelto un indirizzo sbagliato, o chi è stato bocciato più volte per problemi familiari o personali.

Accanto allo studio ci sono passioni che riempiono le giornate come lo sport, il teatro, la musica, il disegno, la danza, e anche la cucina, che qualche adolescente descrive come un interesse coltivato fin da piccoli/e, poi trasformato in una scelta scolastica, per scoprire però che forse stare dietro i fornelli senza il contatto con le persone potrebbe non essere ciò che desiderano davvero. Oppure, c'è chi ha trovato invece nell'estetica o nella manualità un campo in cui investire le proprie energie, anche se la precarietà economica in famiglia spinge a pensare presto al lavoro per aiutare la madre, avere un'indipendenza economica, per non dipendere più solo dal *«non arriviamo a fine mese»*.

In questo percorso fatto di scelte, passioni e necessità, la pandemia ha rappresentato un ulteriore banco di prova. Il vissuto della pandemia emerge come un'esperienza segnata dall'attesa e dall'incertezza, in cui il tempo della crescita si è incrociato con quello della sospensione. Alcuni/e lo ricordano come una frattura a causa della mancanza di socialità o per l'idea di essersi persi un passaggio importante tra medie e superiori. Il periodo ha coinciso per molti con l'età delle prime uscite, delle amicizie da vivere più intensamente. La chiusura, invece, ha bloccato queste possibilità: *«Ero piccola, quindi avevo voglia di fare amicizia, di unirmi ancora di più con la mia classe perché poi ero in seconda media per cui volevo uscire, volevo stare con i miei amici, volevo abbracciarli e non poterlo fare per me è stato difficile»*. Raccontano un po' tutti/e che le giornate scorrevano uguali, tra la scuola a distanza e gli spazi domestici sempre più stretti. Il filo rosso che attraversa molte voci è quello della perdita: *«Si potevano fare tantissime cose»* o ancora, *«...anche poi a livello personale, perché comunque da un momento all'altro ci siamo ritrovati chiusi in casa e il periodo che io ho vissuto nel covid poi è anche stato un periodo diciamo di crescita»*. La didattica a distanza permetteva di rimanere a letto o di iniziare più tardi, una comodità per alcuni, ma per altri era faticosa e priva di

stimoli. Accanto a questo emerge la solitudine: «*Mi sono abituato a stare sempre a casa... D: quindi poi è stato difficile tornare? R: sì. Ho smesso di uscire poi ci ho messo troppo per ritornare come prima*». Nelle parole di altri/e adolescenti torna lo stesso senso di mancanza: «*Ovviamente il fatto che siamo dovuti rimanere a casa per questa pandemia ha tolto delle cose importanti per noi*». Non tutto, però, è negativo: c'è chi ricorda con piacere il tempo in più trascorso con la famiglia, le serate condivise o la leggerezza di una scuola 'semplificata' dietro lo schermo.

Oggi tutto appare come un ricordo lontano, mentre il futuro resta per molti/e una domanda aperta, tra sogni, paure e desideri di riscatto. Qualcuno/a ha già le idee chiare, pronto/a a costruire un percorso preciso, e chi, tra cambi di scuola, stage e bocciature, sente ancora di dover trovare la propria strada. Lo sguardo di altri/e è fatto di curiosità, e sale l'immagine di un futuro come di un terreno da esplorare fatto di viaggi, nuove lingue, incontri, esperienze. Qualcun altro/a, invece, ne parla con preoccupazione: la paura di fallire, di non trovare lavoro, di non essere all'altezza, di prendere decisioni sbagliate che segneranno la vita: «*Il futuro mi spaventa un pochino... perché penso a cosa potrebbe non succedere. Cioè, qualcosa che ho sempre voluto fare e magari non riuscirò mai a farlo*» oppure un'altra

voce che aggiunge: «*Il futuro? Di fallire. Perché, se fallisci poi non hai più speranze nella vita*». Per alcuni/e l'incertezza è un ostacolo, per altri/e una spinta a non mollare: «*Mi sento triste, ma allo stesso tempo motivato, perché mi viene voglia di fare soldi, di trovarmi un lavoro, anche se ho 15 anni*». C'è chi prospetta un piano A e un piano B, mentre altri/e confessano di volere semplicemente una vita felice, «*pura e semplice*». Le differenze economiche pesano nello sguardo sulla vita di tutti i giorni. Alcuni/e non si sentono limitati/e, perché magari il ristorante di famiglia garantisce sicurezza; altri/e raccontano di rinunce, di pizze saltate, di viaggi mancati. E c'è chi guarda ai/lle coetanei/e che «*hanno i soldi e possono permetterselo*» con un misto di ramarico e fiducia: «*Un giorno ce la faremo tutti*». In ogni voce risuona una spinta comune: la ricerca di stabilità, indipendenza, riconoscimento. E il desiderio, espresso con semplicità, di «*...io spero di avere un futuro migliore della mia adolescenza*».

3.2. La libertà di scegliere cosa, quanto, come, quando e con chi mangiare. Vissuti e percezioni della povertà alimentare nelle loro voci.

Mangiare non è mai solo nutrirsi. Nell'adolescenza, l'alimentazione rappresenta uno spazio quotidiano dove convivono desideri, regole, gusti personali e rituali collettivi. Attraverso il cibo, i/le ragazzi/e esprimono preferenze, rifiutano imposizioni, seguono abitudini di famiglia e si confrontano con le norme scolastiche. L'alimentazione, in questo senso, diventa un ambito in cui si bilanciano quotidianamente autonomia e regolazione: da un lato c'è la libertà individuale — intesa non solo come autonomia nel decidere cosa, quanto, come, quando e con chi mangiare, ma anche come capacità riflessiva di attribuire senso e valore a queste scelte — e dall'altro, le strutture educative, familiari ed economiche che orientano, limitano o guidano tali decisioni. In questo ambito si possono generare effetti che toccano tanto la sfera materiale che quella emozionale, quest'ultima direttamente legata al benessere mentale. Queste influenze contribuiscono a definire i confini entro cui la libertà di scelta si può esercitare, coinvolgendo le sue dimensioni culturali, relazionali e

materiali, confini che possono diventare veri e propri ostacoli, soprattutto in presenza di situazioni di oggettive difficoltà economiche della famiglia.

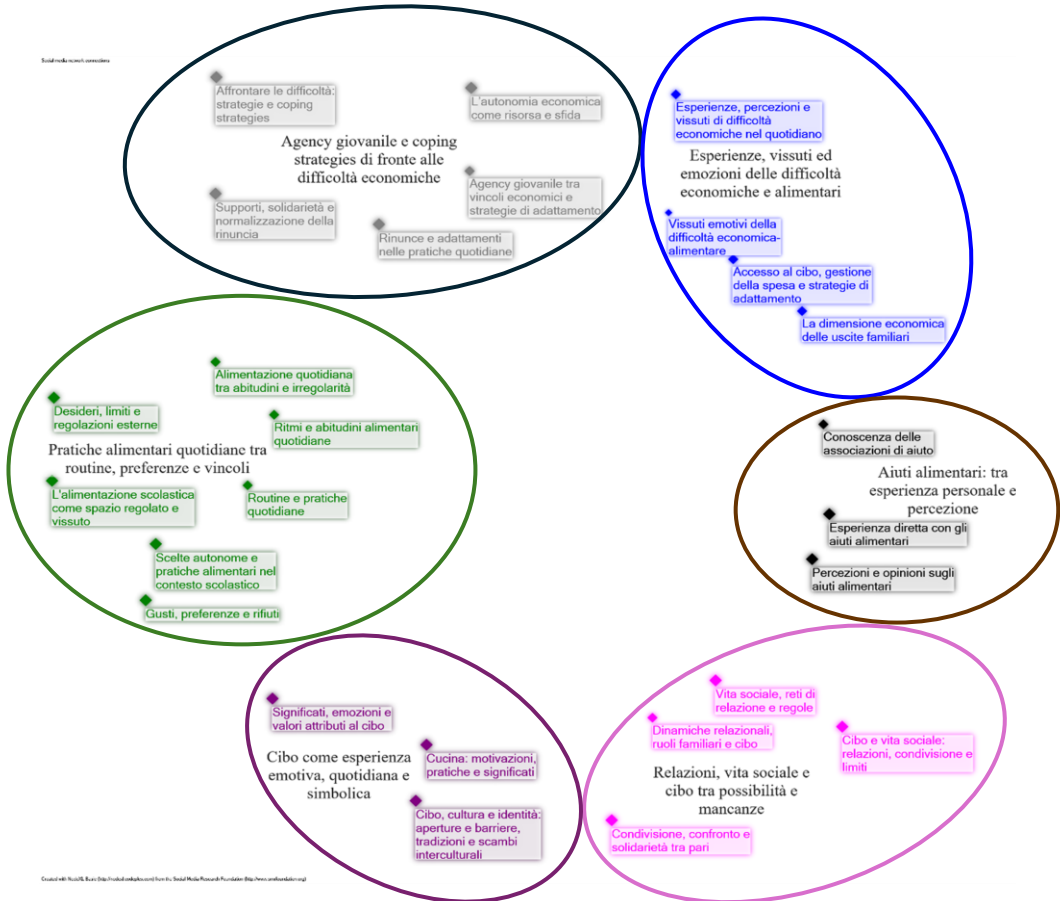
L'analisi qualitativa dei contenuti delle interviste ha portato all'individuazione di sei macro-temi che ruotano attorno al cibo (Figura 3.1), attraverso i quali è possibile comprendere innanzitutto perché e in che modo il cibo assume significato nella vita degli adolescenti intervistati. A partire da questa prima dimensione, l'analisi si è poi focalizzata su come la limitazione della libertà di scelta alimentare - se c'è - si manifesta, quali forme assume, quali effetti genera e quali strategie vengono messe in atto dai ragazzi e dalle ragazze che la subiscono per fronteggiare tale limitazione. In questa narrazione trovano spazio anche i pacchi alimentari, descritti da alcuni come parte della propria quotidianità, vissuti in prima persona e spesso associati a sentimenti di gratitudine o normalizzazione.

3.2.1. Cibo come esperienza emotiva, quotidiana e simbolica

Oltre il piatto: il cibo che parla di emozioni, incontri e vita quotidiana

Il cibo, nei racconti dei ragazzi e delle ragazze, non è mai una cosa sola. Per molti è un bisogno

FIGURA 3.1 Macrotemi e temi emersi dall'analisi delle interviste



Fonte: Nostra elaborazione

quotidiano, un bisogno che tiene in vita, dà energia e permette di affrontare scuola, sport e impegni «*Senza cibo non possiamo vivere*», dicono, riconoscendone la funzione vitale ma anche l'abitudine ripetuta più volte al giorno, fino a diventare quasi invisibile nella sua normalità. Allo stesso tempo, il cibo è responsabilità, salute, crescita. Gli/le adolescenti ne parlano con

consapevolezza, non solo nutrimento ma anche responsabilità personale e rispetto verso gli/le altri/e, evitando sprechi e imparando a gestire i propri limiti: «*è importante per la crescita, rispettarci e saper mangiare, cioè, per esempio, quando ho delle allergie, cioè, devo sapere quali cibi posso mangiare e quali no. Per esempio, quando esco con gli amici*

o a casa, cucinano qualcosa che tu non puoi mangiare, devi dirlo prima, prima che poi si spreca quel cibo che ti hanno preparato». Oppure c'è chi esprime il contrasto tra piacere immediato che il cibo può dare e una responsabilità futura, segnalando una maturazione nello sguardo sul cibo come scelta di salute e cura di sé: «Ora mangio quello che mi piace, ma so che tra qualche anno dovrò abituarli anche a cibi che non mi piacciono per la salute».

Ma il cibo non è solo nutrimento, è anche spazio emotivo e simbolico. C'è chi lo definisce *«un posto metaforico dove puoi provare emozioni»* associando la dolcezza e l'asprezza dei sapori a diversi stati d'animo: *«Per esempio, un cibo dolce può far provare un po' di felicità un cibo invece aspro può far provare un po' di... non mi viene la parola... di asprezza... nel senso personale, di un'emozione di asprezza»*. Viene vissuto come rifugio nei momenti di tristezza, come valvola di sfogo nelle difficoltà, *«Quando sei triste mangi di più, quando sei felice o hai ansia mangi comunque»*, dice un ragazzo, oppure un'altra voce che dice: *«Quando succedeva una cosa brutta mi affondavo nel cibo perché era l'unica cosa che mi faceva sentire meglio»*. Oppure come sollievo dopo la fatica della giornata: *«Quando torno da scuola affamato e finalmente mangio, è un sollievo»*. Non mancano i richiami

alla memoria dei piatti preferiti e della tradizione della famiglia di origine, che evocano ricordi e legami con luoghi e momenti felici: *«Certe volte quando mangio i miei piatti preferiti mi fa pensare ai momenti belli che stavo in Brasile, come quando mia madre fa il churrasco»*.

E poi c'è la dimensione sociale. A scuola, al bar, a casa di amici, il cibo è occasione di incontro e di scoperta. Una merenda condivisa, un'arancina portata da una compagna, un piatto filippino preparato dalla mamma di un amico: frammenti di mondi che si incontrano. Nelle parole di una ragazza arrivata in Italia circa due anni fa, il cibo viene rappresentato come un ponte relazionale e uno strumento di inclusione, capace di favorire accoglienza e nuove amicizie: *«Il cibo un po' ci unisce tutti, non solo nella famiglia, anche con le amicizie, perché, quando sono arrivata mi hanno invitato a una cena e di qualche maniera ho fatto amicizia grazie al cibo»*. Le fa eco l'esperienza di un'altra adolescente: *«È un modo per conoscersi, confrontare gli argomenti [...] conoscere le culture e conoscere anche bene la persona magari»*. Simile, l'esperienza di un'altra adolescente che racconta come un pranzo con sconosciuti può trasformarsi in occasione di apertura: *«Si sa che il cibo ci serve per nutrirci, avere energia. È importante anche perché... per me*

è importante perché magari ho legato con molte persone, mi ha legato di più con persone che magari non ero così...cioè, non erano stati amici così stretti per me». Mangiare insieme è una delle forme più semplici e immediate di socialità. «Spesso quando si esce lo si fa per andare a mangiare insieme», spiegano, perché forse il tavolo di un bar o la pizza condivisa in pizzeria diventano spazi in cui ci si riconosce come gruppo.

Il rapporto con il cibo passa anche dalla cucina che potremmo forse definire, per alcuni/e, un terreno di sperimentazione identitaria. Nel loro racconto cucinare è un modo per testare i propri limiti, prendersi cura, inventare e immaginarsi adulti, ma è anche sperimentazione, necessità, piacere e passione. C'è chi ammette senza esitazione: «...no, non mi piace cucinare. Preferisco mangiare», oppure racconta che si mette ai fornelli solo per necessità: «La faccio abitualmente perché, ad esempio, per [avere il permesso di] uscire devo fare qualcosa. O cucino o lavo i piatti. Normalmente lavo i piatti. Però ci sono delle volte che devo cucinare per forza». Per qualcun altro/a cucinare rimane una sfida incerta: «So fare le crêpe però mi vengono una volta sì e dieci no». Accanto a queste posizioni più distaccate, emergono racconti di vera e propria passione «Io sono un amante della cucina. Cucino tutto il giorno, tutti i giorni. Sono sicuro che, se andassi a fare qualsiasi tipo

di concorso junior, lo vincerei», racconta un ragazzo, esprimendo l'orgoglio delle proprie abilità. Per lui cucinare non significa seguire regole rigide, ma giocare con ciò che ha a disposizione: «A me piace tanto la parte artistica, ovvero adeguarmi a quello che c'è... unisco diversi sapori di cose, tra dolce lo metto con salato a volte. E non esce male». Accanto al piacere, c'è però anche il bisogno pratico. Si cucina quando non c'è nessuno a casa, quando la madre torna stanca dal lavoro, o semplicemente per sfamarsi la sera. «Se mi sento gentile, preparo un sandwich anche per mio fratello», dice un ragazzo, mostrando come il cucinare diventi anche un piccolo gesto di cura quotidiana. Le pratiche culinarie sono fatte anche di apprendimenti e tentativi. Alcuni/e ricordano le attività scolastiche alle elementari, altri/e parlano delle ricette imparate in famiglia, tra cui la marmellata di fragole che la sorella gli ha insegnato a fare, la memoria degli "strufole" preparati da bambino con la madre. La cucina assume poi anche una dimensione sociale. Non è raro proporre agli amici di vedersi per cucinare insieme, come racconta un ragazzo: «Sì, perché io ho il mio gruppo di amici da tanti anni ormai. E quando... ogni tanto ci invitiamo a casa nostra. E vabbè, quando io vado dal mio miglior amico, ad esempio, stiamo tutti insieme. Siamo io e il mio amico che cuciniamo perché a noi due piace farlo. Quindi sì, abbiamo

creato la pasta... una pasta egiziana/sarda, perché lui è sardo. E quindi... è una pasta che ha il guanciale, le zucchine, poi spezie orientali, che è la parte egiziana».

«*Sì hai voglia*» risponde chi, alla domanda sui piatti d'origine, riconosce la cucina di casa come un archivio vivo, da custodire. Il rapporto degli/delle adolescenti con il cibo è intrecciato alla memoria delle origini della famiglia, alla curiosità per altre culture e alla possibilità di condivisione. A volte è il padre a riportare un sapore: «*Mio padre... fa un dolce che... è buonissimo*», altre volte è la teglia conica a riaprire un paesaggio: «*La tajine... carote, patate... papà mette la carne, buonissima... l'uva secca*». E quando c'è più tempo, il rito si allunga: «*La domenica mia mamma fa un dolce da mangiare ogni domenica*». Qualcuno/a racconta di piatti legati al paese di provenienza, quando stimolato/a a pensare a un piatto che vorrebbe mangiare più spesso ma non è sempre disponibile: «*un piatto... peruviano credo, che sempre lo mangiavo in Perù*». Oggi, però, questi sapori non fanno parte della quotidianità come qualcuno vorrebbe: «*Sì. No, alcune volte lo facciamo, ma... pochissimo*», spiega un ragazzo, sottolineando come la distanza dai negozi etnici renda complicato mantenere certe abitudini anche se la famiglia prova a ridurre questa "distanza": «... perché mamma a volte ci compra

delle cose che sono peruviane, anche se costano un po' di più, per noi». Qui il cibo diventa un ponte tra passato e presente, ma anche segno di sacrificio. In altri casi prevale l'abitudine al quotidiano, come spiega un altro ragazzo: «*Pure io mangio certe volte il cibo d'origine però la maggior parte delle volte il cibo italiano*». Non perché il cibo tradizionale non gli piaccia, ma perché «*sono più abituato a mangiare il cibo italiano*». Un altro adolescente, di origini egiziane, racconta: «*Piatti egiziani? Allora, non mi piacciono per niente perché sono molto speziati, però, se devo sceglierne una, sceglierei un piatto di carne che si chiama Kofta*».

Il cibo è anche scambio interculturale e una porta per, e sull'altro: «... *una mia amica è italiana ma la mamma è ucraina... e a volte mi porta dei dolcetti ucraini... sono diversi ma sono comunque buoni*». Le esperienze si fanno anche con amici/che e in quel caso diventano ancora più creativi, preparando una pasta che mescola guanciale, spezie orientali e perfino il "casu marzu": «*Nella pasta ci mette proprio quel formaggio e anche i vermi. Ce l'ha suo padre... lo tiene proprio tipo incatenato in una cassaforte*». A volte quella porta apre verso il riconoscimento culturale e la condivisione: «*Ho un migliore amico sudamericano... a casa sua c'è sempre riso, fagioli, pollo... a volte gli chiedo 'Fra', portami un po' di riso con pollo!*» Ma

la frase che torna, come una piccola espressione di etica quotidiana, è semplice e efficace: «*Prima assaggi, poi se non ti piace dici non mi piace*». In quel “prima assaggi” c’è educazione, attenzione al gusto, ma senza rifiutare a priori, e descrive un atteggiamento che unisce rispetto, educazione e desiderio di scoperta.

3.2.2. Pratiche alimentari quotidiane tra routine, preferenze e vincoli

Tra scelte e limiti: l’esperienza alimentare quotidiana degli adolescenti

Le abitudini alimentari quotidiane degli/delle adolescenti incontrati/e si muovono tra regolarità e discontinuità, tra cibi che diventano rituali, desideri non sempre realizzati e piccoli margini di negoziazione. La colazione è il punto più fragile: c’è chi la fa sempre con latte, biscotti o cereali, chi preferisce un tè veloce o uno yogurt e non riesce a saltarla perché «*senza colazione non mi sento bene*». Ma altri/e raccontano il contrario: mattine di corsa, sveglie troppo tardi o semplicemente per mancanza di fame appena alzati «*non ho fame al mattino*», portano a uscire di casa senza aver mangiato nulla. Per alcuni/e è solo questione di tempo «*mi è capitato almeno due o tre volte che mi sono svegliata alle sette e mezza e ho dovuto fare di corsa*», per altri/e è il corpo

stesso a rifiutare il cibo: «*se mangio subito appena sveglio, mi viene il magone*», «*la mattina non ce la faccio, mi verrebbe da vomitare*».

Quando la colazione manca, si cercano soluzioni di ripiego: le macchinette a scuola, un cornetto al bar, oppure «*scroccare un pezzo di merenda da un compagno*».

Nonostante ciò, alcuni/e raccontano di saper reggere la mattinata anche a stomaco vuoto, come qualcuno dice: «*dopo dieci minuti la fame passa*». Altri/e confessano di resistere fino alle dieci con fatica, spingendo la fame fino all’intervallo. Gli intervalli stessi variano a seconda delle scuole: dieci o venti minuti, due volte nella mattinata, oppure una sola pausa lunga. Alcuni/e li giudicano insufficienti «*dieci minuti non bastano neanche ad alzarsi dal banco*», altri/e raccontano di gestioni informali, come la professoressa che consente di mangiare qualcosa durante la sua ora di lezione. Le mense scolastiche compaiono in poche esperienze, legate soprattutto a qualcuno che frequenta ancora la scuola media. Nelle superiori, la responsabilità del pranzo e della merenda ricade interamente sulle famiglie e sugli studenti/esse stessi/e. C’è chi porta da casa panini, frutta, succhi o biscotti, e chi si affida ai distributori e al bar della scuola, comprando cracker, patatine, cornetti. Alcuni condividono il cibo con i compagni, scambiandosi merende, mentre altri

rinunciano perché «*non c'è quello che vorrei*» o perché «*sarebbe uno spreco chiedere soldi per comprare fuori, se ho già la merenda nello zaino*».

Il pranzo rappresenta il momento più stabile: la pasta è onnipresente, quasi sempre al sugo, a volte accompagnata da carne bianca veloce da preparare, hamburger o cotolette. Alcuni però ammettono che a volte «*non c'è nulla di pronto e non si mangia*», soprattutto se i genitori sono al lavoro. La cena spesso ricalca il pranzo, con un secondo o nuovamente pasta. La domenica, invece, assume un carattere speciale: pasta al forno, carne *halal*, piatti della domenica abbondanti, o semplicemente «*piatti diversi perché ci sono ospiti*».

Alcuni piatti invece sono legati agli affetti, come i dolci della nonna, che mancano non solo come sapore ma come presenza, diventando il simbolo di qualcosa di bello che non sempre è disponibile. E tra i piatti preferiti emergono lasagne, pasta al ragù, pizza, carbonara, pollo allo spiedo e sushi. Per alcuni/e sono i «*piatti della felicità*», legati a ricordi familiari; per altri/e invece richiamano i limiti domestici e le ristrettezze economiche, soprattutto nell'acquisto della carne: «*La carne rossa mi piace tanto, ma costa troppo: la mangiamo tre-quattro volte al mese, ma prendiamo quella buona da 8-9 €*». O ancora: «*Cioè, sì, si mangia però anche quella, non sempre, non abitualmente... perché*

non c'è sempre disponibilità». Altri/e evocano il pollo fritto quasi come un lusso, legato a momenti speciali, consumato nei weekend o durante festività importanti. C'è chi vorrebbe mangiarlo più spesso ma riconosce che resta qualcosa che ci si può concedere solo in certe occasioni: «*Al massimo il pollo fritto, [che non possiamo permetterci] quando non abbiamo troppi soldi... di solito lo mangiamo nei weekend o nelle festività importanti*». Una ragazza, arrivata in Italia da un paio d'anni, racconta dell'esperienza e della sensazione di aprire il frigorifero vuoto non con tristezza, ma con preoccupazione, esprimendo forse lo spaesamento di chi vive l'emigrazione come promessa di benessere, ma incontra privazioni inaspettate che mettono in discussione quella promessa: «*[è successo] quando mamma non andava al lavoro, che ne so, quando sono più o meno arrivata, c'erano poche cose... tipo solo delle uova e latte. D: E quindi quella sensazione di frigo vuoto invece? R: Non era che mi faceva rimanere male, solo che era una sensazione di preoccupazione. Non so, io mi chiedevo perché non c'è cibo se siamo venuti per migliorare la vita? Mi sembrava una cosa strana*».

Non mancano aperture verso cucine "altre": il sushi è spesso citato come simbolo di un'alimentazione straniera apprezzata, seppur costosa. Qualcuno lo adora, altri lo rifiutano

per il gusto o la consistenza. Un adolescente, in particolare, lo ha definito «... *un cibo veloce senza anima. La pizza, secondo me, ha più anima del sushi. Poi ovviamente in Giappone, secondo me, il sushi avrà più anima come in Italia la pizza*» esprimendo l'idea che l'«anima» di un cibo non sta solo nel piatto in sé, ma nella cultura, nella memoria e nel vissuto collettivo che lo accompagnano. All'opposto, qualcun altro/a vorrebbe mangiarlo più spesso ma non può permetterselo «*Quello [il sushi] quando capita, perché comunque li ci vogliono i soldi. Vabbè... l'ultima volta ci sarò andato un mesetto fa*», o ancora un'altra voce: «*Ci vado una volta al mese, quando arriva lo stipendio a mamma*».

3.2.3. Relazioni, vita sociale e cibo tra possibilità e mancanze

Stare insieme: affetti, vita sociale, cibo, rinunce e solidarietà tra pari

Per molti degli/delle adolescenti intervistati, la casa è il luogo in cui il cibo ha valenza affettiva. In famiglia, il cibo è percepito come momento di unione: «*Quando sono a tavola con tutta la mia famiglia, ridiamo e scherziamo. Parliamo*». Ma mangiare insieme non è un'esperienza scontata. Ci sono case in cui si mangia sempre tutti insieme, a pranzo e a cena, ma altre dove il pasto condiviso è

diventato quasi estraneo, perché condizionato dai ritmi di lavoro o da altre situazioni familiari: «*Non so nemmeno come sia mangiare e parlare insieme*». Eppure, quando capita, lascia il segno: «*È bello, sì. Perché si sta tutti insieme, mangiando*». Quasi un desiderio sospeso, che riemerge nei ricordi delle vacanze o nei momenti speciali. Per qualcuno/a, il ricordo più vivo resta quello delle grandi tavolate al paese, con grigliate e cene infinite: «*Vorrei tornare giù e rifare una cena del genere*». Può anche essere solitudine, quando si mangia da soli o quando le assenze degli adulti lasciano i/le ragazzi/e a cucinare per sé, per i fratelli/sorelle, o persino per gli amici/che dei fratelli/sorelle «*è raro, io mangio sempre in cameretta da solo*».

In molte case è la madre a sostenere il ritmo quotidiano, e lo fa nella preparazione dei pasti, con la rinuncia a qualcosa dal proprio piatto per offrirlo ai figli/e, oppure quando accoglie gli amici dei figli/e perché possano condividere la tavola. «*Mia mamma è super, aiuta un sacco*», a cui fa eco la voce di un'altra adolescente che dice «*Mia mamma c'ha sempre provato a non farci mancare nulla*». Altre volte, però, la sua assenza pesa: «*Molte volte non c'è a cena, e allora cucino io... a volte anche per mio fratello e i suoi amici, senza poter stare con la mia amica o per i fatti miei*». Cucinare diventa così un impegno non scelto, un compito di

responsabilità precoce. Accanto alla madre, ci sono figure che tengono insieme l'economia familiare in modo diverso. Le nonne, ad esempio, restano un pilastro silenzioso: *«Ogni domenica viene da noi e mi dà la mancia settimanale... con quella ci campo e riesco anche a mettere da parte»*. Oppure cucinano i piatti che piacciono di più proprio per i/le nipoti, un modo per dire che l'affetto passa anche dalla tavola. Il cibo si lega anche a rapporti più profondi e a un senso di riconoscenza nei confronti dei genitori: *«Cioè, sì, questa cosa sì, ma io lo riconosco, me ne accorgo. Anche che mia madre spesso... lei mi concede il suo pasto. Cioè, capita, capito? che lei non mangia perché io ho fame, capito? Lei si toglie il cibo dal piatto per darlo a noi, ma penso che ogni madre farebbe la stessa cosa»*. In queste parole si coglie la dimensione di sacrificio che attraversa molte storie familiari, insieme alla consapevolezza dei/delle figli/e che imparano a riconoscerlo.

Le uscite con gli/le amici/che, per molti ragazzi/e, non sono una cosa scontata, ma qualcosa da incastrare tra scuola, altri impegni, disponibilità di soldi e permesso ottenuto dai genitori. Durante la settimana quasi nessuno/a esce, perché devono fare i compiti, studiare, oppure prepararsi per le verifiche. Il tempo libero si concentra nel fine settimana, ovvero il venerdì, se non

ci sono altri impegni, ma soprattutto il sabato e la domenica. Allora si esce nel quartiere, sempre in zona, oppure ci si organizza per andare in centro, al cinema, al parco. I ritmi, però, sono scanditi anche dalle regole familiari: c'è chi racconta di dover rientrare molto presto, alle cinque del pomeriggio, lamentandosi che *«gli amici stanno fino alle sei e mezza»* dice un'adolescente. Qualcun altro/a racconta che non esce tanto perché *«non sono quel tipo»*, quindi non per scelta, ma per carattere. Altri/e invece si definiscono molto sociali, e non concepiscono una settimana senza almeno una volta un'uscita con gli amici. C'è chi racconta però anche dei vincoli culturali o religiosi: non si va a casa degli amici perché *«in Egitto si va solo dai parenti»*, e quando gli viene chiesta un'opinione su questo modello culturale, lo definisce *«abbastanza idiota»*: un giudizio netto che rivela distanza critica, disaccordo e suggerisce un desiderio implicito di apertura. In queste uscite il cibo conta. Alcuni ricordano con piacere le volte in cui hanno mangiato a casa di amici/che di culture diverse: dolci ucraini al cioccolato, piatti filippini a base di riso e pollo. Il cibo è soprattutto occasione di socialità: *«Quando si mangia in compagnia si scelgono sempre gli alimenti che piacciono a tutti»*. Mangiare con gli/le altri/e fa venire più voglia, toglie la vergogna, rende più leggero anche il rapporto con il proprio corpo. *«Quando sto con gli*

amici rido e mangio di più», spiega una ragazza. Per altri/e non è la parte centrale dell'uscita — «si può anche mettere da parte, non è fondamentale» — ma è comunque il mezzo attraverso cui stare insieme, un pretesto che accompagna chiacchiere e risate.

Con gli/le amici/che il cibo diventa parte integrante dell'uscita, anche in forme semplici: patatine, cioccolatini, una pizzetta presa sotto casa. Oppure scandisce i percorsi e diventa il posto sicuro in cui ritrovarsi. Per altri/e, invece, il *fast food* è il punto di riferimento fisso come la domenica, dopo la messa andare sempre al Mac o il venerdì, se escono la sera *«già che ci siamo mangiamo tutti insieme»*. Non per tutti/e però i soldi bastano sempre e il peso della mancanza si sente. *«Cavolo, quello là c'ha i soldi, se lo può permettere»,* ma poi aggiunge *«però poi non è che ci sto tanto a pensare, perché tanto, un giorno ce la faremo tutti no?»*. Piccoli squilibri che, nell'età dell'adolescenza, possono diventare motivo di disagio o di esclusione. Alcuni/e tengono da parte qualcosa *«solo per queste occasioni»*, altri/e come loro stessi/e ammettono *«scroccono»* o si organizzano in gruppo: *«Se non ho soldi, faccio metà e metà con qualcuno o con tutti. Alla fine, mangio sempre, che pago o non pago»*. Altre volte il limite diventa un motivo di esclusione: *«Eravamo a mangiare e a questo ragazzo non bastavano i soldi. Una parte del*

gruppo lo prendeva in giro, noi invece gli abbiamo detto: tranquillo, questa volta paghiamo noi».

C'è chi ammette di aver rinunciato a un'uscita perché non aveva soldi, chi racconta che capita spesso: *«Tutti i miei amici vanno al Mac, ma io non ho soldi. A volte dico: o me lo paghi tu, o io sto a casa»*. Alcuni/e trovano strategie per arrangiarsi, raggiungendo il gruppo in un secondo momento o affidandosi alla solidarietà degli amici/che: *«Se qualcuno non ha, lo aiutiamo»*. Con gli/le amici/che, il cibo diventa così scambio, una piccola ma importante pratica di solidarietà. *«Quando qualcuno non ha, lo aiutiamo»*. Ci si divide la merenda, si *«scrocca»* a casa altrui, si va insieme al mercato del sabato per le patatine. È un linguaggio semplice e concreto che definisce appartenenza, anche quando i soldi non bastano a tutti/e. *«A volte mi tocca rinunciare, però se hai mangiato a casa non hai bisogno di mangiare fuori. Però, se i tuoi amici mangiano fuori, mangia con loro»*. C'è chi si dimentica i soldi a casa e allora trova negli amici un sostegno: *«Alcune volte il mio amico mi dà delle sue cose e altri giorni io le do a lui»*. È un dare e avere che non pesa, che diventa naturale, quasi un codice implicito: *«Ad esempio, non vado a portare il cibo a casa di un mio amico però se ho metà panino, glielo offro»*. Sono reti di solidarietà che si costruiscono nel quotidiano, tra panini divisi, merende passate di mano, inviti a

sedersi insieme. E poi emerge il senso di condivisione delle difficoltà con i coetanei del quartiere e, al tempo stesso, uno sguardo di speranza: vedere gli amici più grandi “uscire” da quella condizione diventa segnale che un cambiamento è possibile anche per sé: *«Ci sono molti miei amici che erano nella mia stessa situazione. Comunque, abitano tutti qui, si capisce un po' la situazione. Solo che loro, essendo più grandi, pian piano ne stanno uscendo».*

3.2.4. Esperienze, vissuti ed emozioni delle difficoltà economiche e alimentari

Il disagio invisibile di non poter scegliere

Per gli/le adolescenti le cui famiglie si trovano in una condizione economica instabile, i cambiamenti nelle risorse disponibili sono evidenti: momenti di lavoro perso, affitti e bollette difficili da pagare, internet e televisione tagliati per risparmiare. *«Era il mio trauma»*, racconta qualcuno, ricordando di essere rimasto senza connessione a dieci anni. Qualcun altro/a lega i periodi più difficili all'assenza dei nonni: quei duecento euro che arrivavano ogni mese erano un'ancora di stabilità, e con la loro scomparsa la famiglia si è trovata *«sballottata»*. Anche i cambiamenti più grandi, come il trasloco da una casa bella e spaziosa a un appartamento più modesto dopo la

perdita del lavoro o la crisi economica, rimangono impressi e sono evidenti segni della consapevolezza di un cambiamento economico: il giardino, la casetta di plastica, la doccia *«come il paradiso»* a casa dei cugini. Sono ricordi che non lasciano spazio all'invidia, ma accendono confronti silenziosi tra ciò che si ha e ciò che si potrebbe avere: *«La casa la vedo ancora oggi ogni tanto, passando. È cambiata completamente, ma mi ricordo il giardino. Ho ricordi anche della camera di mia madre, basta. Solo quelli mi vengono in mente: del giardino mi ricordo io con i miei cugini, perché io avevo i trattori, le macchinette quelle cose così, con i pedali. E avevo anche uno scivolo mi sembra e una casetta di plastica, e ci divertivamo lì fuori. Poi, l'unica cosa che ricordo della stanza di mia madre è una mensola di marmo sopra il letto. Non so perché, ci sbattevo sempre la testa, questo. Mi ricordo solo questo.»*

Molti ragazzi/e osservano la situazione in disparte, protetti in parte dai genitori ma consapevoli di non poter fare molto: *«... non è che ce ne parlano poi così tanto, perché comunque alla fine pure se parlano con noi, non è che possiamo dare una mano. Siamo ancora piccoli»*. Altri/e sviluppano presto un atteggiamento pratico, imparando a confrontare prezzi e quantità, a scegliere la convenienza, a riconoscere le strategie dei supermercati. La spesa diventa il

luogo in cui queste dinamiche emergono, a volte improvvisata, senza liste, fatta “a occhio” ma sempre condizionata dal prezzo. Le madri, lo abbiamo visto, sono spesso al centro dei racconti, descritte come coloro che si privano del loro piatto per lasciarlo ai/alle figli/e fingendo di non avere fame, o che comprano meno pur di far quadrare i conti. In particolare, il ricordo di una ragazza: *«Mi capitava anche da piccola che magari quando avevamo poco cibo dicevo: mamma ho ancora fame... e lei mi dava metà del suo piatto dicendo: ‘tieni amore, non ho fame’». Il sacrificio dei genitori è ancora più evidente agli occhi e al sentire di un’altra adolescente che dice: «Adesso succede che magari a fine mese ordina qualcosa solo per me: ‘te la prendo per te, io non ho fame’. Ma so che è perché non ci sono abbastanza soldi». Nei/nelle ragazzi/e che hanno vissuto questa esperienza, si genera un duplice effetto: da un lato la riconoscenza e il desiderio di non pesare ulteriormente, dall’altro un senso di colpa sottile, l’idea di essere un “peso”. Non a caso, alcuni/e vorrebbero già lavorare, pur di portare soldi a casa e alleggerire la fatica dei genitori: *«Mi fa sentire un po’ un peso... Non so come spiegarlo, appunto per quello anche del fatto di lavorare, di dire non chiedo nulla a mia mamma, cioè**

mia mamma dei pochi soldi che ha li deve usare per lei, non per me».

Le rinunce non riguardano soltanto ciò che finisce nel piatto e le difficoltà si riflettono anche sulle piccole scelte quotidiane. Avere pochi soldi diventa un ostacolo anche alle uscite con gli amici o con la famiglia: una pizza in più, un pranzo fuori, una vacanza desiderata diventano occasioni mancate. C’è chi rifiuta di andare al McDonald’s per non dover chiedere denaro ai genitori, oppure chi evita posti costosi perché *«non mi va di spendere 12-13 euro per un panino»*. Chiedere soldi per un’uscita può trasformarsi in un peso. A volte i/le ragazzi/e, rinunciando, inventano scuse con gli amici per non dire la verità, generando emozioni miste descritte come di rabbia e vergogna:¹³ *«Più o meno una A [scelta di un’emoticon di rabbia], perché sono arrabbiata perché non posso uscire, ma non con lei, con tutto. E una C [scelta di un’emoticon di vergogna], perché... tipo sì, una C, perché mi vergogno di dire il perché... di dire ai miei amici perché non posso uscire»,* così come racconta un’adolescente. In certi casi la rinuncia è legata al dover scegliere tra una ricarica al telefono al posto di un panino al fast food, perché entrambe le cose non si possono fare. *«A volte, che ne so, dovevo... Giusto quel giorno*

¹³ Il riferimento alle lettere che compare in alcune delle risposte è legato al fatto che, durante l’intervista, quando si chiedeva di esprimere emozioni è stato usato lo strumento visuale basato su emoticon descritto in ActionAid (2022) e Palladino *et al.* (2024).

dovevo, che ne so, farmi una ricarica, e giusto quel giorno mi chiedevano di uscire. E non potevo fare tutte e due le cose, quindi dovevo decidere prima di farmi la ricarica, perché sennò non potevo. Che ne so, dopo con loro non ho più internet». E quando si esce, si sceglie il piatto meno caro, anche se meno gradito «provo a mangiare che ne so una cosa meno costosa. La cosa meno costosa è una cosa che non mi piace». Altri/e invece riconoscono che la rinuncia, anche se occasionale, resta un'esperienza che «capita qualche volta», una frattura leggera nella routine delle uscite, che però porta con sé un po' di rammarico, subito ridimensionato dalla consapevolezza che non si può fare altrimenti. «Eh, non posso dire che non ci rimango male. Alla fine, boh... non posso farci niente, no? Io lascio stare».

La spesa e il frigorifero raccontano molto della quotidianità delle famiglie ed è un altro terreno dove le differenze si fanno sentire. Alcuni/e ragazzi/e ricordano che «la pasta e il tonno non sono mai mancati», alimenti di base sempre presenti, a differenza di altri prodotti più variabili: il latte che può finire e non essere ricomprato per due giorni, le merendine che «non ci sono sempre», la frutta che quasi mai manca. Le scelte al supermercato rispecchiano un equilibrio tra necessità e possibilità economiche: «le bibite costano poco, quindi si comprano sempre».

L'esperienza di aprire il frigorifero e trovarlo vuoto, o quasi, segna diversi racconti. E se per qualcuno/a la spiegazione risiede nella mancanza di tempo dei genitori per poter fare la spesa, per altri/e è chiaro il nesso con il fatto non ci sia abbastanza lavoro «[dipende] da quanto lavori o meno, visto che adesso [mamma? papà?] lavora di più, avrò molte più possibilità. Se prima non lavorava, un po' meno» o ancora più netta la risposta «Eh perché a volte non si hanno soldi, per questo, secondo me, anche». Un'adolescente racconta di episodi di frigo vuoto come qualcosa che capita perché la spesa si fa giorno per giorno, per controllare meglio ciò che rimane ed evitare sprechi «Si ma tutt'ora ogni tanto capita. [...] perché la maggior parte delle volte, comunque arriviamo, arriviamo magari a fine mese che prendiamo il cibo a dosi per giorno, magari scendiamo la sera. Prendiamo una cosa da mangiare la sera senza prenderne tante tutte insieme, così vediamo quanto ci rimane. Poi il giorno dopo per pranzo scendo, prendo qualcos'altro per pranzo e basta». Un altro adolescente, ancora, racconta un'esperienza ambivalente, in un'alternanza tra consapevolezza e ironia «Allora, mi è capitato molte volte ma non tanto, secondo me, a causa delle difficoltà... anzi sì. Diciamo che principalmente quando non vedo cibo so che comunque o le opzioni sono due insieme. Ci sta qualche

difficoltà e siamo noi ingordi che finiamo tutto subito». Aprire poi il frigorifero e non trovare abbastanza cibo è qualcosa che può succedere, ma non viene raccontato come indigenza: «Non abbiamo mai davvero sentito la mancanza, i nostri genitori hanno sempre cercato di non farci mancare nulla». A volte la rinuncia non è esplicita ma sottile: il frigo non è vuoto, ma non contiene quello che si desidera. Aprirlo e richiuderlo, con un po' di rassegnazione, è un gesto che torna spesso nei racconti. C'è chi distingue tra alimenti «primari» – latte, carne, uova, olio – e «secondari», come ketchup e maionese, che si comprano solo se avanzano soldi.

L'orientamento all'acquisto è spesso pratico e prudente. Un adolescente racconta che la mamma parte dalla frutta che piace a tutti – «*banane, sempre*» – per poi scegliere pasta, riso, salsa di pomodoro. Alcuni ragazzi/e osservano con attenzione: «*mi accorgo che si guarda molto al prezzo, si sceglie l'olio che costa meno, le uova più convenienti*». In altri casi, l'esperienza passa attraverso il filtro dei genitori e delle possibilità economiche: «*lo vado al supermercato, guardo, vedo quello che mi piace, chiedo 'mà, posso?'. Sì, no. Se non posso lascio lì*». In alcune famiglie, i/le ragazzi/e riportano, che c'è attenzione al prezzo, al rapporto quantità/qualità quando si fa la spesa che si traduce nell'acquisto di cereali di sottomarca

invece di quelli di marca, perché durano di più e costano meno, in una dinamica in cui i desideri personali si misurano con il portafoglio: «*spesso rinuncio alle cose di marca e prendo la sottomarca, perché comunque la differenza non è così tanta*». Alcuni/e hanno conosciuto momenti di maggiore abbondanza, come quando in famiglia c'era un bar che garantiva scorte continue. Periodi descritti come i «più belli», contrapposti alla scarsità di oggi, in cui si cerca di arrangiarsi con lavoretti, piccoli guadagni, pur di non chiedere soldi ai genitori. La mancanza non riguarda solo il cibo elaborato o «speciale», ma anche beni di base: il latte, finito in fretta con più adolescenti in casa; l'acqua, che sparisce subito perché: «*beviamo tantissimo*».

Il cibo, con tutto ciò che rappresenta e con i limiti che lo accompagnano, diventa una lente attraverso cui leggere sentimenti di vergogna, rabbia, tristezza, imbarazzo e preoccupazione, ma anche capacità di adattamento e riorganizzazione. L'aspetto forse più comune emerso dalle interviste, soprattutto tra chi vive e si confronta quotidianamente con restrizioni, è che la scarsità viene interiorizzata come abitudine, quasi come regola: mezze porzioni, piatti più semplici, spinacine e verdura al posto del ragù. All'inizio pesa, poi diventa normalità. «*Non mi arrabbio giusto per il fatto che, appunto, se non posso farlo...*

anche se mi arrabbio non cambia le cose. Quindi, non si può fare niente, non si fa. Essendoci abituato, non mi cambia proprio niente. Se posso farlo lo faccio, se non posso farlo non lo faccio». Alcuni/e evitano di chiedere soldi ai genitori: «piuttosto sto a casa a giocare alla Play». Non è solo timidezza, ma la consapevolezza che i soldi in famiglia non bastano e quindi meglio non insistere. Altri/e si inventano scuse con gli/le amici/che pur di non dire che non possono pagarsi un panino o una cena: «dico che ho impegni, non che non ho soldi». C'è chi lo vive con rabbia, chi con vergogna, chi con rassegnazione, un ventaglio di reazioni che racconta il disagio invisibile della mancanza «Beh, essendo che sono un adolescente, cioè ogni tanto non la prendo molto bene, perché vabbè... Cioè, secondo me, non è che la prendo così tanto male, mi ci metto là a pensare e dico: cavolo che sbatti però non ci sono soldi. Vabbè, comunque, poi alla fine mangio sempre anche se sono a casa. Mi sarebbe piaciuto comunque andare a mangiare con i miei amici da una parte però... più avanti si farà, se capita». Ci sono poi i confronti con i coetanei/e: compagni/e che vanno spesso al fast food, che comprano felpe nuove o si concedono più uscite «... mi sono sempre chiesta comunque, perché ... io no e loro sì? Mi è dispiaciuto però alla fine me ne sono fatta una ragione». Spesso la risposta è accettazione,

altre volte un piccolo moto di rabbia, altre ancora un desiderio di «farsi venire la voglia di fare soldi» per cambiare la propria condizione.

Ci sono poi le emozioni legate agli aiuti alimentari delle associazioni, che gli/le adolescenti conoscono e descrivono come una delle strategie per arrivare a fine mese: un supporto percepito come necessario, ma non vissuto con vergogna. Per qualcuno/a ricevere quel sostegno non è mai stato un problema, anzi una certezza. Per altri/e resta un nodo emotivo più complesso: non fa star bene il fatto di dover chiedere aiuto, ma c'è anche la consapevolezza di avere comunque una possibilità che qualcun altro/a magari non può avere: «Mi fa stare un po' male nel senso perché si vede che a volte mia madre non ci riesce a comprare tutto e per questo a volte ci danno sempre dei pacchi. Mi fa stare bene perché almeno mamma ha la possibilità di prendere un pacco, ad esempio non come altre persone»; un'altra adolescente invece, riporta con orgoglio: «Io sinceramente non ne provo vergogna... è un momento che passerà, però in questo momento ho questo aiuto. Perché vergognarmene?».

3.2.5. Agency giovanile e strategie di adattamento di fronte alle difficoltà economiche

Adattamento e normalizzazione. Le reazioni spontanee alle limitazioni proprie e altrui

Se, come abbiamo visto, non potersi permettere un piatto diverso, un pasto più ricco, o non riuscire a unirsi agli/alle amici/che che vanno al *McDonald's* più volte alla settimana, può generare un sentimento di rabbia e frustrazione, queste poi lasciano spazio a strategie di resistenza: convincersi che un piatto di pasta caldo basta, ricordarsi che il cibo non si spreca, trasformare il malumore in un pensiero positivo, dirsi che: *«questo momento passerà»*. Emerge l'idea che non sia colpa di chi vive certe fatiche, la certezza che comunque qualcosa c'è, non si è in totale crisi, la convinzione che il futuro potrà portare un riscatto. È una quotidianità fatta di adattamenti e compromessi che insegna presto a pesare i desideri e a trasformare le mancanze in abitudini sopportabili. Dentro questi racconti spesso si legge tra le righe un rinunciare senza drammi, rimandare, cercare di pensare positivo, distrarsi, in un misto di consapevolezza e capacità di rielaborare. *«Se non posso farlo, non cambia niente arrabbiarsi»*, dice qualcuno/a. *«Gioco e mi passa»* dice qualcun altro/a. Altri/e

cercano distrazione uscendo con un'amica/o, non tanto per divertirsi quanto: *«per alleggerire la testa dai pensieri»*. E non sempre queste dinamiche sembrano lasciare segni profondi: *«Non ci do così tanto peso, non provo neanche così tanta emozione, perché non mi interessa così tanto»*. Le emozioni comunque si alternano, a volte prevale la leggerezza: *«non mi faccio troppi problemi, se non posso andare oggi andrò domani»*. L'esperienza è vissuta con dispiacere ma senza trasformarsi in un dramma: c'è una capacità di ridimensionare la frustrazione, consolandosi con il fatto che a casa si mangia comunque e che *«più avanti si farà»*. Altre volte emerge l'amarrezza: *«fa male quando tutti escono e tu no, ma poi ci passi sopra»*. C'è anche la lucidità di chi riconosce che restare a casa non è solo una scelta, ma una necessità: *«quei soldi mi servono per altro, non posso buttarli in un panino»*. Eppure, sotto la superficie della rassegnazione, nelle parole di qualcuno affiora un senso di ingiustizia che si intreccia con il desiderio, mai del tutto spento, di normalità.

Da quello che hanno raccontato gli/le adolescenti, in molte famiglie non manca il necessario, ma sono le scelte quotidiane a segnare la differenza: la carne rossa che resta un desiderio più che una consuetudine, il sushi che diventa un appuntamento raro, legato

all'arrivo dello stipendio, un lusso che *«fosse per me lo mangerei tutti i giorni»* ma che invece resta confinato a una volta al mese. Quello che manca, più che i pasti, sono gli «sfizi», le piccole ma importanti scelte soggette ai vincoli del bilancio familiare. C'è chi può scegliere di più, grazie a una maggiore stabilità economica della propria famiglia. In quei casi, i ragazzi e le ragazze, non percepiscono una limitazione: i genitori riescono sempre a garantire il cibo in casa, e se capita di non avere soldi per le uscite fuori, *«non mi fa né caldo né freddo, tanto a casa qualcosa da mangiare c'è sempre»*. C'è chi racconta di non aver mai dovuto rinunciare a un piatto desiderato, semmai è capitato di aspettare qualche giorno in più prima che la madre o i genitori lo comprassero. Altri/e, invece, ammettono di aver saltato un'uscita non tanto perché i soldi mancavano, ma perché pesava l'idea di chiederli ai genitori. Per alcuni/e il problema resta invisibile, in apparenza va tutto bene, ma poi qualcuno fa notare che basta osservare i prezzi di alcuni prodotti di base per capire che la spesa quotidiana è diventata più difficile. Il tema ricorrente è l'adeguamento, non è rinunciare, è adattarsi a quello che c'è: *«Se potessi, ogni giorno mangerei qualcosa di diverso: oggi sushi, domani qualcos'altro. Però non posso, e allora dico: fa niente, un'altra volta...»* dice qualcuno. Un adattamento che riguarda anche la

famiglia: cambiare marca di tonno, preferire la sottomarca all'originale, ragionare su cosa conviene comprare e cosa no, riducendo la qualità o la quantità pur di far quadrare i conti.

C'è chi racconta di aver imparato presto a adattarsi, in una mescolanza di rassegnazione, emozione e fiducia: *«quello che hai a tavola mangi, perché non si butta niente... però da una parte penso, cioè perché non posso magari mangiare quel piatto, quel buon piatto di pasta, che questo? Cioè, mi genera tante emozioni perché magari sono io una problematica. Però, cioè, è quello per il momento, so che poi riusciremo a riprenderci da questo»*, oppure qualcun altro mostra la consapevolezza dei limiti economici e impara ad accettarli senza insistere *«Da piccoli venivamo accontentati di più. Ora, se è una cosa che voglio e non posso, non la prendo e basta»*. Eppure, il confronto rimane: se ci fossero più soldi, si uscirebbe di più, magari al sushi, che diventa l'emblema di un piacere accessibile solo ogni tanto. In più di una voce compare la consapevolezza che non si tratta di colpa individuale, ma di una condizione più grande, legata al lavoro che manca, alle spese che pesano, alle priorità di famiglia. Alcuni/e raccontano anche di aver proposto loro stessi soluzioni per alleviare il peso in famiglia: rinunciare a un viaggio, offrire i soldi ricevuti a Natale per pagare il

biglietto per un viaggio, pensare che il frigorifero «*prima o poi si riempirà*». Altri/e sottolineano come siano state le madri a farsi carico anche degli altri, inviando denaro ai parenti lontani nonostante le difficoltà locali.

Allo stesso tempo, ci sono gesti di solidarietà semplice: un amico che divide il conto, una migliore amica che rassicura «*tranquilla, dividiamo*», e allora la difficoltà pesa meno. Anche se per qualcuno è motivo di imbarazzo: «*Beh, capita che gli dico di no, e loro mi dicono ti offro io, e là divento un pochino timido*». E se da una parte, alcuni ricevono una paghetta, pochi euro dai nonni la domenica o dalla nonna, dall'altro c'è chi risparmia, chi si accorge di spendere tutto subito per tecnologia o vestiti, chi invece prova a guadagnare qualcosa arrangiandosi: aiutare a svuotare case, rivendere piccoli oggetti con un margine di guadagno. Perché chiedere soldi ai genitori, soprattutto se si sa che non ci sono, dà «*fastidio*». Accanto alle rinunce, c'è sempre la ricerca di una normalità: mangiare qualcosa con gli amici, anche dividendo un panino; inventarsi combinazioni in cucina con ciò che si trova; sostituire la pizza al ristorante con quella fatta in casa. Perché più che il cibo in sé, ciò che conta è poter condividere, stare insieme, non sentirsi esclusi.

3.2.6. Aiuti alimentari: tra esperienza personale e percezione

Gli aiuti alimentari visti e vissuti dagli adolescenti

Gli adolescenti conoscono bene l'esistenza delle associazioni che distribuiscono pacchi alimentari: per alcuni sono realtà lontane, per altri fanno parte della quotidianità familiare. I nomi che ricorrono più spesso sono quelli della Croce Rossa e della Caritas, e, ovviamente, quello della stessa associazione che ha collaborato all'individuazione dei partecipanti, presso la cui sede è stata condotta l'intervista. Tutte sono percepite come punti di riferimento nel territorio, a volte vicine in senso concreto, come per chi racconta: «*Sì, ne conosco una, la Caritas, teoricamente. Sì, la Caritas. Proprio perché si trova in ..., dove io abito*». In un primo momento la consapevolezza riguarda semplicemente il fatto che queste realtà esistono, ma poi l'idea prende forma: «*[Penso] che sia una bella idea. Magari per chi non riesce a comprare il cibo, chi non ha casa, magari dei senza tetto che non riescono a prendersi il cibo. Ci sono anche delle associazioni che fanno questa attività per aiutare*». Nel quartiere, i riferimenti diventano concreti: «*Anche qua alla chiesa c'è il pacco, come lo chiamiamo, dove danno il cibo alle famiglie per aiutare, magari per risparmiare dei*

soldi». In generale il giudizio è condiviso: «Secondo me è una cosa molto bella... mi sembra una cosa giusta» e l'opinione è positiva, legata alla possibilità di sostegno per chi vive in difficoltà: «Una cosa molto molto apprezzata, cioè molto utile. Sono tutti gentili poi». Per altri/e è un gesto di responsabilità collettiva: «Secondo me dovremmo farlo tutti quanti, perché comunque aiutiamo queste persone che non hanno la possibilità, per qualunque sia stato il problema che non hanno avuto così la possibilità di usufruire dei servizi». Per alcuni/e è anche un'educazione alla cura, sottolinea l'immediatezza del gesto: «Io ho l'opinione che è un gesto, è una cosa molto buona perché basta donare un centesimo e già doni qualcosa».

Alcuni/e raccontano la loro esperienza diretta nell'offrire solidarietà, spesso legata all'oratorio o alla parrocchia, come le raccolte nei condomini porta a porta o le scatole in cui ciascuno poteva lasciare pacchi o alimenti. «Noi con l'oratorio andavamo a prendere delle spese che i condomini facevano e a donarli in beneficenza», ricorda un ragazzo. C'è riconoscimento per chi coordina: «Io questa cosa la faccio anche con l'azione cattolica». Lo sguardo si allarga oltre i confini: «In Brasile, quando sono andato questa estate scorsa, c'era questa associazione che dava cibo gratis... frutta e verdura». E c'è realismo

sulle nuove povertà: «Quando sei nei momenti difficili, tipo che ti hanno appena licenziato oppure l'inflazione ha alzato tutti i prezzi... io lo vedo come una cosa giusta». Gli/le adolescenti, sollecitati/e nel corso delle interviste, riflettono anche su chi siano i destinatari degli aiuti alimentari: «...le persone che hanno bisogno, che, per esempio, non possono permettersi di fare una spesa completa ai supermercati con soldi. Cioè, tipo per esempio se vado al supermercato magari mi compro due cosette un po' così, però il resto non ce l'ho, per esempio». «Chi sono? Non lo so, i nullatenenti. Quelli che a fatica arrivano proprio a fine mese, cioè proprio a stento e chi magari non se lo può proprio permettere». Qualcuno/a mette l'accento sulla dimensione più umana: «Sono le persone che non hanno la possibilità economica... sono quelle che vedi fuori alle chiese, fuori ai supermercati, che a volte gli adulti più che altro sono loro che dicono no fai finta di niente ... Giusto perché poi ci sono pure bambini e mi dispiace troppo».

Come già detto, non tutte le storie raccolte sono segnate dal bisogno: «No, mai perché siamo una famiglia benestante e facciamo la spesa ogni weekend». Ma anche dove l'aiuto entra in casa prevale il pragmatismo: «se c'è l'opportunità perché non sfruttarla, cioè non è una cosa negativa da cui ho preso questi cibi da questa associazione

*vuol dire che non ci arrivo a fine mese, no? È un'opportunità e anche a tuo vantaggio, perché non si riesce a uscirne». Il ricorso può essere episodico o regolare: «Mamma ci passa alcune volte, ma solo quando ne ha bisogno». «Noi lo prendiamo tutti i mercoledì». Per molti/e è un gesto normalizzato: «Ci fa stare molto meglio perché vuol dire che i pochi soldi che abbiamo li possiamo usare in altro, e non sempre nel cibo». Gli aiuti alimentari sono vissuti con gratitudine e sollievo: «Mi fa sentire meglio perché aiutano le persone... e non solo gli italiani, ma anche altri paesi». Ma emergono anche fragilità: «Mi sento preoccupata... quando prendiamo dei pacchi, per il fatto di arrivare presto [perché magari passato l'orario e non si è fatto in tempo]». Forse una o due volte non abbiamo preso il pacco». Resta la consapevolezza che ricevere un pacco è anche segno di mancanza: «Il fatto che io e mia mamma dobbiamo venire qui per prendere il cibo... vuol dire che non riusciamo ad avercelo, che è una mancanza». Per qualcun altro/a la valutazione è chiara: *È un grande aiuto anche per riuscire a pagare l'affitto».**

A volte l'accesso passa da reti familiari: «Sì, mia zia... grazie a lei abbiamo iniziato anche noi a chiedere dei pacchi», oppure attraverso reti di prossimità: «So che la migliore amica di mia mamma viene a prendere il cibo qui

e lo porta a una signora che non può venire a prenderlo». O, ancora, la solidarietà si muove in senso inverso: «Mia mamma dava il riso, il nostro piatto tipico, a un signore perché anche lui era senegalese che non aveva lavoro».

3.3. L'esperienza con il cibo nelle sue dimensioni e limitazioni

Il cibo occupa un posto centrale nella vita degli adolescenti, come confermano i racconti di tutti i ragazzi e le ragazze che hanno partecipato alla ricerca. Come riportato nei paragrafi precedenti, l'alimentazione rappresenta un ambito in cui si bilanciano quotidianamente l'autonomia nelle scelte alimentari e l'accettazione dei limiti imposti. Quando la libertà di scelta viene meno, ne derivano effetti di natura nutrizionale, sociale ed emozionale che contribuiscono a definire l'esperienza stessa e che possono avere conseguenze negative sul benessere mentale, come ci ricorda la dottoressa Iannaco (cfr. §2.2.1). In particolare, per gli/le adolescenti che vivono una condizione economica difficile, l'analisi dei temi emersi evidenzia quella che possiamo definire un'esperienza di povertà alimentare, esperienza che, in continuità con i risultati del 2022, va ben oltre la sola disponibilità di cibo. Il cibo diventa il punto di incontro, e

a volte di conflitto, tra scarsità e desiderio, tra risorse limitate e risorse interiori.

Data la complessità delle questioni coinvolte, è sembrato opportuno provare a dare un senso ai temi individuati associandoli alla categoria a cui si possono assegnare le diverse dimensioni dell'esperienza, che si sovrappongono e si intrecciano nella narrazione dei giovani. Le categorie da considerare per classificare le esperienze (Familiare, Relazionale, Normativa, Strategica, ecc.) sono emerse induttivamente dal materiale raccolto, a partire da una lettura ravvicinata delle interviste e delle narrazioni da esse derivate. Sono categorie trasversali che aiutano a leggere come un'esperienza viene vissuta, oltre a cosa viene raccontato. Nel loro insieme, queste dieci dimensioni offrono una griglia interpretativa trasversale, utile non solo per analizzare i temi ma anche per comprendere l'intreccio tra materialità e significato, tra vissuti individuali e contesti sociali. La Figura 3.2 rappresenta il grafico di una rete, in cui ogni tema è legato alle dimensioni dell'esperienza per cui il tema è rilevante¹⁴. Il risultato è

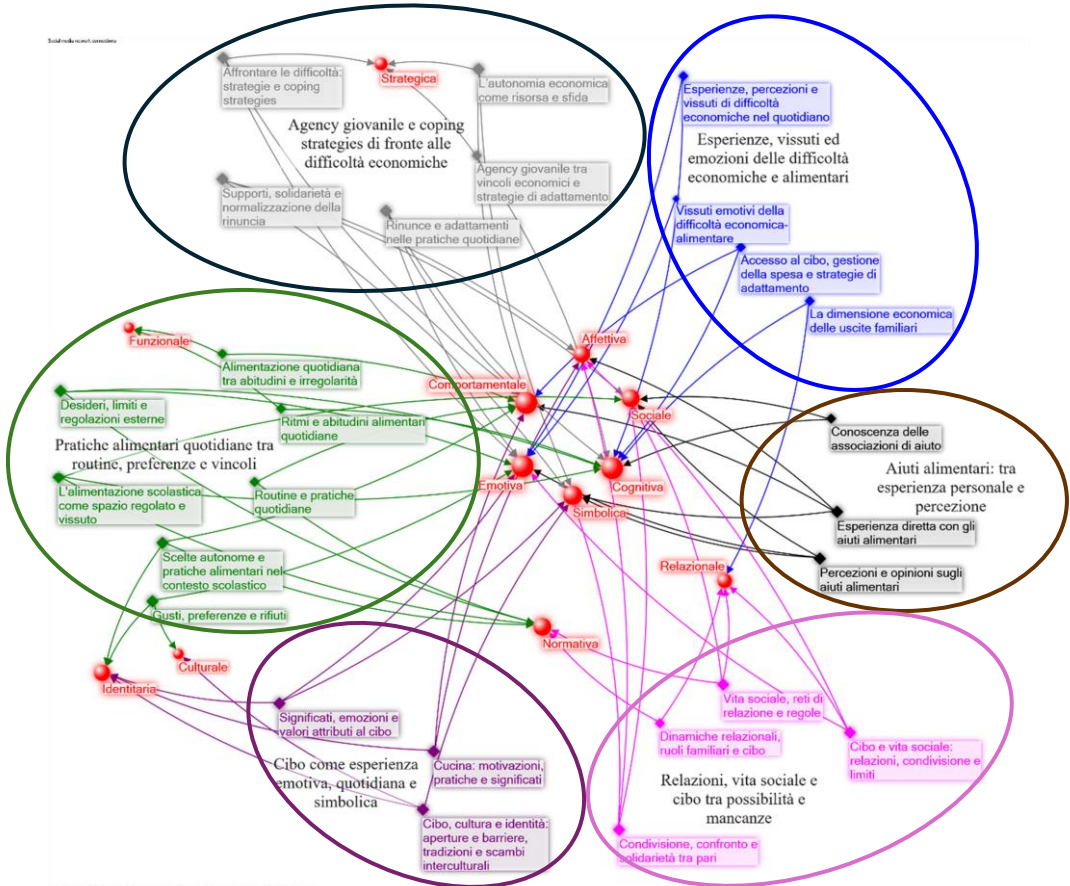
un quadro sfaccettato, capace di restituire la complessità dell'esperienza adolescenziale in condizioni socioeconomiche fragili, con uno sguardo che va oltre l'emergenza per cogliere le risorse, le ambivalenze e le trasformazioni in atto.

Molti temi si legano naturalmente a più dimensioni, mentre pochi si concentrano su una singola sfera esperienziale in modo più marcato. Le dimensioni dell'esperienza di povertà alimentare non sono compartimenti stagni. Piuttosto, si sovrappongono, si contaminano, si amplificano a vicenda. Rifiutare un'uscita per motivi economici o non poter avere un alimento desiderato può portare con sé motivazioni cognitive, emozioni, norme familiari, simboli culturali e strategie di adattamento.

Se guardiamo alla dimensione **cognitiva** (che nella figura appare essere toccata da temi appartenenti a tre macrotemi diversi), gli adolescenti dimostrano di avere consapevolezza del contesto economico in cui vivono. Sanno leggere il proprio ambiente, riconoscono i segnali della fatica economica nei gesti dei genitori, nei

¹⁴ La Figura 3.2 rappresenta un'evoluzione della Figura 3.1, in cui i temi e i macrotemi vengono messi in relazione con le dieci dimensioni dell'esperienza. Queste non vanno intese come categorie rigide o compartimenti chiusi, bensì come traiettorie interpretative: linee di lettura che permettono di cogliere sfumature, sovrapposizioni e trasformazioni nei vissuti raccontati dagli e dalle adolescenti. La loro funzione non è classificatoria, ma interpretativa, utile a restituire la complessità dell'esperienza della povertà alimentare in modo articolato e dinamico. Entrambe le immagini sono state create con NodeXL Basic, © Copyright Social Media Research Foundation.

FIGURA 3.2 Le dimensioni dell'esperienza di povertà alimentare



Fonte: Nostra elaborazione

frigoriferi semivuoti, nei piatti ripetitivi. Comprendono le logiche di rinuncia, i limiti imposti dal budget familiare e il peso che certe richieste possono avere sul bilancio domestico. Questa consapevolezza precoce non è banale: è una forma di adattamento cognitivo, spesso prematuro, alla complessità della vita adulta. Non si tratta solo di comprendere: si agisce.

E qui emerge una seconda dimensione, quella **comportamentale**, che si esprime nelle tante strategie pratiche adottate per far fronte alla scarsità. Cucinare con quello che c'è, non chiedere i soldi ai genitori per uscire, cercare prodotti in offerta, offrirsi per lavorare. I/le giovani intervistati/e si raccontano non come soggetti passivi, ma come agenti attivi/e, capaci di decisioni

concrete che alleggeriscono il carico familiare o garantiscono a sé stessi/e una piccola autonomia.

Un risultato che emerge potentemente da questa analisi è come quella che abbiamo indicato come dimensione **emotiva** sia al centro del diagramma, unica dimensione esperienziale che viene toccata da tutti i macrotemi. Ciò conferma che nel rapporto con il cibo, accanto alla dimensione pratica, si apre un terreno emotivo denso. La povertà alimentare è sentita, non solo pensata. Questa dimensione comprende emozioni che vanno dalla rabbia per la situazione e per il fatto di avere bisogno di aiuto, alla vergogna di non voler dire agli amici che non si può uscire, al senso di colpa, al «*sentirsi un peso*» per la famiglia; dalla frustrazione al senso del limite, ma anche alla tenerezza e al riconoscimento dell'amore genitoriale. Ed è subito normalizzazione. Il cibo desiderato, che non c'è sempre per un problema economico, non è solo un bisogno insoddisfatto, ma un richiamo alla distanza tra ciò che si vorrebbe e ciò che si può avere. L'uscita mancata con gli amici è un'esigenza di rapporto che viene meno. Ma anche in questo caso, diventa normalizzazione che assume la forma di adattamento e forse di protezione di sé stessi.

Anche la dimensione **affettiva** gioca un ruolo fondamentale poiché nel rapporto con il cibo si riflettono

legami, attenzioni, forme di cura che spesso passano sottotraccia.

Preparare un piatto con ciò che si ha, cucinare insieme, risparmiare una merenda per un fratello minore; sono tutti gesti che veicolano affetto e responsabilità reciproca. Il cibo diventa così veicolo di amore, protezione e presenza, anche nei contesti più fragili. Questi segnali affettivi, pur sottili, hanno un impatto profondo nel modo in cui i giovani percepiscono sé stessi all'interno delle proprie famiglie.

La dimensione **relazionale** si inserisce laddove il cibo è anche relazione, tra pari, con i genitori, con gli insegnanti. Le tavole attorno alle quali si mangia (o si vorrebbe mangiare) sono luoghi di inclusione, ma anche di esclusione. Gli/le adolescenti raccontano che sentirsi parte di un gruppo passa anche attraverso gesti semplici come partecipare a un'uscita, invitare amici o portare qualcosa da condividere. È facile intuire il disagio di chi non ha la possibilità di farlo. Allo stesso tempo, nelle famiglie emergono dinamiche di protezione reciproca, dove il cibo è cura, anche quando è poco. Nel rapporto con gli/le altri/e «*portare qualcosa*», l'essere invitati, o l'offrire diventa più che un gesto pratico, un segno di vicinanza, rispetto, riconoscimento.

Strettamente legata alla dimensione relazionale è la dimensione **sociale**, che rappresenta il modo in cui l'individuo si pone nei confronti della

società e delle istituzioni, rispetto alla quale, in contesti segnati da limiti economici, emerge il senso di una forte dimensione di solidarietà tra pari, anche quando si tratta di sconosciuti.

Ma il cibo assume anche una forte dimensione **culturale**, rappresentando chi si è, da dove si viene, cosa si può o non si può fare. I piatti della tradizione sono legami con le radici e con la propria cultura, ma anche oggetti di distanza rispetto a nuove culture. Alcuni/e adolescenti rifiutano certi cibi come atto identitario, altri/e li abbracciano per aprirsi a nuove appartenenze.

Nella povertà alimentare, non è solo il “non avere” a contare, ma il significato di quel “non avere”, ovvero la sua dimensione **simbolica**. Un cibo negato può rappresentare un'esclusione, una rinuncia alla normalità. Al contrario, un piatto semplice ma condiviso può assumere un valore enorme, diventando simbolo di affetto, stabilità, appartenenza. La carica simbolica del cibo è amplificata nei contesti di scarsità, dove ogni scelta (e non scelta) alimentare può comunicare qualcosa: dignità, adattamento, rassegnazione, orgoglio. Allo stesso modo, cucinare può essere un gesto di autoaffermazione o di resistenza.

Spesso invisibile ma molto presente, la dimensione **normativa** si riferisce alle regole — esplicite o implicite — che regolano il

comportamento alimentare. Non si tratta solo delle norme scolastiche o familiari (orari, divieti, abitudini), ma anche di regole sociali legate all’“essere adolescenti”, al comportamento atteso nel gruppo, alle convenzioni culturali su come, quando e cosa si mangia. Nel vissuto degli/delle adolescenti, il rispetto o la trasgressione di queste norme è carico di significato e non partecipare a una cena fuori o non portare nulla a una merenda condivisa può tradursi in un senso di esclusione o di inadeguatezza.

Eppure, il cibo non è solo significato e relazione: è anche funzione che contraddistingue la dimensione **funzionale**. Il cibo, oltre al suo valore nutrizionale ed emotivo, è uno strumento per regolare la quotidianità. Molti adolescenti parlano del mangiare come ritmo della giornata, come pausa tra scuola e compiti, come momento per stare con gli altri o per prendersi cura di sé. Anche in situazioni di limitazioni, il cibo mantiene questa funzione: anche solo un panino o uno spuntino semplice segnano un prima e un dopo, una transizione tra momenti, uno spazio personale.

La dimensione **strategica** riguarda le azioni pianificate, anche minime, per adattarsi alle limitazioni. Alcuni esempi ricorrenti nei racconti: scegliere cosa comprare in base al prezzo, conservare gli avanzi, rinunciare a una cosa per ottenere un'altra. Spesso, queste strategie sono intergenerazionali: i ragazzi e

le ragazze osservano i genitori, li imitano, li aiutano, li sostituiscono. In questo modo, sviluppano competenze “invisibili” ma fondamentali, che fanno parte della loro identità sociale e familiare. Alcuni/e adolescenti offrono i propri risparmi, altri tacciono i propri desideri per non pesare, oppure mettono da parte le proprie esigenze perché «*non è importante in quel momento*».

La conclusione forte di tutto ciò è che per comprendere davvero cos'è la povertà alimentare è necessario andare oltre la nozione di carenza di cibo come deprivazione materiale. Le interviste raccolte parlano piuttosto di limitazioni imposte ai desideri, alle possibilità, e alla libertà di scelta. È all'interno di questi muri — difficili da cogliere e certamente invisibili alle statistiche ufficiali — che si costruisce l'esperienza soggettiva e sociale che dovrebbe essere al centro di ogni discorso sulla povertà alimentare se si hanno a cuore gli/le adolescenti. I ragazzi e le ragazze non parlano solo del cibo che manca materialmente, ma di come le condizioni in cui si trovano a vivere impongano delle scelte, e spesso delle rinunce. Limitazioni che toccano il vivere quotidiano, anche nella sfera relazionale, emotiva e simbolica: non poter invitare gli amici a casa o fuori, non poter scegliere cosa mangiare. Per questo, leggere il cibo solo come “quantità insufficiente” è riduttivo.

Bisogna interrogarsi su come queste limitazioni vengono vissute, spiegate, affrontate e condivise, dentro e fuori dalla famiglia. È in questo spazio intermedio tra *bisogni* e *esigenze* che si configurano le aspettative, le strategie, le emozioni e i significati più profondi attribuiti all'esperienza alimentare come parte del proprio vissuto, nelle sue possibilità e limitazioni.

3.4. Pensare e immaginare la povertà alimentare da chi non la vive

Una nota a sé merita la discussione che può essere fatta a partire in particolare dalle opinioni di chi, oggettivamente, non si trova in una condizione di povertà alimentare. In linea con l'approccio fenomenologico adottato (Smith e Osborn 2008), l'obiettivo è stato anche quello di esplorare eventuali significati attribuiti all'oggetto di indagine da parte degli adolescenti che ne hanno solo una conoscenza esterna. Attraverso domande esplicite che stimolavano la riflessione e l'immedesimazione (“mettersi nei panni di...”) è emersa così quella che potrebbe dirsi una rappresentazione sociale della povertà alimentare. Le loro risposte hanno fornito elementi utili per comprendere come il fenomeno viene immaginato, giudicato e narrato da chi lo osserva dall'esterno. Le rappresentazioni

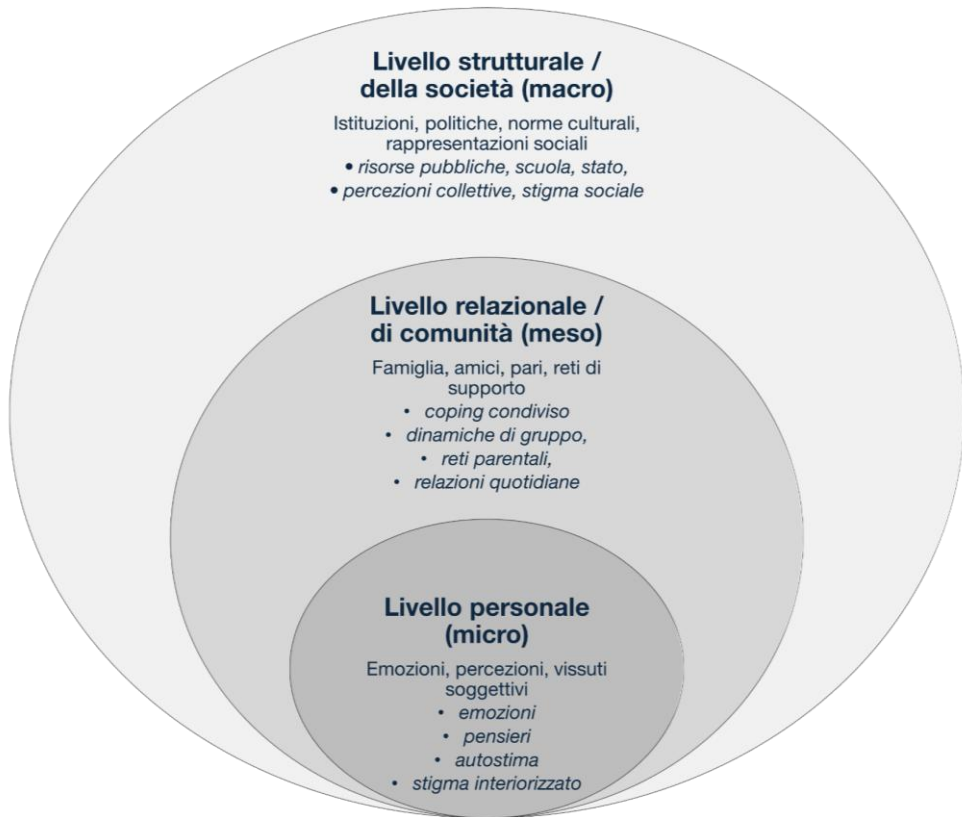
emerse non si esauriscono in affermazioni astratte (“la povertà alimentare è...”), ma si articolano anche attraverso immagini, emozioni, strategie di adattamento e giudizi morali, che abbiamo scelto di rappresentare in un diagramma a livelli, ispirato al modello ecologico di Bronfenbrenner (1979) (Figura 3.3), scelta che risponde all’esigenza di organizzare visivamente il contenuto delle narrazioni raccolte evidenziando la natura multilivello delle rappresentazioni giovanili, senza ridurle a un elenco lineare. In questo modo si mostra con chiarezza come le voci degli/delle adolescenti si distribuiscono su differenti dimensioni di esperienza, dal micro al macro, offrendo una lettura coerente e sintetica del materiale qualitativo. Nella restituzione dei risultati si è scelto di presentare prima il testo narrativo, in modo da introdurre e articolare in modo discorsivo le rappresentazioni degli adolescenti rispetto alla povertà alimentare e poi il diagramma a livelli come strumento di sintesi visuale, utile a ricomporre in un quadro d’insieme i contenuti già descritti. Questo approccio consente di valorizzare le voci dei partecipanti e di accompagnare il lettore nella comprensione delle diverse sfumature emerse dalle interviste, permettendogli prima di entrare nel dettaglio delle narrazioni e poi di coglierne la struttura complessiva attraverso la rappresentazione grafica.

3.4.1. Mettersi nei panni di...

Una delle prime immagini che emerge dalla riflessione di un’adolescente sul significato di vivere una condizione di difficoltà economica — provando a immedesimarsi in chi sperimenta la povertà alimentare — è quella di una tristezza silenziosa, difficile da ignorare: *«per me è tristezza, perché vedi i genitori che sono abbastanza infastiditi dal fatto che magari non riescono a pagare le bollette o queste cose, e allora non riesci ad essere felicissimo»*. Non si tratta solo del cibo in sé, ma di tutto quello che rappresenta: un peso sulle spalle degli adulti, una fonte di ansia che si trasmette anche ai/alle più giovani.

Di fronte a questa realtà, si prova a reagire come si può. Alla domanda su quale consiglio darebbe a un/una coetaneo/a che si trovasse in difficoltà economiche, un altro adolescente risponde che suggerirebbe di non pensarci troppo, di spostare il focus su altro: *«cercare di fregarsene»*, anche se non è sempre possibile. O ancora, cercando di *«girarla un po’»*, di fare qualcosa per distrarsi, come *«giocare, uscire un po’, in modo che ignori un po’... abbia quei momenti in cui non deve pensare alla brutta situazione»*. L’adolescenza è un’età in cui il cibo ha anche una forte valenza sociale. Non potersi permettere una pizza o un’uscita

FIGURA 3.3 **Rappresentazioni sociali della povertà alimentare**



Fonte: Nostra elaborazione

può diventare un motivo di esclusione o imbarazzo, sintetizza una ragazza: «*un adolescente perde anche le occasioni più belle, le esperienze più belle. Perché questa è comunque l'età in cui noi usciamo, ci divertiamo*». Si ricorre allora a piccole strategie per non far pesare la propria situazione agli altri, come spiegato da chi, per proteggere l'amico/a che non può permettersi di spendere soldi, direbbe: «*mi annoio o non mi va di*

fare questa cosa... e magari di organizzare invece un'attività, una cosa da fare insieme, o anche proprio non spendere soldi in generale» e proporrebbe un'alternativa, «*magari una passeggiata che non include per forza spendere troppi soldi o anche proprio non spendere soldi in generale*», per «*non far sentire in colpa o disagio l'altra persona*».

Il disagio può essere anche più profondo, soprattutto quando è accompagnato da insicurezze fisiche o dalla pressione sociale, per cui un adolescente in difficoltà potrebbe isolarsi: *«si chiude... diventa insicuro»*, oppure *«penso che anche fisicamente la persona non è nella sua forma migliore, e quindi pensando forse anche a tutti i disturbi alimentari, al bullismo che noi viviamo ancora adesso, può essere un problema»*. Il cibo, infatti, non è solo nutrimento ma anche parte dell'immagine che si dà di sé come racconta un'adolescente: *«pure i maschi contano quanto cibo mangiano perché poi non vogliono ingrassare [...] per gli adolescenti è sempre una cosa estetica, devi essere sempre perfetto agli occhi degli altri»*.

Alla domanda su cosa significhi "povertà alimentare", gli adolescenti a cui è stata posta danno una definizione semplice ma concreta: *«che non c'è cibo. C'è poco cibo»*, oppure *«non mangi molto sano, mangi più, fra virgolette, le schifezze, quindi più i dolci... e non bilanci giusto come proteine, carboidrati»*. In altri casi, emerge una consapevolezza più strutturata, che collega l'alimentazione alla possibilità stessa di relazionarsi con gli altri: *«dal momento che ad oggi credo che il cibo abbia un ruolo importante nei rapporti, se una persona non ha la possibilità in casa sua di accedere al cibo, figuriamoci poi all'esterno»*. Il tema

è spesso trattato in modo discreto, perché parlare delle proprie difficoltà espone al giudizio altrui. Quando viene chiesto se si conoscono coetanei con problemi economici e alimentari, un'intervistata spiega: *«No, perché pure se [ci fossero intorno a me situazioni del genere] non lo saprei perché i ragazzi della mia età, comunque, non si espongono su questi problemi. più che altro se lo tengono per loro [...] hanno paura di essere giudicati»*. Le difficoltà economiche vengono mascherate con scuse apparentemente banali: *«va bene, esco però io mangio a casa»*, ma chi ascolta capisce comunque: *«non è che sei stupido e non capisci... si capisce già dai tipi di persone che dicono: "non posso anche a 10 euro per andare da qualche parte" però vedi che comunque volevano andare...»*

Nel racconto di alcuni/e, la povertà è associata a figure visibili e stigmatizzate: *«sono quelle persone che tu le vedi fuori alle chiese, fuori ai supermercati che te lo chiedono»*, oppure *«i senza tetto, i migranti, le famiglie numerose»*. Per altri/e, però, è un tema più vicino e condiviso, dove la solidarietà gioca un ruolo importante: *«mi dispiace, e quindi gli do a volte alcune cose anche se non me lo chiedono»*, oppure *«dovremmo farlo tutti quanti»*.

Come già anticipato nella discussione di uno dei macrotemi, molti/e ragazzi/e hanno un'opinione

positiva delle associazioni che distribuiscono pacchi alimentari: *«penso che sia una bellissima cosa [...] secondo me dovrebbero esistere più centri»*, oppure *«è una cosa bella per aiutare le persone in difficoltà, anche perché... per non farle andare troppo in difficoltà»*. Ma oltre all'aiuto concreto, emerge la necessità di fare educazione e sensibilizzazione: *«forse bisognerebbe anche sensibilizzare un po' di più nelle scuole [...] noi adolescenti alla fine siamo il futuro di domani»*. Infine, alcuni/e si interrogano su cosa farebbero se avessero la possibilità di intervenire concretamente. Le proposte vanno dalla migliore gestione delle risorse pubbliche – *«l'economia con quei soldi che vengono investiti dallo Stato potrebbero essere gestiti meglio»* – alla creazione di spazi sicuri e inclusivi per condividere esperienze senza l'ansia del confronto economico: *«prenderei le redini della situazione e direi: «facciamo un'altra cosa, ma non perché non possiamo, ma perché non mi va»*.

Il diagramma nella Figura 3.3 permette di rappresentare i diversi livelli a cui gli adolescenti immaginano e interpretano la povertà alimentare. Non si tratta di azioni realmente compiute, ma di rappresentazioni e riflessioni che i ragazzi elaborano, cercando di mettersi nei panni di chi vive una condizione di disagio. Il diagramma mette in evidenza come i/le

partecipanti descrivano il fenomeno attraverso concetti che appartengono a una sfera intima, personale, legata soprattutto alle emozioni e vissuti interiori, riflessioni che riguardano invece la sfera relazionale, in famiglia e con gli amici, evidenziando ad esempio la forte solidarietà tra pari che esiste tra di loro, fino a fare considerazioni di portata più ampia che collocano il tema all'interno del contesto sociale più ampio, politico e istituzionale.

A livello personale (micro), i/le ragazzi/e immaginano i sentimenti che potrebbero accompagnare la povertà alimentare, evocando tristezza, insicurezza, chiusura in sé e paura di essere giudicati. Si tratta di proiezioni che mostrano come pensano ci si potrebbe sentire trovandosi in una situazione di deprivazione. Sul piano relazionale (meso), invece, le rappresentazioni si spostano sulle dinamiche con i coetanei e la famiglia; i/le ragazzi/e immaginano, ad esempio, di poter aiutare un amico in difficoltà proponendo di uscire e giocare insieme per distrarlo, oppure assumendosi parte della responsabilità per non farlo sentire a disagio. Riflettono inoltre su come la povertà alimentare possa condizionare la vita sociale, impedendo la partecipazione a momenti condivisi come un pasto fuori casa, e riconoscono il ruolo delle reti parentali nel sostenere i bisogni quotidiani. Infine, a livello strutturale, della società (macro),

emergono considerazioni più ampie che richiamano la dimensione collettiva per la quale gli adolescenti sottolineano l'importanza dei centri di distribuzione alimentare, la necessità di sensibilizzare sul tema nelle scuole e la possibilità di gestire meglio le risorse pubbliche, fino a formulare una propria immagine di chi siano i bisognosi, richiamando persone incontrate fuori dai supermercati o famiglie numerose in difficoltà.

3.5. Discussione dei risultati

I risultati emersi dall'indagine confermano che il rapporto con il cibo, per gli adolescenti, si configura come un fenomeno complesso, che coinvolge aspetti molto diversi. Oltre a rispondere ai bisogni fisici dell'organismo in una fase delicata della crescita, il cibo ha anche un significato più profondo: serve a rafforzare i legami con gli altri e aiuta i/le ragazzi/e a costruire la propria identità e il modo in cui si vedono nel mondo. Dai loro racconti emerge chiaramente come il cibo non sia solo un bisogno materiale, ma anche un modo per stare insieme ai coetanei e coltivare relazioni. Ragazzi e ragazze ne riconoscono sì il valore come fonte di energia per affrontare la scuola e le attività giornaliere, rivelando consapevolezza dell'importanza di prendersi cura del proprio corpo, ma sottolineano anche aspetti per

così dire "politici", come evitare gli sprechi e imparare a gestire le risorse disponibili. Il cibo si configura, cioè, come il mezzo attraverso cui si esprime una responsabilità, sia nei confronti di sé stessi che degli altri, confermando come già durante l'adolescenza i/le giovani sviluppano una crescente consapevolezza del legame tra alimentazione, salute e sostenibilità.

La *food literacy* (Cullen *et al.* 2015), definita come un costrutto multidimensionale che include competenze funzionali (conoscenze e abilità pratiche come cucinare, pianificare, gestire il cibo), relazionali ed emotive (il piacere, la convivialità, la memoria affettiva legata al cibo) e critiche (capacità di interpretare le influenze sociali, economiche e culturali che condizionano le scelte alimentari) e applicata all'adolescenza (Ares *et al.* 2024), fornisce una chiave interessante con cui leggere i nostri risultati. Questa prospettiva, infatti, dialoga in modo diretto con i racconti degli adolescenti raccolti nel nostro lavoro. Le competenze funzionali emergono quando i/le ragazzi/e raccontano di cucinare per necessità, di imparare ricette in famiglia o di arrangiarsi con ciò che trovano in frigo. Allo stesso tempo, cucinare può diventare un'occasione per sperimentare, esprimere la propria creatività, prendersi cura degli altri, o per affermare la propria identità. Le

testimonianze raccolte offrono qui un contributo originale, mostrando come la cucina diventi anche un terreno di prova identitaria, dove misurarsi con i propri limiti, esprimere talenti e definire ruoli nelle relazioni con coetanei e familiari. Le competenze relazionali ed emotive sono invece evidenti nei riferimenti alla tavola come luogo di unione, ai piatti della tradizione che evocano ricordi o ai momenti di socialità con gli/le amici/che attorno al cibo. Infine, le competenze critiche si possono riconoscere nelle riflessioni sulle possibilità economiche («non sempre posso mangiare la carne rossa», «il sushi solo una volta al mese»), nella consapevolezza dei limiti familiari e nella capacità di elaborare strategie di adattamento, dalla scelta di prodotti di sottomarca al rinunciare a un'uscita con gli amici per non pesare sul bilancio domestico.

Oltre a servire per nutrirsi, il cibo ha anche un lato emotivo, perché per alcuni/e adolescenti diventa un modo per tirarsi su quando sono giù di morale, per sfogarsi nei momenti difficili o semplicemente per sentirsi un po' meglio. Nei loro racconti è descritto anche come sollievo dopo una giornata di scuola, come legame con le origini o memoria familiare, dai piatti preparati dalle madri e dalle nonne fino ai sapori che evocano l'infanzia trascorsa altrove. Questi risultati trovano riscontro nella letteratura sociologica, come si può osservare

nel contributo di Fielding-Singh, (2017), che, analizzando il valore simbolico del cibo nelle famiglie appartenenti a diversi contesti socioeconomici, mostra come il cibo non sia mai "solo" sostentamento, ma veicolo di amore, dignità, status e cultura. Nella prospettiva degli adolescenti incontrati, il cibo si configura in maniera analoga: un linguaggio affettivo e relazionale che comunica cura («mia madre si toglie il cibo dal piatto per darlo a noi»), memoria («quando mangio i miei piatti preferiti penso ai momenti belli in Brasile»), e identità condivisa («il cibo un po' ci unisce tutti, non solo in famiglia, anche con le amicizie»). Nei racconti compaiono anche memorie legate ai piatti familiari e alle origini culturali: dal *churrasco* brasiliano alla *tajine* marocchina, fino al dolce della domenica della nonna. In questo senso, il cibo è un ponte tra passato e presente, e rappresenta una memoria viva di identità e appartenenza, particolarmente significativa per i/le ragazzi/e di famiglie che hanno una storia di migrazione (Wright *et al.* 2021). Inoltre, come sottolinea anche Fischler (2011), il cibo è uno degli strumenti più potenti attraverso cui gli individui e i gruppi sociali definiscono sé stessi e la propria appartenenza culturale. Questa funzione identitaria emerge chiaramente dalle parole degli/delle adolescenti, che associano i piatti tipici delle proprie famiglie non solo

al gusto, ma al senso di continuità, radicamento e riconoscimento.

Una dimensione altrettanto centrale è quella sociale e relazionale, in cui il cibo è occasione di incontro, di scoperta e di inclusione.

Condividere una merenda, dividere un panino o ritrovarsi al *fast food* rappresenta un codice implicito di inclusione, un modo per rafforzare legami e superare timidezze. La letteratura conferma che le pratiche conviviali contribuiscono alla costruzione dell'identità sociale e al senso di appartenenza al gruppo (Arcadu e Migliorini 2024). Nella loro indagine qualitativa le autrici analizzano come nei primi anni dell'adolescenza gli «*alimenti tipici*» siano oggetti di rappresentazioni sociali che contribuiscono a costruire identità condivise. Non a caso, la convivialità legata al cibo è riconosciuta come una delle forme più immediate di socializzazione e costruzione del legame tra pari (Fischler 2011). Nel contesto italiano, D'Antonio *et al.* (2024) confermano che la convivialità legata al cibo ha un ruolo di primo piano nella socialità degli/delle adolescenti, rafforzando legami familiari e di gruppo. Gli adolescenti raccontano di aver stretto amicizie grazie a cene o merende condivise, o di aver conosciuto culture diverse attraverso piatti portati da compagni/e e amici/che. È in questo senso, che privare loro di queste opportunità si configura come un esempio di quella che Bartelmeß *et*

al. (2022) chiamano povertà alimentare sociale.

Islam *et al.* (2019) mostrano come le pratiche alimentari siano fortemente influenzate dal contesto socioculturale e possano diventare strumenti di mediazione e di incontro. Il cibo è legato anche agli affetti e mangiare in famiglia è vissuto come un momento di normalità in cui si parla e si sta insieme. Questo dato trova riscontro nella letteratura che descrive il pasto familiare come pratica culturale e rituale, capace di rafforzare coesione, trasmissione di valori e benessere psicosociale (Fiese *et al.* 2012; Neumark-Sztainer *et al.* 2010). Tuttavia, dalla nostra indagine emerge anche una differenza tra le famiglie in cui mangiare insieme è una consuetudine e quelle in cui i pasti condivisi sono rari o quasi del tutto assenti. Quando questi momenti mancano, gli adolescenti ne sentono la mancanza, a conferma del fatto che la tavola rappresenta uno spazio importante per costruire e mantenere i legami familiari. Se nei pasti familiari si leggono coesione e affetto, non mancano le voci che raccontano solitudine o responsabilità precoci, come cucinare per sé o per i fratelli in assenza dei genitori o comunque dare una mano in casa perché i genitori sono al lavoro. In queste esperienze più voci hanno richiamato la figura materna, descritta come colei che «*toglie dal*

proprio piatto per darlo ai figli». Sono gesti riconosciuti dai/dalle ragazzi/e come espressioni di cura e amore, ma anche come segni tangibili delle difficoltà economiche. Nei racconti, infatti, emergono anche le privazioni: il frigorifero vuoto, la carne rossa consumata raramente, il pollo fritto come lusso da concedersi solo in alcune occasioni. Si tratta di un aspetto già affrontato in letteratura, per cui la *food insecurity* vissuta da adolescenti non va intesa soltanto come mancanza di cibo, ma considerando anche la percezione della scarsità e il peso emotivo delle rinunce (Fram *et al.* 2011). Al giorno d'oggi, il problema della scarsità nel contesto alimentare, non si riferisce solo alla mancanza assoluta di cibo, ma anche, in maniera sempre più rilevante, alla limitata possibilità che molti hanno di avere accesso regolare a una dieta varia, nutrizionalmente e culturalmente adeguata (FAO *et al.* 2020). Nei nostri dati, questo tipo di scarsità o carenza emerge attraverso racconti che parlano di monotonia dei pasti, necessità di comprare prodotti più economici o di sottomarca, rinuncia a cibi desiderati o associati a momenti di socialità, fino ad arrivare all'immagine del frigorifero vuoto, contribuendo a rendere tangibili le disuguaglianze sociali. Sempre più, oggi, l'accesso al cibo è uno dei campi in cui si manifestano le disuguaglianze sociali (Fielding-Singh 2017). Anche nelle testimonianze raccolte in questa

indagine si può distinguere tra chi può permettersi la scelta, la varietà e la partecipazione a momenti conviviali, e chi, al contrario, è costretto a adattarsi, rinunciare – generando a volte disagio e esclusione - o a mettere in atto strategie di coping (Popkin *et al.* 2016), in cui si prova a far fronte alla scarsità trasformando la mancanza in routine. E come ricordano Mullainathan e Shafir (2013) la scarsità — che sia di denaro, tempo, o risorse cognitive — influisce sulla capacità di prendere decisioni, sull'attenzione, sulle priorità, e sulle trappole comportamentali che ne derivano. Il tema dell'adattamento ritorna costantemente: ridurre la qualità o la quantità degli acquisti, accettare di non insistere quando un desiderio non può essere esaudito. Gli/le adolescenti sviluppano così una precoce consapevolezza del valore del denaro e delle priorità familiari. Le limitazioni economiche generano frustrazione, rabbia o vergogna, ma spesso portano a strategie di resistenza che aiutano a rielaborare la mancanza, come convincersi che un piatto semplice è sufficiente, rimandare un desiderio o trasformare il malumore in un pensiero positivo. A ciò si aggiunge che alcuni adolescenti descrivono la scarsità come un fatto normalizzato: «*Non mi arrabbio, perché tanto non cambia nulla*», spiega qualcuno. Questa capacità di adattamento è accompagnata da strategie di

coping che vanno dal pensiero positivo alla ricerca di distrazioni.

Sono strategie di adattamento anche quelle dei/delle ragazzi/e che rinunciano a un'uscita, inventando scuse perché si vergognano di dover ammettere di non potersi permettere di andare fuori a pranzo o a cena con gli/le amici/che, o che, quando escono, ordinano piatti meno costosi anche se non sono quelli che desidererebbero, escono solo dopo aver mangiato a casa, o si affidano alla solidarietà degli amici. Queste "microeconomie della condivisione" – "scroccare", dividere, fare metà e metà – mostrano chiaramente come il cibo, tra gli/le adolescenti, non sia soltanto un bene materiale, ma anche una risorsa relazionale, con cui si sviluppano relazioni, forme di reciprocità e piccoli gesti di solidarietà quotidiana.

Molti studi sulla *food insecurity* confermano che le disuguaglianze economiche si riflettono nelle pratiche alimentari dei ragazzi (Widome et al. 2009, Harper et al. 2022, Capitán-Moyano et al. 2025), ma anche come la solidarietà tra gli/le amici/che possa mitigare parte di queste difficoltà (Palladino et al. 2024). In questo senso, il cibo tra pari è più di un'occasione conviviale, diventa un linguaggio implicito che definisce appartenenza e sostiene chi vive maggiori difficoltà.

Eppure, oltre la capacità di adattamento, inclusa quella che passa per la rassegnazione, affiora talvolta un senso di ingiustizia: «*Perché io no e loro sì?*». È proprio in questo equilibrio fragile tra accettazione e desiderio di una vita come quella degli altri che il cibo diventa lo specchio delle disuguaglianze sociali.

Questi atteggiamenti riflettono una capacità di coping che la letteratura descrive come tipica nelle situazioni di *food insecurity*, in cui gli adolescenti sviluppano forme di adattamento quotidiano per rendere le restrizioni più tollerabili (Leung et al. 2020; Fram et al. 2011). Il tema centrale che attraversa queste narrazioni è la distinzione tra ciò che non manca mai — la pasta o le scatolette di tonno — e ciò che viene percepito come lusso o desiderio, come la carne rossa o il sushi. Ciò che pesa non è l'assenza del necessario, ma la difficoltà ad accedere alle proprie voglie e desideri o a cose che per altri sono normali, che quindi diventano marcatori di differenza rispetto ai coetanei. Queste osservazioni trovano un riscontro nella letteratura, come ad esempio nello studio longitudinale di Bogl et al. (2020) che mostra come con l'età, i comportamenti alimentari degli/delle adolescenti si conformano progressivamente a quelli dei pari, in particolare per quanto riguarda il consumo di *fast food*, rappresentando un elemento

cruciale per sentirsi parte del gruppo e costruire identità sociale. Ciò suggerisce che alimenti percepiti come “sfizi” o consumi non necessari acquistano un ruolo crescente come marcatori di appartenenza e di identità sociale.

Accanto alle rinunce, nelle testimonianze raccolte emergono anche segni di maturità e gesti di responsabilità, come quello di adolescenti che rinunciano a un viaggio o offrono parte dei propri risparmi per aiutare la famiglia, altri che provano a guadagnare con lavoretti informali (Palladino *et al.* 2024; Velardo *et al.* 2021; 2024).

Un ruolo importante è riconosciuto anche alle associazioni che distribuiscono pacchi alimentari, come Caritas o Croce Rossa. Gli/le adolescenti le conoscono bene e ne parlano con gratitudine, vedendole - soprattutto per chi vi fa ricorso - come risorsa per alleggerire il peso economico delle famiglie. Qui l'aiuto appare normalizzato e percepito come gesto di giustizia e solidarietà, capace anche di educare alla responsabilità collettiva. Il ricorso agli aiuti alimentari è raccontato con pragmatismo, come qualcuno dice: «*se c'è l'opportunità perché non sfruttarla?*». Non è vissuto come segno di vergogna, ma come opportunità concreta che consente di risparmiare denaro da destinare ad altre spese familiari. Ricevere un pacco è visto come un sostegno concreto che «*fa stare meglio*», perché permette di destinare i pochi

soldi disponibili ad altre spese familiari. Questa prospettiva appare in parte divergente da quanto riportato nella letteratura internazionale, dove il ricorso agli aiuti alimentari è spesso accompagnato da sentimenti di vergogna, esclusione o stigma, e concorda con alcuni dei risultati della ricerca di Perry *et al.* (2023), secondo cui gli/le studenti/esse giovani adulti/e intervistati/e giudicano favorevolmente i programmi di assistenza alimentare, pur essendo consapevoli dello stigma sociale ad essi associato, e si dichiarano propensi ad utilizzarli, in caso di necessità. Il modo in cui gli/le adolescenti incontrati da noi – provenienti da famiglie che fanno ricorso agli aiuti alimentari – si rapportano a questi strumenti, richiama quanto osservato da Garthwaite (2016) a proposito della normalizzazione dell'uso delle *food banks* in contesti di crisi economica: più che uno stigma, prevale una percezione degli aiuti come risorsa necessaria per la sopravvivenza quotidiana. Ciò contrasta, per esempio, con i risultati dello studio di Mmari *et al.* (2019) a Baltimora, che documentano di adolescenti che evitano di ricorrere alle *food banks* per timore di essere giudicati.

Rispetto alla letteratura esistente, il presente lavoro porta alcuni elementi di novità nel panorama della ricerca in Italia. In primo luogo, la centralità attribuita alla voce diretta degli/delle adolescenti

consente di osservare il cibo non solo come pratica nutrizionale o scelta di salute, ma come esperienza quotidiana intrecciata a emozioni, relazioni e memorie, collocata nel contesto multiculturale e sociale italiano. In secondo luogo, la normalizzazione della scarsità, che da evento critico diventa abitudine: il poco viene trasformato in «*abbastanza*», producendo adattamenti che raramente trovano spazio negli studi quantitativi, è un risultato che non abbiamo trovato essere stato ancora sottolineato. Un ulteriore contributo originale riguarda l'evidenziare di quelle che abbiamo chiamato "microeconomie della solidarietà": merende divise, conti condivisi, gesti spontanei di cura tra pari, che mostrano il cibo come un campo in cui agire l'aiuto reciproco ed il senso di appartenenza al proprio gruppo sociale. Infine, sembra opportuno sottolineare come gli aiuti alimentari – che spesso vengono descritti in letteratura come caratterizzati da giudizi ambivalenti, tra sostegno e stigma – da queste testimonianze emergono come qualcosa di necessario, per affrontare momenti di difficoltà, con anche valenze formative, capaci di veicolare valori di responsabilità collettiva e educazione civica. Nel loro insieme, questi elementi arricchiscono il dibattito restituendo un quadro in cui il cibo, nell'esperienza adolescenziale, diventa una lente preziosa attraverso cui leggere non solo le disuguaglianze che esistono

nella nostra società, ma anche le forme di resistenza, solidarietà e speranza che le attraversano.

In tutto questo, l'aspetto che resta ancora quasi interamente da affrontare è come riconoscere l'effettiva entità del malessere che ragazze e ragazzi derivano dalla limitazione alla loro libertà di poter scegliere cosa, quanto come e con chi mangiare, quella che la dottoressa Iannaco ha descritto come un «*diritto psichico*», a prescindere dalla maniera matura e responsabile con cui essi/e affrontano la situazione.

È in questo senso che, affinché esso sia affrontato da un punto di vista pienamente umano (Fagioli, 1972, 1974a, 1974b, 1980), il discorso sulla povertà alimentare in adolescenza – certamente nei paesi ad alto reddito – deve essere spostato dal piano dei "bisogni" a quello delle "esigenze".

Bibliografia

- ActionAid. 2022. *Cresciuti troppo in fretta*. Milano.
<https://www.actionaid.it/pubblicazioni/cresciuti-troppo-in-fretta/>.
- Arcadu, Martina, e Laura Migliorini. 2024. «Building Share Identities through Food: A Qualitative Analysis of Social Representations of Typical Food during Early Adolescence». *Food, Culture e Society*, 1–20.
<https://doi.org/10.1080/15528014.2024.2444143>.
- Ares, Gastón, Sofia De Rosso, Carina Mueller, et al. 2024. «Development of Food Literacy in Children and Adolescents: Implications for the Design

- of Strategies to Promote Healthier and More Sustainable Diets". *Nutrition Reviews* 82 (4): 536–52.
<https://doi.org/10.1093/nutrit/nuad072>.
- Bartelmeß, Tina, Sarah Jasiok, Elias Kühnel, e Juliane Yildiz. 2022. «A Scoping Review of the Social Dimensions in Food Insecurity and Poverty Assessments". *Frontiers in Public Health* 10 (dicembre): 994368.
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.994368>.
- Bogl, Leonie H., Kirsten Mehlig, Wolfgang Ahrens, et al. 2020. «Like Me, like You – Relative Importance of Peers and Siblings on Children's Fast Food Consumption and Screen Time but Not Sports Club Participation Depends on Age". *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 17 (1): 50.
<https://doi.org/10.1186/s12966-020-00953-4>.
- Bronfenbrenner, U. 1979. *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design* by U Bronfenbrenner. Harvard University Press.
- Capitán-Moyano, Laura, María Arias-Fernández, Aina M. Yáñez, Miquel Bennasar-Veny, e Enrique Castro-Sánchez. 2025. «Environmental Factors of Food Insecurity in Adolescents: A Global Scoping Review». *Journal of Adolescent Health*, settembre, S1054139X25003891.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2025.08.009>.
- Cullen, Tracy, Janelle Hatch, Wanda Martin, Joan Wharf Higgins, e Rosanna Sheppard. 2015. «Food Literacy: Definition and Framework for Action». *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research* 76 (3): 140–45.
<https://doi.org/10.3148/cjdp-2015-010>.
- D'Antonio, Gaia, Vincenza Sansone, Mario Postiglione, et al. 2024. «Risky Behaviors for Non-Communicable Diseases: Italian Adolescents' Food Habits and Physical Activity". *Nutrients* 16 (23): 4162.
<https://doi.org/10.3390/nu16234162>.
- FAO, IFAD, UNICEF, WHO, e WFP. 2020. *The State of Food Security and Nutrition in the World 2020: Transforming Food Systems for Affordable Healthy Diets*. The State of Food Security and Nutrition in the World (SOFI) 2020. FAO.
<https://doi.org/10.4060/ca9692en>.
- Fielding-Singh, Priya. 2017. «A Taste of Inequality: Food's Symbolic Value across the Socioeconomic Spectrum". *Sociological Science* 4: 424–48.
<https://doi.org/10.15195/v4.a17>.
- Fiese, Barbara H., Amber Hammons, e Diana Grigsby-Toussaint. 2012. «Family Mealtimes: A Contextual Approach to Understanding Childhood Obesity". *Economics e Human Biology* 10 (4): 365–74.
<https://doi.org/10.1016/j.ehb.2012.04.004>.
- Fischler, Claude. 2011. «Commensality, Society and Culture". *Social Science Information* 50 (3–4): 528–48.
<https://doi.org/10.1177/0539018411413963>.
- Fram, Maryah Stella, Edward A. Frongillo, Sonya J. Jones, et al. 2011. «Children Are Aware of Food Insecurity and Take Responsibility for Managing Food Resources". *The Journal of Nutrition* 141 (6): 1114–19.
<https://doi.org/10.3945/jn.110.135988>.
- Garthwaite, Kayleigh. 2016. *Hunger Pains*. Bristol University Press.
<https://policy.bristoluniversitypress.co.uk/trade/hunger-pains>.
- Harper, Kaitlyn, Laura E. Caulfield, Stacy V. Lu, Kristin Mmari, e Susan M. Gross. 2022. «Diet Quality and Contextual Factors Influencing Food Choice among Adolescents with Food Security and Food Insecurity in Baltimore City». *Nutrients* 14 (21): 4573.
<https://doi.org/10.3390/nu14214573>.
- Islam, Mohammad, Jill Trenholm, Anisur Rahman, Jesmin Pervin, Eva-Charlotte Ekström, e Syed Rahman. 2019. «Sociocultural Influences on Dietary Practices and Physical Activity Behaviors of Rural Adolescents—A Qualitative

- Exploration". *Nutrients* 11 (12): 2916. <https://doi.org/10.3390/nu11122916>.
- Leung, Cindy W., Anita L. Stewart, Eduardo T. Portela-Parra, Nancy E. Adler, Barbara A. Laraia, e Elissa S. Epel. 2020. «Understanding the Psychological Distress of Food Insecurity: A Qualitative Study of Children's Experiences and Related Coping Strategies". *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics* 120 (3): 395–403. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2019.10.012>.
- Mmari, Kristin, Asari Offiong, Susan Gross, e Tamar Mendelson. 2019. «How Adolescents Cope with Food Insecurity in Baltimore City: An Exploratory Study". *Public Health Nutrition* 22 (12): 2260–67. <https://doi.org/10.1017/S1368980019001216>.
- Mullainathan, Sendhil, e Eldar Shafir. 2013. *Scarcity: Why having too little means so much*. Scarcity: Why having too little means so much. Times Books/Henry Holt and Co.
- Neumark-Sztainer, Dianne, Nicole I Larson, Jayne A Fulkerson, Marla E Eisenberg, e Mary Story. 2010. «Family Meals and Adolescents: What Have We Learned from Project EAT (Eating Among Teens)?" *Public Health Nutrition* 13 (7): 1113–21. <https://doi.org/10.1017/S1368980010000169>.
- Palladino, Monica, Carlo Cafiero, e Roberto Sensi. 2024. «Understanding adolescents' lived experience of food poverty. A multi-method study among food aid recipient families in Italy.» *Global Food Security* 41 (giugno): 100762. <https://doi.org/10.1016/j.gfs.2024.100762>.
- Perry, Michelle G., Avery R. Ashley, Lanae B. Hood, e Rebecca L. Hagedorn-Hatfield. 2023. «Knowledge and Perceptions of Nutrition Assistance Programmes among Young Adult Students". *Nutrition Bulletin* 48 (1): 91–100. <https://doi.org/10.1111/nbu.12602>.
- Popkin, Susan J., Molly M. Scott, e Martha Galvez. 2016. «Impossible Choices: Teens and Food Insecurity in America". Urban Institute, settembre. <https://www.urban.org/sites/default/files/alfresco/publication-pdfs/2000914-Impossible-Choices-Teens-and-Food-Insecurity-in-America.pdf>.
- Velardo, Stefania, Christina M. Pollard, Jessica Shipman, e Sue Booth. 2021. «How Do Disadvantaged Children Perceive, Understand and Experience Household Food Insecurity?" *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18 (8): 8. <https://doi.org/10.3390/ijerph18084039>.
- Velardo, Stefania, Kristen Stevens, Michelle Watson, et al. 2024. «How do children perceive and understand the experience of household food insecurity? A narrative review of the literature". *British Food Journal* 126 (4): 1698–724. <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/bfj-07-2023-0600/full/html>.
- Widome, Rachel, Dianne Neumark-Sztainer, Peter J. Hannan, Jess Haines, e Mary Story. 2009. «Eating When There is Not Enough to Eat: Eating Behaviors and Perceptions of Food Among Food-Insecure Youths». *American Journal of Public Health* 99 (5): 822–28. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2008.139758>.
- Wright, Kathrine E., Julie E. Lucero, Jenanne K. Ferguson, et al. 2021. «The Impact That Cultural Food Security Has on Identity and Well-Being in the Second-Generation U.S. American Minority College Students". *Food Security* 13 (3): 701–15. <https://doi.org/10.1007/s12571-020-01140-w>.

CAPITOLO 4.

POVERTÀ ALIMENTARE E ADOLESCENTI: QUALI APPROCCI E PRATICHE DI INTERVENTO EFFICACI?

Ilaria Madama, Franca Maino, Elisa Bordin, Ilaria Caracozza ed Ezio Sorti¹⁵

Introduzione¹⁶

La povertà alimentare in adolescenza rappresenta una sfida crescente e complessa, con impatti diretti non solo sulla salute fisica, ma anche sullo sviluppo cognitivo, emotivo e sociale dei/delle giovani. Negli ultimi anni, il contesto socioeconomico italiano ed europeo ha visto un aumento delle disuguaglianze nell'accesso a un'alimentazione adeguata e di qualità, a causa di fattori come la precarietà lavorativa, l'aumento del costo della vita e le conseguenze delle crisi economiche e ambientali. Come già evidenziato nel report Action Aid "Cresciuti Troppo in Fretta" (2022), in questo scenario, gli/le adolescenti costituiscono un gruppo particolarmente vulnerabile: spesso invisibili rispetto ad altre fasce d'età, vivono una fase di vita in cui le elevate esigenze nutrizionali e la delicata fase di

sviluppo fisico, psicologico e sociale richiedono sostegno e strumenti adeguati a garantire una crescita sana e armonica.

Sebbene i dati globali e nazionali sulla povertà alimentare negli/nelle adolescenti siano ancora scarsi e frammentari, le evidenze disponibili indicano una tendenza preoccupante di crescita, spesso associata al peggioramento della salute mentale e fisica e all'incremento dei tassi di sovrappeso e obesità (Meiklejohn *et al.* 2017). Nei Paesi ad alto reddito, la dieta degli/delle adolescenti è sempre più caratterizzata da alimenti trasformati e ultra-trasformati, ad alto contenuto energetico e poveri di nutrienti, mentre il consumo di frutta, verdura, latticini e proteine di qualità rimane insufficiente (Bayes *et al.* 2023). Questi modelli alimentari sono influenzati non solo da fattori

¹⁵ Desideriamo ringraziare tutte le persone che hanno generosamente dedicato il loro tempo e condiviso le proprie esperienze e conoscenze partecipando alle interviste. Il loro contributo è stato fondamentale per la realizzazione della ricerca.

¹⁶ Le analisi e le riflessioni presentate in questo capitolo riprendono risultati del già citato progetto DisPARI, avviato ad aprile 2024 e in corso fino a dicembre 2025, che ha come obiettivo l'analisi della povertà alimentare tra gli e le adolescenti. In particolare, i contenuti di questo capitolo sono frutto del *Work Package 4*, dedicato all'indagine delle pratiche di contrasto a questo fenomeno.

economici e dalla disponibilità di cibi sani, ma anche dall'ambiente alimentare, che spesso incentiva opzioni a basso costo e bassa qualità nutrizionale (Raeside *et al.* 2022).

Allo stesso tempo, come emerso dal Capitolo 3, la povertà alimentare in adolescenza si esprime anche sul piano sociale e psico-emotivo: il non poter partecipare pienamente a momenti di convivialità, il vivere situazioni di stigma o imbarazzo, la percezione di esclusione rispetto ai pari segnano profondamente l'esperienza quotidiana, incidendo sul benessere e sul senso di appartenenza.

Nonostante ciò, gli/le adolescenti continuano a essere una fascia d'età trascurata dagli interventi istituzionali di contrasto alla povertà alimentare. Raramente vengono considerati come un gruppo con bisogni distinti e specifici, venendo invece comunemente assimilati ai/alle bambini/e (all'interno dei programmi rivolti ai minori) o trattati esclusivamente come parte del nucleo familiare, senza una reale attenzione alle loro esigenze individuali. I programmi progettati in modo mirato per ragazzi e ragazze tra i 10 e i 18 anni sono rari, frammentati e, in molti casi, con efficacia limitata. Come sottolineato nei capitoli precedenti, lo sviluppo adolescenziale è un processo multidimensionale, in cui fattori fisiologici, emotivi e sociali si intrecciano in modo inscindibile.

Questa complessità richiede un approccio integrato e olistico, che gli attuali sistemi di intervento spesso non riescono a cogliere, limitandosi a risposte emergenziali e caritatevoli, piuttosto che a strategie strutturali e proattive.

Su tale sfondo, la letteratura recente riconosce sempre di più l'urgenza di includere attività pensate specificamente per questa fascia d'età, che siano pertinenti, adeguate e stimolanti, capaci di rispecchiare i loro interessi e di coinvolgerli attivamente (Isogai *et al.* 2015; Shinwell *et al.* 2021). Contrastare la povertà alimentare tra gli/le adolescenti significa dunque adottare un approccio multidimensionale, che combini interventi di sostegno diretto (come l'accesso a pasti equilibrati tramite mense scolastiche o comunitarie) con strategie educative e di *empowerment*. Non basta fornire cibo, ma occorre promuovere consapevolezza alimentare, favorire la partecipazione attiva, contrastare lo stigma e costruire reti di supporto che uniscano scuole, famiglie, istituzioni pubbliche e realtà del terzo settore e, dove è presente e attiva, l'intera comunità educante.

Alla luce di queste riflessioni, si impongono alcune domande cruciali: quali modelli di intervento possono concretamente affrontare la natura multidimensionale della povertà alimentare tra gli/le adolescenti? Quale ruolo può giocare l'innovazione sociale (IS)

per superare un sistema di contrasto basato sull'assistenzialismo e costruire, invece, pratiche più inclusive e sostenibili?

Il presente capitolo nasce da questi interrogativi e propone un'analisi critica degli approcci al contrasto della povertà alimentare negli/nelle adolescenti. La ricerca alla base del capitolo si è avvalsa di metodologie qualitative, integrando l'analisi della letteratura nazionale e internazionale con interviste a rappresentanti di istituzioni europee e locali, organizzazioni della società civile e accademici esperti di povertà alimentare. Il capitolo è organizzato come segue. La prima parte è dedicata agli approcci di contrasto alla povertà alimentare negli/nelle adolescenti, con particolare attenzione alle specificità di questa fascia d'età come target di intervento (§4.1), alle criticità e caratteristiche dell'attuale sistema di interventi (§4.2) e al ruolo dell'IS nel trasformare le strategie di contrasto (§4.3). La seconda parte presenta un approfondimento sulle mense scolastiche, intese nella loro funzione di strumento di contrasto alla povertà alimentare per questa fascia di età. Infine, la terza parte propone una selezione di interventi che rappresentano buone pratiche e approcci innovativi nella lotta alla povertà alimentare tra gli/le adolescenti. Il capitolo si conclude con una serie di riflessioni finali, volte a delineare possibili

miglioramenti delle politiche e dei programmi esistenti e di quelli futuri.

4.1. Approcci di contrasto alla povertà alimentare negli/nelle adolescenti

4.1.1. Specificità degli interventi rivolti agli/alle adolescenti

Gli/le adolescenti costituiscono una popolazione target con caratteristiche e bisogni unici, strettamente legati allo sviluppo fisico, alla sfera emotiva e alla dimensione sociale (Hadley *et al.* 2009; Palladino *et al.* 2024; 2025). Questa fase della vita è caratterizzata da una rapida trasformazione fisica e da una crescente autonomia nelle scelte personali, comprese quelle alimentari (Fleming *et al.* 2023). Da un lato, necessitano di un'elevata e adeguata assunzione nutrizionale per sostenere lo sviluppo fisico e mentale; dall'altro, per loro il cibo assume anche un valore simbolico cruciale nella costruzione dell'identità e nel senso di appartenenza sociale (Palladino *et al.* 2025). A differenza dei/delle bambini/e più piccoli/e, che tendono a riprodurre le abitudini alimentari apprese in famiglia, gli/le adolescenti iniziano a sviluppare preferenze e pratiche alimentari autonome. Si confrontano quotidianamente con ambienti

alimentari complessi, come la scuola e i contesti sociali, dove devono trovare un equilibrio tra la pressione dei/delle coetanei/e e il controllo genitoriale, una dinamica che può spesso portare a scelte alimentari poco salutari (Fleming *et al.* 2023). A ciò si aggiunge una perdita di conoscenze e competenze culinarie nelle nuove generazioni, unita alla difficoltà di orientarsi tra le informazioni nutrizionali veicolate dai social media, con il rischio di compromettere la capacità di comprendere, preparare e consumare pasti equilibrati (Rodriguez *et al.* 2013).

Le difficoltà aumentano nei casi di vulnerabilità intersezionali, dove fattori socioeconomici - come precarietà economica, basso livello di istruzione o instabilità abitativa - si intrecciano con barriere culturali, come nel caso di/delle adolescenti appartenenti a minoranze etniche, che incontrano ulteriori ostacoli nell'accesso a cibi sani, nutrienti e culturalmente adeguati.

Una delle caratteristiche principali di questo target di intervento è la tensione tra una crescente consapevolezza delle difficoltà economiche familiari e dei problemi sociali che li circondano (che li differenzia dai/dalle bambini/e) e la limitata autonomia d'azione e mancanza di strumenti per affrontare tali problematiche (che li distingue dagli/dalle adulti/e). Questo squilibrio può generare

sentimenti di frustrazione, impotenza e vergogna, con ricadute negative sulla salute mentale.

Per questo motivo, gli interventi devono puntare a fornire strumenti concreti che permettano ai ragazzi e alle ragazze di diventare protagonisti delle proprie scelte alimentari e di vita, rafforzando al tempo stesso le competenze individuali e i processi collettivi di partecipazione, affinché la loro voce sia ascoltata e integrata nelle decisioni politiche. Gli interventi rivolti agli/alle adolescenti possono inoltre generare effetti positivi a livello comunitario, coinvolgendo indirettamente coetanei/e e famiglie, e favorendo la diffusione di conoscenze all'interno delle reti sociali, ampliando così la portata e l'efficacia degli interventi.

Intervenire sulla povertà alimentare in età adolescenziale ha anche un forte valore preventivo: consente di fornire competenze utili per prevenire situazioni di insicurezza alimentare futura e promuovere una maggiore autonomia decisionale. L'adolescenza costituisce infatti una fase cruciale per la costruzione di abitudini alimentari sane e per promuovere il benessere fisico e mentale a lungo termine (WHO 2025). La maggior parte degli studi mette in relazione la povertà alimentare adolescenziale con esiti negativi sulla salute a lungo termine, soprattutto a causa di comportamenti alimentari non salutari, come il consumo frequente

di bevande zuccherate e alimenti ricchi di grassi saturi. Al contrario, interventi che promuovono un'alimentazione sana in questa fase della vita sono spesso considerati strategie di prevenzione di salute pubblica, con effetti positivi potenzialmente duraturi.

Se da un lato è fondamentale riconoscere la specificità dell'adolescenza come fase della vita che richiede interventi dedicati, dall'altro è essenziale evitare di trattare gli/le adolescenti come un gruppo omogeneo. Questo approccio rischia infatti di oscurare le differenze significative negli impatti dell'insicurezza alimentare legate all'età, al genere, al contesto socioeconomico e culturale (Fram *et al.* 2022). È dunque importante non solo sviluppare programmi rivolti specificamente alla popolazione adolescenziale, ma anche progettare interventi capaci di rispondere alla diversità dei bisogni, delle esperienze e delle aspirazioni individuali. In questa prospettiva, numerosi studi sottolineano l'importanza di proporre attività mirate e pertinenti rispetto all'età e agli interessi dei partecipanti. Risulta quindi utile indagare preliminarmente le aspirazioni e le motivazioni dei ragazzi e delle ragazze, così da favorirne una partecipazione attiva e consapevole. Solo in questo modo è possibile garantire l'efficacia degli interventi e prevenire il rischio

di rafforzare, anziché ridurre, le disuguaglianze esistenti.

Nonostante l'importanza riconosciuta del coinvolgimento attivo degli/delle adolescenti, permangono alcune sfide operative. Tra queste si segnalano la difficoltà di accesso ai servizi da parte dei ragazzi e delle ragazze, nonché una partecipazione spesso discontinua, condizionata sia dagli impegni scolastici sia da situazioni di vita complesse che caratterizzano alcune fasce della popolazione adolescenziale. In questo contesto, risulta pertanto cruciale garantire la flessibilità degli interventi, affinché possano adattarsi alle reali condizioni e ai ritmi di vita degli/delle adolescenti.

A ciò si aggiungono una serie di fattori strutturali e ambientali – come la disponibilità, l'accessibilità economica e la qualità degli alimenti presenti nei contesti locali – che incidono in maniera significativa sull'efficacia degli interventi contro la povertà alimentare. Affrontare questi ostacoli richiede una progettazione integrata e multisettoriale, in grado di tenere conto delle condizioni materiali e sociali che influenzano le scelte alimentari dei/delle giovani.

4.1.2. Le criticità del sistema di intervento

Il panorama degli interventi di contrasto alla povertà alimentare presenta numerose criticità

riconducibili sia a problematiche strutturali del sistema complessivo, sia all'incapacità di rispondere adeguatamente ai bisogni di gruppi specifici, come gli/le adolescenti.

Negli ultimi decenni, lo studio del contrasto alla povertà alimentare ha attraversato importanti evoluzioni concettuali, che hanno fortemente influenzato lo sviluppo degli interventi. Storicamente, le politiche si sono basate su un approccio marcatamente produttivista, incentrato sull'aumento della disponibilità di cibo attraverso la produzione agricola, il commercio e gli aiuti umanitari (Clapp 2020). Dal punto di vista della domanda, questa prospettiva si concentra sulla possibilità di accesso, sia attraverso la redistribuzione *in-kind* (come i pacchi alimentari) sia attraverso trasferimenti in denaro (come i *voucher*), riducendo l'insicurezza alimentare a un problema di logistica o di potere d'acquisto. Questo paradigma, tuttavia, ha trascurato le dimensioni sociali, economiche e culturali dell'accesso al cibo.

Un cambio di prospettiva si è osservato a partire dagli anni '80 grazie all'approccio delle *capabilities* di Amartya Sen (1981), che ha spostato l'attenzione dall'offerta alla possibilità effettiva delle persone di procurarsi cibo in modo autonomo. In questa accezione, la sicurezza alimentare è stata ridefinita come diritto umano, e l'assistenza alimentare è

stata concepita non come carità, ma come uno strumento per restituire dignità e *agency* alle persone (De Schutter 2014; Bernaschi *et al.* 2025). Tale cambiamento ha ispirato modelli di *welfare* fondati sulla giustizia sociale e sulla partecipazione attiva dei beneficiari.

A partire da queste basi, sono emersi approcci più radicali, ispirati ai movimenti per la sovranità alimentare e alla giustizia alimentare, che pongono l'accento sull'autodeterminazione e sulla ristrutturazione dei sistemi agroalimentari, evidenziando le disuguaglianze di potere nella produzione e distribuzione del cibo (Moragues-Faus 2017; Rossi *et al.* 2021; Blake 2019). Tali approcci criticano il ruolo centrale assunto dalle logiche di mercato neoliberiste, individuando nella trasformazione dei sistemi alimentari verso modelli più equi e sostenibili la chiave per rendere effettivo il diritto al cibo.

Nonostante ci siano stati sviluppi teorici apprezzabili, nella pratica molti programmi continuano a seguire logiche emergenziali e produttiviste. A livello europeo, le iniziative finanziate dal Fondo Sociale Europeo Plus (FSE+), ad esempio, sono spesso gestite da Ministeri dell'agricoltura e focalizzate sulla redistribuzione delle eccedenze alimentari (cf. Madama 2025). Nonostante cresca il riconoscimento dell'importanza di integrare le dimensioni emotive ed

esperienziali della povertà alimentare con i fattori sociali e territoriali, gli interventi in atto continuano a fondarsi principalmente su logiche emergenziali. Questi approcci, centrati sul sostegno materiale immediato, trascurano le cause profonde e la complessità multidimensionale della povertà alimentare, impedendo di cogliere con maggiore profondità l'intensità e l'evoluzione del fenomeno. Tale impostazione riduttiva non solo ostacola lo sviluppo di politiche pubbliche innovative, ma compromette anche la capacità del sistema di offrire risposte efficaci e durature (Rosano *et al.* 2016; Maino *et al.* 2016; Violini 2018).

Inoltre, l'assistenza si concretizza principalmente attraverso reti di banche alimentari e organizzazioni del terzo settore, secondo un modello che risponde ai bisogni immediati ma non affronta le cause profonde della povertà alimentare (si veda anche capitolo 5). I banche alimentari, in particolare, si sono affermati come attori centrali nei paesi ad alto reddito, colmando le lacune lasciate dalle politiche pubbliche (Riches 2002; Hebinck *et al.* 2018). Tuttavia, il loro ruolo, sebbene fondamentale, segnala una progressiva delega della responsabilità pubblica alla società civile, con il rischio di consolidare approcci assistenziali anziché strutturali (Lambie-Mumford e Silvasti 2020; Madama 2025).

Un'ulteriore criticità è rappresentata dalle forti disparità territoriali. La prevalenza di approcci *bottom-up* e la dipendenza da reti locali generano una marcata frammentazione, sia tra territori sia tra livelli istituzionali, con conseguenti disuguaglianze nell'accesso ai servizi (Maino *et al.* 2016). Alcune aree beneficiano di interventi solidi e coordinati, mentre altre restano sprovviste di risorse adeguate. Il risultato è una forte disparità nelle prestazioni e nei servizi offerti anche all'interno della stessa regione, che si traduce in disuguaglianze nell'accesso e nel godimento dei diritti sociali da parte dei cittadini (Maino *et al.* 2016).

Alle criticità generali del sistema di contrasto alla povertà alimentare si somma una limitata attenzione agli interventi dedicati agli/alle adolescenti, con il rischio di non rispondere in modo adeguato ai loro bisogni specifici. I programmi esistenti spesso non tengono conto delle esigenze distintive legate allo sviluppo adolescenziale e raramente includono il punto di vista dei/delle giovani nella progettazione e nell'attuazione delle politiche (Fleming *et al.* 2023), non riuscendo a riconoscere né a valorizzare pienamente il potenziale strategico e preventivo di agire su questa fascia d'età. Inoltre, le risposte attivate difficilmente affrontano la natura multidimensionale della povertà alimentare, trascurando l'integrazione tra aspetti nutrizionali,

psicologici e sociali (Raeside *et al.* 2022; Palladino *et al.* 2024; 2025).

Dalla ricerca condotta emerge che le azioni rivolte agli/alle adolescenti si concentrano principalmente su tre ambiti: famiglia, scuola e comunità, di seguito brevemente ripresi

Nella maggior parte dei casi, gli/le adolescenti vengono raggiunti indirettamente attraverso interventi rivolti all'intero nucleo familiare. Programmi come buoni pasto o distribuzione di beni alimentari sono pensati per la famiglia nel suo complesso, senza strategie specifiche per i/le più giovani. In alcuni contesti, gli/le adolescenti possono fungere da "ponte" tra servizi e famiglie difficilmente raggiungibili, analogamente a quanto avviene per i bambini e le bambine in età scolare. Tuttavia, queste misure raramente garantiscono un'alimentazione equilibrata e spesso generano nei/nelle giovani sentimenti di vergogna e stigma. Inoltre, difficilmente affrontano le dimensioni relazionali ed emotive della povertà alimentare, cruciali in adolescenza.

I programmi scolastici, in particolare quelli legati alla somministrazione dei pasti, possono giocare un ruolo strategico nel promuovere la salute e la prevenzione. Oltre a garantire pasti sani e accessibili, la scuola può essere un contesto privilegiato per trasmettere competenze alimentari tramite percorsi di

educazione alla salute, alla nutrizione e alla preparazione dei cibi. Tali iniziative risultano tanto più efficaci quanto più sono integrate nel curriculum e adattate alle specificità dell'età adolescenziale. Tuttavia, gli/le adolescenti delle scuole secondarie di primo e secondo grado risultano generalmente esclusi, soprattutto in assenza di un approccio universalistico. La sezione §4.2.2 presenta una panoramica dei programmi mense nel contesto europeo.

L'ambito comunitario sta acquisendo crescente rilevanza, in particolare per il potenziale di intercettare adolescenti marginalizzati/e nei loro spazi di vita quotidiana, come centri ricreativi, luoghi informali di aggregazione, spazi digitali, o creando spazi appositi dove gli/le adolescenti possano sentirsi sicuri e valorizzati. La maggior parte di questi programmi sono attenti alla multidimensionalità della povertà alimentare, lavorando in maniera integrata sull'attivazione dei/delle giovani, promuovendo *agency*, partecipazione, sviluppo di competenze trasversali e talvolta anche formazione pre-lavorativa. Tuttavia, tali iniziative rimangono frammentate, spesso legate alla capacità delle comunità locali di attivarsi autonomamente, e ancora poco sistematizzate. Infine, i programmi rivolti a giovani adulti/e, come tirocini o misure di inclusione

lavorativa, sono in genere accessibili solo a partire dai 18 anni, lasciando scoperta una fascia rilevante della popolazione adolescenziale.

Nel complesso, il sistema di contrasto alla povertà alimentare adolescenziale appare dunque poco efficace e fortemente frammentato, privo di framework legislativi capaci di garantire una pianificazione di lungo periodo e risorse adeguate ad affrontare il problema in maniera strutturale. In assenza di interventi *top-down* che assicurino un coordinamento nazionale, la maggior parte delle iniziative si sviluppa attraverso logiche *bottom-up*, caratterizzate da livelli variabili di efficacia e innovazione. In tal senso, l'IS può giocare un ruolo fondamentale nel trasformare le pratiche di contrasto alla povertà alimentare da risposte emergenziali e caritatevoli a soluzioni sistemiche, integrate e fondate su dinamiche partecipative. A partire da tali considerazioni, la sezione successiva definisce il concetto di innovazione sociale e affronta in modo più dettagliato come le sue diverse dimensioni possano stimolare questo cambiamento.

4.1.3. L'Innovazione Sociale nelle pratiche di contrasto alla povertà alimentare

Da diversi anni, il concetto di innovazione sociale si è imposto

come quadro di riferimento sul piano analitico per individuare interventi volti a rispondere a sfide sociali persistenti e complesse, soprattutto in un contesto di riduzione dell'efficacia delle soluzioni tradizionali (Pel *et al.* 2020; Busacca 2022). L'IS si riferisce a nuove idee, pratiche e modelli organizzativi che rispondono a bisogni sociali insoddisfatti, spesso attraverso processi partecipativi dal basso che mirano a un cambiamento sistemico o istituzionale (Moulaert *et al.* 2005; Rossi *et al.* 2021). Secondo Oosterlynck *et al.* (2020 traduzione degli/delle autori/autrici), basandosi sul lavoro di Moulaert *et al.* (2005), l'IS comprende "iniziative, azioni e politiche che mirano a soddisfare bisogni sociali fondamentali (dimensione di contenuto) attraverso la trasformazione delle relazioni sociali (dimensione di processo), che implica un aumento delle capacità e dell'accesso alle risorse del gruppo target (dimensione di *empowerment* che collega contenuto e processo)". In questo senso, l'IS è definita sia dalle soluzioni innovative che offre ai problemi sociali, sia dalle nuove relazioni sociali che emergono nel processo. In termini di contenuto, l'IS è adattativa ed esperienziale, abbracciando l'apprendimento e la capacità di risposta. Come processo relazionale e collettivo, l'IS si fonda sulle interazioni sociali e sulla cooperazione esistenti e, allo stesso tempo, favorisce nuove

forme di collaborazione e capacità collettiva di azione (Rossi *et al.* 2021).

Nel contesto dell'assistenza alimentare, l'IS rappresenta una lente promettente per ripensare gli interventi, spostando l'attenzione dal mero sollievo immediato verso una trasformazione sistemica e duratura. Data la forte vocazione dal basso e il coinvolgimento attivo della società civile nelle pratiche di contrasto alla povertà alimentare, l'IS si configura come uno strumento privilegiato per identificare e promuovere approcci alternativi e comunitari al *welfare*.

In tale ambito, la dimensione collettiva dell'IS acquista un significato centrale, richiamando "la capacità di agire (individualmente e collettivamente) per intervenire su decisioni politiche e strutturali relative ai modelli di produzione, distribuzione e consumo" (Bernaschi e Leonardi 2023, 417). Ciò implica il superamento della semplice fornitura di cibo, per arrivare a una ridefinizione del rapporto tra le comunità, i sistemi alimentari, il *welfare* e le strutture di governance. L'IS, in questo senso, agisce su più livelli: rafforza le capacità individuali e promuove al contempo un rinnovato senso di appartenenza e responsabilità collettiva (Rossi *et al.* 2021).

Empowerment e attivazione sociale sono elementi chiave per affrontare sfide complesse ed emergenti

(Busacca 2022). Basandosi sulla teoria delle *capabilities* e dell'autodeterminazione (Sen 1981), l'*empowerment* si fonda sullo sviluppo di autonomia e competenze che consentano alle persone di perseguire obiettivi significativi ed esercitare appieno i propri diritti di cittadinanza. A differenza degli approcci assistenzialisti, le pratiche di IS rifiutano la logica del beneficiario passivo, mettendo al centro l'*agency* di individui e comunità, riconoscendone la capacità di co-progettare e co-creare soluzioni. In questo quadro, cooperazione e solidarietà diventano strumenti fondamentali per affrontare in modo condiviso le difficoltà legate all'accesso al cibo (Bernaschi e Leonardi 2023).

L'IS ha dunque un potenziale significativo per trasformare i sistemi alimentari, promuovendo cambiamenti istituzionali attraverso la redistribuzione del potere e l'azione collettiva. L'IS trasformativa sfida, modifica o sostituisce le istituzioni dominanti, riorganizzando le relazioni sociali e ridefinendo i processi decisionali (Pel *et al.* 2020). Tali cambiamenti non riguardano solo le modalità di produzione e distribuzione del cibo, ma anche i soggetti coinvolti e le finalità alla base dei sistemi alimentari.

Nonostante il suo potenziale trasformativo, l'IS presenta anche limiti e rischi. Sinclair e Baglioni

(2014) e Ghys (2017) sottolineano, ad esempio, il pericolo che le iniziative comunitarie vengano cooptate dalle istituzioni pubbliche, delegando alle comunità vulnerabili la gestione di problemi strutturali. Questo rischio può generare una riedizione delle logiche caritative, in cui si chiede ai gruppi marginalizzati di auto-organizzarsi senza un adeguato sostegno pubblico (Eizaguirre *et al.* 2012).

Per evitare queste derive, risulta essenziale che le istituzioni pubbliche sostengano, coordinino e garantiscano continuità alle iniziative dal basso, promuovendo una governance territoriale che valorizzi il potenziale dell'IS senza abdicare alle proprie responsabilità. Solo attraverso una sinergia tra attori pubblici, comunità e terzo settore, l'IS può contribuire effettivamente a trasformare i sistemi alimentari in chiave più equa, sostenibile e inclusiva.

In questo scenario, la governance riveste un ruolo cruciale nel favorire (o limitare) l'emergere e il consolidarsi di pratiche innovative. Come evidenziano Campomori e Casula (2023), la complessità delle sfide sociali richiede strutture di governance multi-attore e modalità di attuazione inclusive (cf. anche Maino 2023). La coproduzione degli interventi può contribuire a mettere in discussione i paradigmi dominanti, generando trasformazioni sistemiche nella gestione dei servizi di *welfare*.

Tuttavia, tale trasformazione non è automatica: necessita di un supporto istituzionale consapevole, investimenti continui, cambiamenti culturali e l'integrazione di strumenti tecnologici per garantire efficacia e sostenibilità nel lungo periodo.

Sulla scorta del quadro appena tracciato, possono essere identificate tre diverse dimensioni chiave per valutare il grado di IS negli interventi contro la povertà alimentare: strumenti, governance e logica. Più nello specifico:

- **gli strumenti** analizzano quali dimensioni della povertà alimentare (materiale, sociale, psicologica e culturale) vengono affrontate e come queste vengono considerate in modo integrato;
- **la governance** si concentra sugli attori coinvolti nella progettazione e nell'implementazione degli interventi, esplorando come coordinano e mobilitano risorse, competenze e rispondono ai bisogni delle persone;
- **la logica** valuta gli obiettivi e i principi guida degli interventi, con particolare attenzione all'orizzonte temporale e al grado di coinvolgimento attivo dei beneficiari nel processo.

In base a come si articolano tali dimensioni, è quindi possibile distinguere diversi livelli di

innovazione nelle pratiche di contrasto alla povertà alimentare:

- **Basso grado di innovazione** - caratterizza tipicamente interventi tradizionali, *top-down*, con un potenziale di impatto limitato. Questi modelli, come la tradizionale distribuzione di pacchi alimentari a domicilio, tendono a perpetuare una logica di dipendenza e operano all'interno di un quadro di emergenza, senza affrontare le cause profonde della povertà alimentare.
- **Medio grado di innovazione** - riflette un tentativo di integrare aspetti innovativi all'interno di strutture tradizionali. Questo può includere la partecipazione di diversi attori del settore pubblico, privato e del terzo settore, e l'adozione di nuovi strumenti che affrontano molteplici dimensioni dell'insicurezza alimentare. Questi interventi iniziano a superare l'assistenza d'emergenza, incorporando una prospettiva più proattiva e riparativa. Un esempio è il modello tradizionale degli empori solidali, dove il cibo recuperato viene distribuito in modi che permettono ai beneficiari di esercitare una scelta e di partecipare a interazioni sociali. Tuttavia, questi modelli mantengono spesso una logica caritatevole, con i beneficiari che restano
- **Alto grado di innovazione** - rappresenta interventi sistemici che coinvolgono l'intera comunità. Queste iniziative mirano a responsabilizzare individui e gruppi attraverso una serie di attività progettate per sviluppare competenze, migliorare capacità e promuovere un'azione collettiva. Tali attività non si rivolgono solo a persone a rischio o che vivono situazioni di insicurezza alimentare, ma anche alla comunità più ampia, con l'idea che la lotta alla povertà alimentare sia una responsabilità collettiva. Piuttosto che limitarsi ad aumentare la resilienza alle crisi, questi interventi cercano di trasformare le strutture sottostanti dei sistemi alimentari e del *welfare*, affrontando le cause della vulnerabilità e promuovendo la giustizia sociale. Ad esempio, versioni più innovative degli empori sociali sono aperte a tutti i membri della comunità per eliminare lo stigma, coinvolgono attivamente i beneficiari nella fornitura dei servizi e offrono servizi di supporto che favoriscono lo sviluppo di competenze e lo sviluppo comunitario.

TABELLA 4.1 La Scala dell'Innovazione Sociale: verso l'innovazione capacitante

	Logica	Governance	Strumenti	Interventi	Esempio	
Livello di innovazione	Basso	Emergenziale e caritatevole	Gerarchica e mono-settoriale	Focus sulla dimensione materiale	Sollievo frammentato	<i>Pacchi alimentari a domicilio</i>
	Medio	Riparativa	Coordinata e multi-attore	Pluri-dimensionali ma non integrati	Sollievo coordinato	<i>Emporio Solidale tradizionale</i>
	Alto	Empowerment e trasformazione	Partecipativa e co-progettata	Multidimensionali e integrati	Partecipazione capacitante	<i>Supermercati sociali aperti alla comunità e integrati con attività di attivazione sociale e politica</i>

Fonte: Nostra elaborazione

La Tabella 4.1 mostra come si articolano i diversi livelli di innovazione nelle tre dimensioni proponendo un'etichetta e degli esempi di tipi di interventi che possiamo aspettarci a ciascun livello di innovazione, aiutando a valutare in che misura gli interventi contro la povertà alimentare incarnano il potenziale di innovazione e trasformazione.

Su tale sfondo, le prossime sezioni propongono una selezione di casi rappresentativi di interventi di contrasto alla povertà alimentare rivolti agli/alle adolescenti. La prima parte offre una panoramica dei programmi scolastici di fornitura pasti a livello europeo e un approfondimento sul caso degli

Stati Uniti, al fine di evidenziare i diversi modelli e strategie adottati. La seconda parte analizza alcune esperienze italiane ed europee che presentano un grado medio-alto di IS, mostrando come le diverse dimensioni dell'innovazione possano tradursi in pratiche concrete.

I casi esaminati evidenziano tre elementi chiave degli interventi innovativi nel contrasto alla povertà alimentare degli/delle adolescenti:

- **l'integrazione di strumenti diversificati**, che combinano attività educative, iniziative sociali e supporto psicologico, adattandosi in modo flessibile ai

bisogni e alle aspirazioni specifiche degli/delle adolescenti;

- **il coinvolgimento di una rete multi-attore**, che coinvolga la comunità con un ruolo attivo e corresponsabile nei processi di intervento;
- **una logica partecipativa**, che riconosce e valorizza i/le giovani come protagonisti attivi, capaci di contribuire al disegno e alla realizzazione degli interventi, favorendo uno sviluppo positivo e agendo in chiave preventiva rispetto a future situazioni di vulnerabilità alimentare.

Questi elementi, nel loro insieme, delineano approcci capaci di superare la logica assistenziale, promuovendo risposte sistemiche e orientate alla trasformazione dei sistemi di contrasto alla povertà alimentare.

4.2. Le mense scolastiche come strumento di contrasto alla povertà alimentare

Le mense scolastiche sono oggi riconosciute come uno degli strumenti più efficaci per contrastare la povertà alimentare tra bambini/e e adolescenti. Offrendo pasti sani e bilanciati, questi programmi non solo rispondono ai bisogni

nutrizionali immediati, ma generano benefici duraturi per la salute fisica e mentale, il rendimento scolastico e l'inclusione sociale. La loro efficacia risiede anche nella capacità di raggiungere in modo capillare tutti gli studenti e le studentesse in età scolare, indipendentemente dal contesto socioeconomico: con 418 milioni di bambini e bambine raggiunti nel mondo (di cui almeno 25 milioni nell'Unione Europea) nell'anno scolastico 2022, i pasti scolastici costituiscono oggi la rete di protezione sociale più diffusa a livello globale (Research Consortium for School Health and Nutrition - LSHTM 2025).

Gli anni della scuola rappresentano una fase cruciale per lo sviluppo fisico, mentale, emotivo e sociale: è in questo periodo che si gettano le basi per una buona salute e un equilibrio psichico duraturo. Numerosi studi, fra cui i report dell'*European Child Guarantee* e del Dipartimento dell'Agricoltura degli USA, evidenziano il ruolo centrale della refezione scolastica nel contrastare malnutrizione e insicurezza alimentare, soprattutto tra i minori a basso reddito. Promuovendo abitudini alimentari sane fin dall'infanzia, questi interventi aiutano a ridurre i rischi legati alla dieta e al sovrappeso, contribuendo alla prevenzione delle malattie non trasmissibili in età adulta. Se integrati in un contesto educativo più ampio, con attività

formative e sportive, i pasti scolastici rappresentano un investimento strategico per il benessere collettivo. Il loro impatto va ben oltre la nutrizione, coinvolgendo settori chiave come salute, istruzione, protezione sociale, agricoltura, sviluppo economico e sostenibilità ambientale, e contribuendo così a promuovere equità e coesione sociale (Forrestal *et al.* 2021; Kuhn 2018).

4.2.1. Le mense scolastiche negli USA

Uno dei programmi più significativi a livello globale per quanto riguarda le mense scolastiche è indubbiamente il National School Lunch Program negli USA. Lanciato nel 1946, il NSLP nasce con l'obiettivo di migliorare la nutrizione dei/delle bambini/e e ragazzi/e fino alle scuole superiori (*high-school*) e garantire un accesso equo a pasti bilanciati. È gestito dal *United States Department of Agriculture* (USDA) e finanziato dal governo federale, ma viene implementato a livello statale e locale, con la partecipazione delle autorità scolastiche. Il programma offre pasti gratuiti o a prezzo ridotto agli/alle studenti/esse provenienti da famiglie a basso reddito, secondo soglie di eleggibilità basate sul reddito familiare. In molte scuole, tuttavia, si stanno gradualmente adottando i programmi UFSM (*Universal Free School Meals*), che

garantiscono pasti gratuiti a tutti a prescindere dal reddito. Il NSLP è attivo durante i giorni di scuola, ma in molti distretti viene integrato con iniziative estive o complementari, come il *School Breakfast Program* o il *Summer Food Service Program*. Il programma integra anche politiche di benessere scolastico (*school wellness policies*), che includono obiettivi legati all'educazione alimentare, all'attività fisica e ad altri aspetti del benessere degli/delle studenti/esse. Queste politiche devono essere sviluppate in modo partecipativo, coinvolgendo anche genitori e comunità locali. In aggiunta, le scuole possono aderire su base volontaria a ulteriori iniziative, come il programma *Farm to School*, che promuove l'inclusione di cibi locali nei pasti scolastici e attività educative connesse al cibo. Tra queste: orti scolastici, visite a fattorie, laboratori di cucina e l'integrazione dell'educazione alimentare nel curriculum. Negli ultimi anni, il programma ha assunto una funzione più ampia di empowerment e sostegno alle famiglie: non solo fornisce un supporto concreto contro la povertà alimentare, ma contribuisce a ridurre lo stigma e ad aumentare l'equità scolastica, soprattutto dove viene implementata la formula dei pasti gratuiti universali. Questo ha particolare rilievo per gli/le adolescenti, una fascia spesso a rischio di esclusione sociale o difficoltà psicologiche, per i quali il

contesto scolastico può diventare uno spazio sicuro, nutriente e di socializzazione (Toossi *et al.* 2024).

4.2.2. I programmi di mensa scolastica nei paesi UE

Programmi di fornitura di pasti scolastici sono attivi in quasi tutti i paesi dell'Unione Europea (26 su 27), ma con notevoli differenze tra Stati. Secondo il Report del 19° Incontro dei coordinatori dell'*European Child Guarantee* (2025)¹⁷, che si basa in larga parte sulle informazioni fornite da Baptista *et al.* (2023), sette Stati membri puntano all'accesso universale a pasti gratuiti per tutte/i, sebbene con criteri legati all'età differenti. Mentre in alcuni casi, come Svezia, Finlandia ed Estonia, i pasti gratuiti sono garantiti per tutti gli/le studenti/esse fino alla fine della scuola secondaria (18 anni), in Croazia questo è valido solo fino ai 15 anni, mentre in Lituania e Lettonia i pasti universali gratuiti sono serviti solo agli/le alunni/e fino agli 8 e 10 anni, rispettivamente, escludendo quindi la fascia adolescenziale. Sedici paesi adottano invece un approccio selettivo, garantendo il servizio a tutti/e ma riservando i pasti agevolati e/o gratuiti a bambini e bambine a basso reddito o ad aree specifiche che versano in condizioni

socioeconomiche svantaggiate. Queste aree sono individuate con criteri che variano da paese a paese (o anche di regione in regione) e si rivolgono a studenti/esse in zone rurali isolate o aree urbane marginali (spesso designate come "aree vulnerabili") tenendo in considerazione diversi indicatori come il reddito medio delle famiglie residenti, i tassi locali di disoccupazione, la quota di beneficiari di sussidi sociali, il livello di istruzione dei genitori, la presenza di famiglie monoparentali o numerose, e la percentuale di studenti/esse con background migratorio. L'approccio selettivo è adottato anche dall'Italia, dove il costo del pasto nelle mense scolastiche è determinato sulla base dell'ISEE della famiglia, secondo criteri variabili, stabiliti dal Comune di riferimento, fino ad arrivare (ma solo in alcuni Comuni) alla gratuità in caso di redditi molto bassi. Tre paesi (Irlanda, Slovacchia e Slovenia) sono invece in transizione verso un modello universale o stanno introducendo per la prima volta un programma mirato. Solo un Paese, la Bulgaria, ad oggi non dispone ancora né di un programma nazionale né di progetti pilota per l'implementazione dei pasti scolastici.

La copertura delle mense scolastiche per gli/le adolescenti

¹⁷ Per un approfondimento e per leggere il report, è possibile visualizzare la seguente pagina della Commissione Europea: https://employment-social-affairs.ec.europa.eu/news/insights-new-report-school-meal-programmes-eu-2025-03-13_en.

varia notevolmente da un paese europeo all'altro, in relazione al sistema scolastico, alle politiche pubbliche adottate e al grado di decentramento amministrativo. In alcuni contesti, il servizio mensa è universale e obbligatorio lungo tutto il percorso scolastico, come nei casi di Finlandia, Svezia ed Estonia, mentre in altri risulta selettivo o quasi del tutto assente per la fascia d'età 11-18 anni. In Stati come Spagna, Repubblica Ceca e Ungheria, l'accesso alla mensa è limitato agli/alle studenti/esse provenienti da famiglie a basso reddito e si interrompe rispettivamente all'età di 16, 15 e 14 anni. In altri contesti, come Italia, Grecia e Belgio, il servizio mensa nella scuola secondaria è pressoché assente, con rare eccezioni legate alla durata del tempo scuola o a iniziative locali.

I diversi tipi di intervento dei programmi europei sono riconducibili a quattro diversi modelli descritti di seguito: universale, selettivo in transizione, selettivo, ed emergente.

Modello universale - I programmi UFSM si stanno diffondendo nel contesto europeo, con diversi paesi che stanno implementando o ampliando programmi di pasti gratuiti per gli studenti e le studentesse. Tuttavia, ad oggi i paesi con questo tipo di programmi in UE rimangono ancora la minoranza, tanto che solo sette rientrano in questa categoria. Ad

esempio, la Svezia, così come Finlandia e l'Estonia, ha una lunga tradizione di pasti scolastici gratuiti, che risalgono all'inizio del XX secolo. Negli ultimi anni, inoltre, la legislazione svedese ha fortemente rafforzato la qualità del cibo: a partire dal 2011, sono stati introdotti standard nutrizionali obbligatori, che hanno innalzato la qualità dei pasti. Nel 2019, questi principi sono stati ulteriormente rafforzati attraverso il *Meal Model*, una visione olistica dell'alimentazione scolastica basata su sei pilastri: pasti gustosi, sicuri, nutrienti, sostenibili dal punto di vista ambientale, piacevoli e integrati nel percorso educativo. Il successo del modello svedese si fonda su un solido quadro normativo che non solo assicura la qualità nutrizionale dei pasti, ma garantisce anche l'accesso equo per tutti/e. Questo ha portato a risultati significativi: miglioramento delle abitudini alimentari, riduzione delle disuguaglianze e benefici economici rilevanti per la società nel suo complesso.

Dalla pandemia in poi, i programmi di pasti scolastici in Lussemburgo e Croazia sono passati da sistemi mirati a sistemi universali, offrendo pasti gratuiti a tutti i bambini e le bambine della scuola primaria e agli/alle studenti/esse della scuola secondaria fino all'età di 17 e 15 anni, rispettivamente. La Croazia è passata ad un modello universale nel 2023, in seguito ad una campagna di mobilitazione sociale

avviata nel 2020 in risposta alle numerose criticità del sistema, aggravate dalla pandemia: barriere amministrative, fondi insufficienti, stigmatizzazione degli alunni beneficiari, criteri di accesso poco chiari, carenza di personale e discontinuità nella fornitura. Dal 2023, la copertura è passata dal 30% al 100% dei bambini e delle bambine tra i 6 e i 15 anni, rappresentando un impegno concreto per l'inclusione e la sicurezza alimentare.

Infine, sono considerati parte di questa categoria anche Lituania e Lettonia, sebbene utilizzino degli approcci diversi. La Lituania offre pasti scolastici gratuiti universali a tutti i bambini e le bambine fino agli otto anni. Superata questa età, l'erogazione dei pasti gratuiti è destinata agli/alle studenti/esse a basso reddito nella scuola primaria e a tutti/e gli/le studenti/esse a basso reddito nella scuola secondaria. In Lettonia, invece, gli UFSM sono garantiti a tutti i bambini e le bambine della scuola primaria fino ai 10 anni; inoltre, in molti comuni vengono forniti pasti gratuiti anche fasce di età più grandi.

Modello selettivo in transizione (o “targeted-transitioning”). Questo modello è caratterizzato da una fase di trasformazione ed espansione. Se inizialmente i programmi erano destinati a gruppi selezionati, essi stanno gradualmente evolvendo verso una

copertura universale. Fa parte di questo gruppo la Slovenia, dove è in corso una transizione verso l'estensione dei pasti scolastici gratuiti, sostenuta da campagne di *advocacy* della società civile. Ad oggi, il programma nazionale garantisce almeno uno spuntino mattutino, ma molte scuole forniscono anche colazione, pranzo e merenda; si tratta però di pasti sovvenzionati, non gratuiti, con copertura totale solo per gli/le studenti/esse a basso reddito: questo approccio ha comunque permesso alla Slovenia di distinguersi in Europa per l'ampia copertura dei bambini e bambine a rischio povertà. Nel 2023, grazie a una ONG e a una raccolta firme, è stata approvata una legge che prevede l'estensione della gratuità a tutti gli studenti e studentesse della scuola dell'obbligo entro il 2027. Per affrontare le criticità legate a personale e infrastrutture, è stato avviato un progetto pilota con cucine centralizzate, sottolineando il ruolo delle scuole pubbliche nel promuovere inclusione e solidarietà.

In modo simile, anche l'Irlanda sta ampliando progressivamente il proprio programma dedicato ai pasti scolastici. Attualmente, infatti, i pasti gratuiti sono destinati principalmente agli alunni e alle alunne delle scuole DEIS (*Delivering Equality of Opportunity in Schools*), cioè istituti che si trovano in aree svantaggiate. Nel 2019 è stato lanciato l'*Hot School*

Meals Programme, un programma di pasti scolastici caldi forniti quotidianamente delle scuole primarie, senza discriminazione di reddito o status socioeconomico. Inizialmente pensato come progetto pilota in 30 scuole, il programma ha conosciuto una rapida espansione e, da settembre 2023, copre tutte le scuole primarie svantaggiate, raggiungendo circa 2.600 istituti e 443.000 bambini e bambine¹⁸. Il governo ha inoltre annunciato che, dal 2025, il programma sarà esteso a tutte le scuole primarie, accompagnato da nuove normative sulla qualità alimentare, che prevedono l'eliminazione di cibi ad alto contenuto di grassi, sale e zuccheri.

Modello selettivo (*targeted*): ad oggi, la maggior parte degli stati membri dell'UE che prevedono una qualche forma di erogazione di pasti scolastici utilizza approcci mirati piuttosto che sistemi universali. Come citato dal Report 2025 (Research Consortium for School Health and Nutrition - LSHTM 2025), oggi il 90% dei bambini e delle bambine dell'UE iscritti/e alla scuola dell'obbligo vive in Stati membri con sistemi mirati¹⁹. Nei paesi europei che adottano programmi di pasti scolastici mirati, si osservano principalmente due approcci: uno basato su criteri

individuali e uno su criteri territoriali. Nel primo caso, i pasti gratuiti sono destinati agli studenti e alle studentesse provenienti da famiglie a basso reddito, indipendentemente dalla scuola frequentata; nel secondo, il beneficio è riservato a scuole situate in aree svantaggiate o con un'elevata concentrazione di studenti/esse vulnerabili. In Francia, ad esempio, è stato implementato il programma nazionale "Cantine à 1 €", una misura di lotta contro la povertà alimentare infantile, introdotta dal governo francese nel 2019 e rafforzata negli anni successivi, con l'obiettivo di permettere alle famiglie con redditi molto bassi e residenti in zone rurali con meno di 10.000 abitanti di accedere alla mensa scolastica a un prezzo simbolico, fino a 1 euro per pasto. In entrambi gli approcci, comunque, la copertura è spesso parziale e disomogenea: non tutti i bambini e le bambine in condizioni di bisogno accedono automaticamente al servizio. In molti contesti, come in Francia o in Italia, i pasti sono solo parzialmente sovvenzionati e le famiglie contribuiscono al costo in base al reddito, mentre l'accesso alla gratuità può dipendere dalla residenza nel comune o da criteri locali. La gestione decentralizzata, infatti, comporta significative differenze territoriali, con alcune

¹⁸ Queste informazioni sono state fornite durante un'interrogazione parlamentare del 25 Aprile 2024 disponibile qui: <https://www.oireachtas.ie/en/debates/question/2024-04-25/222/>.

¹⁹ Statistiche disponibili alla pagina Eurostat: Statistiche | Eurostat [Internet] [cited 2025 Feb. 20], https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/ilc_peps01n_custom_15479417/default/table.

città, come Vienna, che offrono pasti gratuiti a tutti gli/le studenti/esse di specifici istituti. Nel caso italiano, le soglie ISEE, tariffe dei pasti ed eventuali esenzioni sono stabilite dai singoli Comuni. Le indagini di Cittadinanzattiva (2025) mostrano forti differenze tra Nord e Sud, sia nei costi a carico delle famiglie sia nella disponibilità del servizio. Nel Nord il servizio mensa è più diffuso ma generalmente più oneroso; al Sud, invece, i costi risultano inferiori, ma la presenza del servizio è molto più discontinua. Inoltre, il servizio per le scuole secondarie di primo grado è presente solo in pochi Comuni, mentre per le scuole secondarie di secondo grado non è comunemente previsto. Le disparità, infine, si registrano anche tra città dello stesso territorio. Nel complesso, l'approccio mirato presenta quindi forti limiti in termini di equità e universalità, rischiando di escludere alcune fasce vulnerabili della popolazione scolastica.

Modelli emergenti e senza sistemi di pasti gratuiti: Danimarca e Bulgaria sono gli unici due paesi dell'Unione Europea a non avere dei programmi nazionali per i pasti scolastici. Nel caso danese, questa scelta riflette l'orientamento del *welfare* danese verso una maggiore autonomia delle famiglie e delle scuole a livello locale. Tuttavia, negli

ultimi anni il dibattito sull'introduzione di pasti scolastici sovvenzionati o universali è cresciuto, soprattutto in relazione alla salute pubblica e all'inclusione sociale. Infatti, è stato approvato un progetto pilota di distribuzione dei pasti gratuiti che prenderà piede a partire dall'estate del 2025.

Da quanto appena illustrato, appare come lo scenario dei programmi di refezione scolastica nel panorama europeo risulti ancora marcatamente disomogeneo. Il tema è stato affrontato nel 2021, quando gli Stati membri dell'Unione Europea hanno approvato all'unanimità una Raccomandazione del Consiglio che ha istituito ufficialmente la *European Child Guarantee* (ECG)²⁰, con l'obiettivo di contrastare gli effetti della povertà sull'infanzia e prevenire l'esclusione sociale dei minori. Tra le misure raccomandate figura la garanzia, per tutti i bambini e le bambine a rischio di povertà o esclusione sociale (ARPE), dell'accesso effettivo e gratuito ad almeno un pasto sano al giorno durante l'orario scolastico, oltre che a un'alimentazione equilibrata e di qualità. La ECG individua due dimensioni fondamentali per la piena realizzazione di questo diritto: l'accessibilità e la qualità. Per "accesso effettivo" si intende non solo la disponibilità formale dei servizi, ma anche la loro reale fruibilità: i pasti

²⁰ Per maggiori informazioni: https://employment-social-affairs.ec.europa.eu/policies-and-activities/social-protection-social-inclusion/addressing-poverty-and-supporting-social-inclusion/investing-children/european-child-guarantee_en

devono essere gratuiti, tempestivi, di alta qualità, facilmente accessibili e accompagnati da un'adeguata informazione rivolta alle famiglie. Parallelamente, viene posto l'accento sulla qualità nutrizionale dei pasti, nella consapevolezza che la sicurezza alimentare rappresenta un elemento chiave per la salute, lo sviluppo e il benessere dei/delle minori. Queste due linee si riflettono nelle principali tendenze che si stanno osservando nei paesi europei. Da un lato, infatti, vi è una crescente attenzione alla qualità nutrizionale dei cibi offerti nelle scuole, in risposta al preoccupante aumento dell'obesità infantile. Dall'altro, come abbiamo visto, si registra una progressiva espansione dei pasti gratuiti, sebbene in forme ancora disomogenee. In molti contesti, tuttavia, si stanno sviluppando programmi selettivi (*targeted*) che rappresentano un passo intermedio verso una copertura più ampia, ponendo le basi per una possibile transizione verso sistemi universalistici. In questo senso, l'attuazione della ECG può essere letta non solo come un impegno politico, ma anche come un orizzonte condiviso verso cui molti Paesi si stanno progressivamente muovendo e il definitivo

riconoscimento delle mense scolastiche come strumento fondamentale di contrasto alla povertà alimentare fra i/le più giovani.

La tabella 4.2 riassume i modelli e il target coperto dagli interventi riguardanti i pasti scolastici offerti nelle scuole nei diversi paesi europei, con un focus sull'inclusione/esclusione della fascia d'età degli/delle adolescenti.

4.3. Pratiche innovative nel contrasto alla povertà alimentare degli/delle adolescenti: selezione di casi ²¹

In questa sezione vengono illustrati tre programmi che sulla base della concettualizzazione presentata nella sezione §4.1.3 possono essere considerati come esempi di innovazione sociale, per poi discuterne la rilevanza sulla base delle diverse dimensioni rilevanti individuate.

²¹ Tra i casi individuati, seppur non trattato direttamente nel capitolo, merita attenzione il progetto **FUTURA**, promosso da Save the Children insieme al Forum Disuguaglianze e Diversità e YOLK™, in collaborazione con Intesa Sanpaolo. Avviato come sperimentazione a Venezia, Roma e Napoli (2023-2025), coinvolge circa 300 ragazze tra i 13 e i 24 anni – incluse 50 giovani madri. Pur non essendo centrato specificamente sulla povertà alimentare, FUTURA contrasta la povertà educativa e promuove l'empowerment femminile, affrontando anche dimensioni correlate come deprivazione materiale e insicurezza alimentare, attraverso voucher e la distribuzione di beni di prima necessità. L'approccio, che combina borse educative, percorsi personalizzati e servizi di sostegno (educativi, psicologici, legali, medici e lavorativi), evidenzia come le diverse forme di povertà si intersechino e come rafforzare l'agency delle persone sia cruciale nel contrasto alle disuguaglianze.

TABELLA 4.2 Modelli adottati dai programmi nazionali dei paesi UE per le mense scolastiche e copertura del target adolescenziale

Paese	Modello	Destinatari dei pasti gratuiti	Adolescenti
Croazia	Universale	Tutti gli/le studenti/esse fino a 15 anni	Tutti/e fino a 15 anni
Estonia	Universale	Tutti/e fino alla fine della scuola secondaria di secondo grado	Tutti/e
Finlandia	Universale	Tutti/e fino alla fine della scuola secondaria di secondo grado	Tutti/e
Lettonia	Universale	Universale per tutti/e gli/le studenti/esse fino a 10 anni	Nessuno/a
Lituania	Universale / Selettivo	Universale per tutti/e gli/le studenti/esse fino a 8 anni, poi studenti/esse a basso reddito	Adolescenti a basso reddito
Lussemburgo	Universale	Tutti/e fino a 17 anni	Tutti/e fino a 17 anni
Svezia	Universale	Tutti/e fino alla fine della scuola secondaria di secondo grado	Tutti/e
Austria	Selettivo	Varia in base al territorio	Parziale
Belgio	Selettivo	Studenti/esse a basso reddito fino alla fine della scuola primaria	Nessuno/a
Cipro	Selettivo	Studenti/esse a basso reddito fino a 17 anni	Adolescenti a basso reddito fino a 17 anni
Francia	Selettivo	Municipalità a basso reddito	Parziale
Germania	Selettivo	Studenti/esse a basso reddito fino a 17 anni	Adolescenti a basso reddito fino a 17 anni
Grecia	Selettivo	Studenti/esse a basso reddito fino alla fine della scuola primaria	Nessuno
Italia	Selettivo	Studenti/esse fino alla fine della scuola secondaria di primo grado (dove disponibile), con costi graduati in base alla situazione economica della famiglia	Parziale
Malta	Selettivo	Studenti/esse a basso reddito fino a 16 anni	Adolescenti a basso reddito fino a 16 anni
Paesi Bassi	Selettivo	Scuole a basso reddito	Parziale
Polonia	Selettivo	Studenti/esse a basso reddito fino a 15 anni	Adolescenti a basso reddito fino a 15 anni
Portogallo	Selettivo	Studenti/esse a basso reddito	Adolescenti a basso reddito
Rep. Ceca	Selettivo	Studenti/esse a basso reddito fino a 15 anni	Adolescenti a basso reddito fino a 15 anni
Romania	Selettivo	Scuole a basso reddito	Parziale
Spagna	Selettivo	Studenti/esse a basso reddito fino a 16 anni	Adolescenti a basso reddito fino a 16 anni
Ungheria	Selettivo	Studenti/esse a basso reddito fino a 14 anni	Adolescenti a basso reddito fino a 14 anni
Irlanda	In transizione	Scuole a basso reddito	Parziale
Slovacchia	In transizione	Tutti/e gli/le studenti/esse fino a 15 anni	Tutti/e fino a 15 anni
Slovenia	In transizione	Tutti/e gli/le studenti/esse fino a 15 anni (fino al 2027)	Tutti/e fino a 15 anni
Danimarca	Emergente (selettivo)	Dato non disponibile	Dato non disponibile
Bulgaria	Nessuno	Nessuno	Nessuno

Fonte: Nostra elaborazione sulla base della documentazione disponibile in Research Consortium for School Health and Nutrition (2025).

4.3.1. Il Holiday Activities and Food Programme di Liverpool

Il “*Holiday Activities and Food Programme*” (HAF)²² è un’iniziativa promossa dal governo britannico con l’obiettivo di sostenere bambini/e e ragazzi/e provenienti da famiglie a basso reddito durante i periodi di chiusura scolastica. Lanciato come progetto pilota nel 2018, nel 2021 l’HAF è stato esteso su scala nazionale. Il programma si rivolge ai minori tra i 5 e i 16 anni che risultano idonei a ricevere pasti scolastici gratuiti, offrendo loro non solo pasti sani e bilanciati, ma anche attività educative, sportive, ricreative e culturali. Queste attività si svolgono durante le principali vacanze scolastiche, cioè Pasqua, estate e Natale, con l’obiettivo di contrastare la cosiddetta “*holiday hunger*” (la “fame delle vacanze”), ovvero l’insicurezza alimentare che colpisce molte famiglie nei periodi in cui la scuola non garantisce più un pasto quotidiano. Il programma è implementato su scala nazionale in Inghilterra, ma lascia ampio margine di autonomia alle autorità locali, che possono adattarne l’organizzazione e le priorità in base alle esigenze del territorio.

Il caso di Liverpool²³ rappresenta una buona pratica locale, capace di andare oltre gli standard minimi fissati a livello nazionale e di sviluppare un approccio più ampio, orientato all’empowerment individuale e collettivo. L’iniziativa non si limita alla distribuzione di pasti gratuiti, ma costruisce un sistema di supporto integrato che coinvolge scuole, enti pubblici, terzo settore, famiglie e giovani. Pur rivolgendosi a bambini/e e ragazzi/e dai 5 ai 16 anni, il programma assume un ruolo particolarmente rilevante per gli/le adolescenti, offrendo spazi extrascolastici di crescita, espressione e partecipazione. A Liverpool, le attività dedicate a questa fascia d’età spaziano dallo sport (calcio, boxe) alla danza, alla musica, al teatro, ai podcast, fino ai corsi di cucina e ai laboratori creativi. Non si tratta solo di intrattenimento, ma di esperienze formative che rafforzano competenze sociali, autostima e capacità decisionali. Un aspetto centrale è il coinvolgimento diretto degli/delle adolescenti nella co-progettazione delle attività: tramite feedback e piattaforme digitali, i ragazzi e le ragazze possono scegliere, proporre e contribuire attivamente alla definizione dell’offerta. Questo rafforza il loro senso di protagonismo in un’età

²² Per un approfondimento, si rimanda al sito ufficiale del programma:

<https://www.gov.uk/government/publications/holiday-activities-and-food-programme/holiday-activities-and-food-programme-2025>.

²³ Per approfondire il caso di Liverpool, è possibile visitare la pagina dedicata al programma e leggere il report nel sito del governo locale: <https://liverpool.gov.uk/hafprogramme>

chiave per la costruzione dell'autonomia. A tutto ciò si affiancano azioni di orientamento e sostegno alla salute mentale, contribuendo a contrastare le disuguaglianze che spesso emergono o si acuiscono proprio durante l'adolescenza.

Infine, l'HAF rappresenta per molti/e giovani un punto di contatto con il territorio e una porta d'accesso verso nuove reti sociali, soprattutto per coloro che vivono situazioni di isolamento, esclusione o vulnerabilità economica. Attraverso il suo approccio *community-based*, il programma contribuisce alla costruzione di un capitale sociale duraturo, fondato sulla fiducia, la reciprocità e la partecipazione attiva. Infatti, una delle principali eredità che il programma HAF intende dichiaratamente lasciare è proprio la creazione di una rete più coesa e qualificata di associazioni, ONG e volontari del territorio, capace di garantire l'accesso a servizi essenziali anche al di là della durata del programma stesso. In questa prospettiva, si vuole attivamente promuovere la nascita di una *community of practice* tra attori locali, orientata alla circolazione di conoscenze, alla condivisione di buone pratiche e al rafforzamento delle capacità organizzative e relazionali. La creazione di sinergie durature tra enti pubblici, terzo settore e comunità giovanili rappresenta un aspetto centrale di questo processo,

andando oltre il semplice coordinamento operativo. L'obiettivo è infatti la costruzione di un'infrastruttura sociale stabile, in grado di rispondere in modo collaborativo e integrato ai bisogni complessi dei/delle giovani, specialmente quelli in condizioni di vulnerabilità. La logica di rete e apprendimento collettivo diventa così una componente strutturale del programma, con effetti potenzialmente trasformativi per il tessuto sociale locale. Questa logica di *empowerment* duraturo, che va oltre la durata del programma HAF, è dimostrata anche dal supporto offerto ai genitori nella gestione del budget alimentare, nella salute, nell'occupazione e nell'istruzione (Defeyter *et al.* 2025). Ad esempio, il programma HAF di Liverpool ha aiutato molte famiglie fornendo consulenza su problemi legati all'alloggio e all'indebitamento, con l'obiettivo di generare miglioramenti duraturi non solo per i ragazzi e le ragazze, ma anche per l'ambiente familiare nel suo complesso. L'adolescente, da beneficiario passivo di un servizio, diventa così soggetto attivo in un processo educativo e comunitario che si estende oltre i limiti temporali del programma stesso.

4.3.2. Torino Solidale e la Casa del Quartiere Cecchi Point

Torino Solidale è una rete informale nata a Torino durante la pandemia da Covid-19 con l'obiettivo di fornire un supporto alimentare occasionale alle persone in difficoltà²⁴. A fronte dell'aumento della richiesta di aiuti - generato dalla crisi pandemica - il livello di assistenza è cresciuto significativamente, portando al consolidamento della rete, anche grazie alle sovvenzioni pubbliche e alle risorse autonome. Il finanziamento del progetto proviene in larga parte dal Comune di Torino, con il supporto di Save the Children e di una fondazione bancaria. Pur in assenza di un inquadramento formale, è stato avviato un processo di co-progettazione con il Comune, finalizzato al riconoscimento istituzionale della rete. Attualmente, Torino Solidale svolge tre principali funzioni: i) segretariato sociale, per il contatto e l'orientamento dei beneficiari; ii) facilitazione digitale, per aiutare le persone ad accedere ai servizi digitali; iii) assistenza alimentare, attraverso la fornitura di beni essenziali e l'impiego del cibo come strumento di coinvolgimento e connessione a programmi di sostegno sociale più ampi.

All'interno della rete Torino Solidale, la Casa del Quartiere Cecchi Point rappresenta uno dei centri

socioculturali territoriali che offrono servizi alla comunità. Situato in un'area a basso reddito e a elevata multiculturalità, il centro propone un'ampia offerta di attività principalmente rivolte ai/alle giovani dai 6 e i 30 anni. In collaborazione con i servizi sociali, Cecchi Point gestisce sia uno spazio dedicato a bambini e bambine della scuola primaria e secondaria di primo grado, sia un gruppo rivolto agli/alle adolescenti, attento alle differenze religiose e culturali dei ragazzi e delle ragazze. Il centro propone programmi con obiettivi specifici, tra cui corsi di italiano per studenti e studentesse delle scuole medie e SISTER, un progetto rivolto a ragazze e giovani persone trans di età compresa tra gli 11 e i 18 anni, che promuove il senso di sorellanza e offre uno spazio di confronto su temi quali gli stereotipi di genere, l'immagine corporea e la violenza di genere. Il percorso include anche attività di educazione alimentare e sessuale, con l'obiettivo di favorire consapevolezza e benessere. Pertanto, gli incontri iniziano sempre con un pasto condiviso, per sottolineare la relazione tra cibo, corpo e aspettative sociali. La Casa di Quartiere Cecchi Point prevede inoltre attività di doposcuola, allenamenti sportivi e centri estivi a costi accessibili. Oltre alle iniziative destinate ai/alle giovani, sono disponibili anche forme di supporto

²⁴ Per approfondire la nascita e l'evoluzione della rete di Torino Solidale si rimanda ad Allegretti e Toldo (2024).

sociale e legale, corsi di alfabetizzazione per donne straniere e un banco alimentare.

In quanto centro comunitario aperto, Cecchi Point coinvolge una pluralità di attori. La maggior parte delle attività sono progettate e gestite da Educadora, un'organizzazione del terzo settore che collabora con servizi sociali, scuole e realtà locali per coordinare e integrare le iniziative offerte. Un esempio è il contributo di Arteria, un'associazione del territorio, che si occupa di recuperare cibo nei mercati locali, facilitando l'accesso a prodotti freschi per famiglie e giovani. Tra gli attori coinvolti, Educadora promuove anche la partecipazione attiva degli/delle adolescenti come animatori o allenatori di calcio per i bambini e bambine più piccoli/e, con l'obiettivo di favorire la loro autodeterminazione e responsabilizzazione. I ragazzi e le ragazze, che insieme costituiscono il comitato giovani, si impegnano nella realizzazione di eventi e iniziative su temi rilevanti per il territorio, con l'intento di rafforzare le proprie azioni di *advocacy* e sensibilizzare la comunità. Il gruppo si dedica anche all'autoformazione, sviluppando percorsi educativi su tematiche sociali e relazionali, al fine di promuovere l'educazione tra pari. Secondo tale modalità di

azione, Educadora consente non solo di offrire un aiuto concreto alle famiglie in difficoltà, ma consente agli/alle adolescenti di formarsi e partecipare attivamente alla vita comunitaria.

4.3.3. Il programma *Youth and Food*

Il programma triennale (2022-2025) Youth and Food²⁵, promosso dall'Ufficio migranti di Slow Food e finanziato da Impresa con I Bambini, è rivolto a minori non accompagnati di età compresa tra i 16 e i 20 anni con background migratorio, e si sviluppa principalmente nelle città di Torino e Agrigento. L'intervento si articola attorno a molteplici obiettivi. Dapprima, intende fornire ai ragazzi e alle ragazze competenze e strumenti necessari per intraprendere un percorso professionale nel settore enogastronomico, promuovendo, parallelamente, un senso di comunità, inclusione sociale e prevenzione della marginalizzazione. L'approccio integrato e multidimensionale adottato dal progetto consente ai ragazzi e alle ragazze di sviluppare forme di autonomia mediante la partecipazione ad attività di varia natura. Tra queste si distinguono i corsi di lingua italiana, di formazione professionale e di

²⁵ Per approfondire il progetto e le storie di alcuni dei ragazzi e delle ragazze coinvolti, si rimanda alla pagina dedicata sul sito di *Percorsi con i Bambini*: <https://percorsiconibambini.it/youthandfood/>.

educazione alle life skills, che abbinati a percorsi di educazione e supporto finanziario, permettono ai/alle giovani partecipanti di rafforzare le capacità individuali, intervenendo al contempo sulle diverse sfaccettature della povertà.

In particolare, il progetto si propone di contrastare l'insicurezza alimentare non solo da un punto di vista materiale, ma anche sul piano psicologico e culturale. Pertanto, il cibo diviene un elemento centrale, inteso come bisogno primario da soddisfare, ma anche come veicolo di *empowerment*, inclusione, crescita personale e professionale. In questa direzione si inseriscono, ad esempio, attività di educazione alimentare e laboratori di cucina, dove i/le giovani imparano a preparare cibi sani e culturalmente adeguati, valorizzando il legame con la propria identità e tradizione.

Inoltre, il progetto include azioni concrete a supporto dell'indipendenza abitativa e dell'imprenditorialità, oltre alla partecipazione a eventi comunitari e cene sociali legate al cibo. In tal modo, il contrasto alla povertà alimentare si concretizza su due livelli complementari: da un lato una risposta immediata al bisogno, e dall'altra la promozione di indipendenza e inclusione nel lungo periodo.










4.3.4. Le dimensioni dell'Innovazione Sociale nei casi analizzati

La nostra analisi dei casi evidenzia un'interessante varietà di iniziative a livello locale e in diversi contesti geografici, che mostrano differenti gradi di innovazione, integrazione e ambizione trasformativa. Come emerge dalla Tabella 3, alcuni casi risultano più innovativi di altri rispetto alle tre dimensioni dell'IS.

Per quanto riguarda gli strumenti, tutti i programmi presentano un'ampia gamma di attività e approcci, capaci di rispondere a bisogni differenti degli/delle adolescenti. Tuttavia, la Casa del Quartiere Cecchi Point appare meno innovativa da questo punto di vista: gli strumenti proposti, pur essendo numerosi, non risultano ancora pienamente integrati tra loro e sono affidati in larga misura all'iniziativa individuale dei/delle partecipanti per essere combinati in modo efficace.

Sul piano della governance, tutti i programmi coinvolgono una rete ampia di attori, sia pubblici che del terzo settore. Tuttavia, Cecchi Point e il programma britannico HAF si distinguono per un coinvolgimento diretto della comunità locale, rendendo l'approccio più radicato nel territorio e maggiormente partecipativo. Anche i programmi Futura e YoutheFood condividono questo orientamento, ma la loro implementazione riflette ancora una

TABELLA 4.3 Le dimensioni dell'Innovazione Sociale nei casi analizzati

		Logica	Governance	Strumenti
Livello di innovazione	Medio			
	Alto	 	 	 

Fonte: nostra elaborazione.

logica prevalentemente top-down, con una partecipazione comunitaria non ancora pienamente consolidata.

Per quanto riguarda la logica di intervento, tutti i programmi analizzati dimostrano una forte attenzione al coinvolgimento attivo di ragazze e ragazzi, e puntano a offrire soluzioni durature nel tempo. Tuttavia, nel caso del Cecchi Point, la mancanza di un'integrazione strutturata tra le componenti del programma e un focus meno diretto sulla povertà alimentare rendono queste aspirazioni meno incisive.

In ogni caso, tutti i programmi si caratterizzano per la volontà di superare una logica assistenziale, adottando un approccio inclusivo, integrato e orientato alla promozione di benessere a lungo termine. Questo approccio consente di riconoscere la multidimensionalità

dei bisogni delle persone e delle comunità, andando oltre la sola deprivazione materiale, per includere anche aspetti legati alla dignità, all'empowerment, alla partecipazione sociale e al benessere nel lungo periodo.

L'analisi mostra chiaramente che, pur con gradi e modalità differenti, ciascuna delle tre dimensioni dell'innovazione sociale è essenziale per passare da interventi di tipo emergenziale a pratiche più sostenibili e trasformative. L'adozione di strumenti complessi e olistici richiede competenze diversificate, che a loro volta rendono necessario un sistema di governance ampio e inclusivo. La necessità di costruire un terreno comune tra attori diversi rafforza ulteriormente l'importanza di una visione condivisa di lungo periodo.

L'innovazione sociale si configura quindi come un processo relazionale e iterativo, che si sviluppa attraverso l'interazione, la sperimentazione e l'apprendimento continuo tra tutti gli attori coinvolti. A partire dalle risorse già presenti nelle comunità e dalle reti esistenti, è possibile costruire strumenti, strutture di governance e strategie più efficaci per il contrasto all'insicurezza alimentare. I casi analizzati dimostrano che l'integrazione di strumenti olistici, una governance partecipativa e una visione trasformativa di lungo periodo permette di sviluppare risposte flessibili, contestualizzate e dinamiche alla povertà alimentare giovanile.

4.4. Conclusioni

L'analisi proposta in questo capitolo ha sottolineato come gli/le adolescenti rimangano un target di intervento delicato e di grande rilevanza, che tuttavia viene spesso ignorato dai (già problematici) interventi di contrasto contro la povertà alimentare. Da un lato, questa fase della vita richiede una forte attenzione alla multidimensionalità dei loro bisogni, in particolare quelli legati alla salute mentale e alla costruzione dell'identità sociale. Dall'altro, investire oggi su ragazze e ragazzi significa prevenire problematiche future, con impatti non solo individuali, ma anche sociali, in

ambiti quali la salute pubblica o la devianza giovanile.

In tale quadro, l'innovazione sociale e l'analisi di buone pratiche possono fornire spunti significativi per individuare direzioni di intervento più efficaci, capaci di rispondere in modo integrato e concreto ai bisogni degli e delle adolescenti.

Una prima lezione che emerge dall'analisi dei casi più innovativi è la necessità di coinvolgere attivamente gli/le adolescenti come co-protagonisti nei processi di progettazione, implementazione e valutazione degli interventi. Un coinvolgimento autentico e attivo non solo migliora la capacità dei programmi di rispondere ai bisogni concreti di questa fascia d'età, ma rappresenta anche una leva per la crescita personale, lo sviluppo di competenze e il rafforzamento del senso di responsabilità civica.

Negli approcci più innovativi, gli/le adolescenti non sono considerati destinatari passivi di aiuti, ma soggetti attivi, coinvolti nella pianificazione, realizzazione e valutazione delle iniziative. Le strategie partecipative risultano particolarmente efficaci nei contesti marginalizzati, dove offrono spazi significativi in cui i/le giovani possono esprimere la propria voce e accedere a opportunità di crescita e rafforzamento dell'autoefficacia. I/le giovani hanno la capacità di proporre soluzioni innovative,

efficaci non solo nel rispondere a sfide individuali, ma anche nell'affrontare problematiche più ampie legate ai sistemi alimentari e alle dinamiche comunitarie.

La partecipazione diretta nella gestione dei programmi, come la pianificazione dei pasti, la preparazione del cibo o il volontariato di comunità, rafforza ulteriormente il senso di *agency* individuale e collettiva, contribuendo non solo a migliorare l'accesso al cibo, ma anche allo sviluppo di competenze professionali e all'attivazione civica. La visibilità del loro impegno ha inoltre un effetto moltiplicatore, attirando altri coetanei inizialmente non coinvolti.

In questo scenario, l'educazione alimentare, lo sviluppo giovanile e l'*empowerment* si configurano come leve strategiche per il contrasto alla povertà alimentare, attraverso la promozione di abilità trasversali. La costruzione di competenze viene considerata sia un mezzo sia un risultato degli interventi efficaci. In particolare, viene sottolineata l'importanza di promuovere competenze occupazionali e di vita (come l'autoefficacia, la leadership, il pensiero critico) e capacità pratiche legate alla nutrizione e alla preparazione del cibo. Tali competenze contribuiscono a rafforzare il senso di cittadinanza attiva e a formare adolescenti consapevoli, in grado di compiere scelte informate e responsabili.

Gli/le adolescenti sono sempre più riconosciuti/e come attori chiave nella trasformazione dei sistemi alimentari e delle dinamiche comunitarie. La creazione di spazi ad-hoc, come consigli consultivi giovanili o forum comunitari, permette ai/alle giovani di condividere esperienze e co-progettare soluzioni insieme ai coetanei e agli adulti, facilitandone il coinvolgimento significativo. Come evidenziato dai casi analizzati e sottolineato dagli interventi basati su approcci innovativi, la dimensione relazionale è fondamentale nel promuovere cambiamenti trasformativi di lungo termine.

L'IS applicata al contrasto della povertà alimentare consente quindi di superare la logica dell'aiuto emergenziale, ponendo al centro i bisogni evolutivi, relazionali e partecipativi degli/delle adolescenti. In questa cornice, lo sviluppo delle competenze sociali e relazionali si integra con l'*empowerment* individuale, consentendo di rispondere non solo ai bisogni immediati, ma anche di prevenire il riprodursi di situazioni di vulnerabilità. Oltre agli impatti individuali, tali programmi possono generare trasformazioni comunitarie, attraverso la creazione di partenariati locali, la diffusione di competenze e la risposta integrata ai bisogni dei soggetti più fragili.

Bibliografia

- ActionAid. 2022. Cresciuti troppo in fretta. Milano.
<https://www.actionaid.it/pubblicazioni/cresciuti-troppo-in-fretta/>.
- Baptista, Isabel, Anne-Catherine Guio, Eric Marlier, e Pedro Perista. 2023. Access for Children in Need to the Key Services Covered by the European Child Guarantee: An Analysis of Policies in the 27 EU Member States. A cura di Applica, Directorate-General for Employment, Social Affairs and Inclusion (European Commission), Liser, e Ose. Publications Office of the European Union.
<https://data.europa.eu/doi/10.2767/45993>.
- Bayes, Natasha, Carolynne Mason, Emma Haycraft, e Clare E. Holley. 2023. «Exploring the Feasibility of Using Evidence-Based Feeding Practices to Promote Children’s Healthy Eating in Holiday Clubs». *Public Health Nutrition* 26 (12): 2868–81.
<https://doi.org/10.1017/S1368980023002276>.
- Bernaschi, Daniela. 2025. Deepening the understanding of food insecurity in affluent societies: a multi-dimensional exploration using the Food Insecurity Experience Scale at the local level.
- Bernaschi, Daniela, e Laura Leonardi. 2023. «Food insecurity and changes in social citizenship. A comparative study of Rome, Barcelona and Athens». *European Societies* 25 (3): 413–43.
<https://doi.org/10.1080/14616696.2022.2115096>.
- Blake, Megan. 2019. Food Ladders: A multi-scaled approach to everyday food security and community resilience.
<https://doi.org/10.13140/RG.2.2.28759.52648>.
- Busacca, Maurizio. 2022. «Social Innovation, Welfare Regimes and National/Urban Agendas: Going Outside “the Local Trap” in Social Innovation Studies». In *Identifying Models of National Urban Agendas: A View to the Global Transition*, a cura di Francesca Gelli e Matteo Basso. Springer International Publishing.
https://doi.org/10.1007/978-3-031-08388-4_13.
- Campomori, Francesca, e Mattia Casula. 2023. «How to frame the governance dimension of social innovation: theoretical considerations and empirical evidence». *Innovation: The European Journal of Social Science Research* 36 (2): 171–89.
<https://doi.org/10.1080/13511610.2022.2036952>.
- Cittadinanzattiva. 2025. Tariffe mense scolastiche e investimenti PNRR - VIII report - 2024/2025. VIII. Con un contributo di Adriana Bizzarri, Marilù Pacetta, e Fabbio Crucci.
<https://www.cittadinanzattiva.it/notizie/17124-viii-indagine-sulle-mense-scolastiche-circa-85-euro-il-costo-medio-mensile-servono-piu-risorse-contro-la-poverta-alimentare.html>.
- Clapp, Jennifer. 2020. *Food*, 3rd Edition. Wiley. <https://www.wiley.com/en-us/Food%2C+3rd+Edition-p-9781509541775>.
- De Schutter, Olivier, a c. di. 2014. Report of the Special Rapporteur on the Right to Food, Olivier de Schutter: final report: the transformative potential of the right to food. United Nations General Assembly.
<https://digitallibrary.un.org/record/766914>.
- Defeyter, Margaret Anne, Paul B. Stretesky, e Gillian V. Pepper. 2025. «A Study Comparing Positive Benefits for Parents, and Their Children, of Children Attending the UK’s Holiday Activities and Food Program to Parents of Non-Attendees». *Frontiers in Public Health* 13 (febbraio).
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1474400>.
- Eizaguirre, Santiago, Marc Pradel, Albert Terrones, Xavier Martinez-Celorrio, e Marisol García. 2012. «Multilevel Governance and Social Cohesion: Bringing Back Conflict in Citizenship Practices». *Urban Studies* 49 (9): 1999–2016.
<https://doi.org/10.1177/0042098012444890>.

- Fleming, Catharine A. K., Deepika Sharma, Kaitlyn Brunacci, *et al.* 2023. «Fix My Food: An Urgent Call to Action from Adolescents on How They Experience and Want to See Change in Their Food Systems». *Journal of Human Nutrition and Dietetics* 36 (6): 2295–309. <https://doi.org/10.1111/jhn.13228>.
- Forrestal, Sarah, Elizabeth Potamites, Joanne Guthrie, e Nora Paxton. 2021. «Associations among Food Security, School Meal Participation, and Students' Diet Quality in the First School Nutrition and Meal Cost Study». *Nutrients* 13 (2): 307. <https://doi.org/10.3390/nu13020307>.
- Fram, Maryah Stella, Hoa T. Nguyen, e Edward A. Frongillo. 2022. «Food Insecurity among Adolescent Students from 95 Countries Is Associated with Diet, Behavior, and Health, and Associations Differ by Student Age and Sex». *Current Developments in Nutrition* 6 (3): nzac024. <https://doi.org/10.1093/cdn/nzac024>.
- Ghys, Tuur. 2017. «Analysing Social Innovation through the Lens of Poverty Reduction: Five Key Factors». *European Public e Social Innovation Review* 2 (2): 1–14. <https://epsir.net/index.php/epsir/article/view/64>.
- Hadley, Craig, Tefera Belachew, David Lindstrom, e Fasil Tessema. 2009. «The Forgotten Population? Youth, Food Insecurity, and Rising Prices: Implications for the Global Food Crisis». *NAPA Bulletin* 32 (1): 77–91. <https://doi.org/10.1111/j.1556-4797.2009.01029.x>.
- Hebinck, Aniek, Francesca Galli, Sabrina Arcuri, Brídín Carroll, Deirdre O'Connor, e Henk Oostindie. 2018. «Capturing change in European food assistance practices: a transformative social innovation perspective». *Local Environment* 23 (4): 398–413. <https://doi.org/10.1080/13549839.2017.1423046>.
- Isogai, Andrea D, Erin Alexiuk, Holly Gardner, *et al.* 2015. *Sustaining a Local-Food Security Initiative in a Remote Subarctic Community*.
- Kuhn, Michael A. 2018. «Who feels the calorie crunch and when? The impact of school meals on cyclical food insecurity». *Journal of Public Economics* 166 (ottobre): 27–38. <https://doi.org/10.1016/j.jpubeco.2018.08.001>.
- Lambie-Mumford, Hannah, e Tiina Silvasti, a c. di. 2020. *The Rise of Food Charity in Europe*. Bristol University Press. <https://doi.org/10.46692/9781447347576>.
- Madama, Ilaria. 2025. *The Politics of European Food Aid Policy from Delors to von Der Leyen*. Work and *Welfare* in Europe. Springer Nature Switzerland. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-90710-4>.
- Maino, Franca. 2023. *Agire insieme: coprogettazione e coprogrammazione per cambiare il welfare: sesto rapporto sul secondo welfare*. Percorsi di secondo *welfare*.
- Maino, Franca, Chiara Lodi Rizzini, e Lorenzo Bandera. 2016. *Povert  alimentare in Italia: le risposte del secondo welfare*. Il Mulino.
- Meiklejohn, Sarah J, Liza Barbour, e Claire E Palermo. 2017. «An Impact Evaluation of the FoodMate Programme: Perspectives of Homeless Young People and Staff». *Health Education Journal* 76 (7): 829–41. <https://doi.org/10.1177/0017896917715780>.
- Moragues-Faus, Ana. 2017. «Emancipatory or Neoliberal Food Politics? Exploring the "Politics of Collectivity" of Buying Groups in the Search for Egalitarian Food Democracies». *Antipode* 49 (2): 455–76. <https://doi.org/10.1111/anti.12274>.
- Moulaert, Frank, Flavia Martinelli, Erik Swyngedouw, e Sara Gonzalez. 2005. «Towards Alternative Model(s) of Local Innovation». *Urban Studies* 42 (11): 1969–90. <https://doi.org/10.1080/00420980500279893>.
- Oosterlynck, Stijn, Andreas Novy, e Yuri Kazepov. 2020. *Local Social Innovation to*

- Combat Poverty and Exclusion. Policy Press and Bristol University Press.
<https://policy.bristoluniversitypress.co.uk/local-social-innovation-to-combat-poverty-and-exclusion>.
- Palladino, Monica, Carlo Cafiero, e Roberto Sensi. 2024. «Understanding adolescents' lived experience of food poverty. A multi-method study among food aid recipient families in Italy.» *Global Food Security* 41 (giugno): 100762.
<https://doi.org/10.1016/j.gfs.2024.100762>.
- Palladino, Monica, Carlo Cafiero, e Roberto Sensi. 2025. «Povertà alimentare: da questione economica a esperienza vissuta». Secondo *Welfare*.
<https://www.secondowelfare.it/dispari-progetto/poverta-alimentare-da-questione-economica-a-esperienza-vissuta/>.
- Pel, Bonno, Alex Haxeltine, Flor Avelino, *et al.* 2020. «Towards a theory of transformative social innovation: A relational framework and 12 propositions». *Research Policy* 49 (8): 104080.
<https://doi.org/10.1016/j.respol.2020.104080>.
- Raeside, Rebecca, Karen Spielman, Sarah Maguire, *et al.* 2022. «A healthy lifestyle text message intervention for adolescents: protocol for the Health4Me randomized controlled trial». *BMC Public Health* 22 (1): 1805. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14183-9>.
- Research Consortium for School Health and Nutrition - LSHTM. 2025. The current state, benefits, and exemplary models of school meal programmes in the European Union – a report following 19th meeting of Child Guarantee coordinators on school meals. London School of Hygiene and Tropical Medicine - Research Consortium for School Health and Nutrition.
https://employment-social-affairs.ec.europa.eu/document/download/f375b3a0-3821-4dbf-9ef8-ec620a335aca_en.
- Riches, Graham. 2002. «Food Banks and Food Security: *Welfare* Reform, Human Rights and Social Policy. Lessons from Canada?» *Social Policy and Administration* 36 (6): 648–63.
<https://doi.org/10.1111/1467-9515.00309>.
- Rodriguez, Jacqueline, Jo Applebaum, Cara Stephenson-Hunter, Andrea Tinio, e Alan Shapiro. 2013. «Cooking, Healthy Eating, Fitness and Fun (CHEFFs): Qualitative Evaluation of a Nutrition Education Program for Children Living at Urban Family Homeless Shelters». *American Journal of Public Health* 103 (S2): S361–67.
<https://doi.org/10.2105/ajph.2013.301558>.
- Rosano, Aldo, Nicola Caranci, Patrizia De Felici, Giovannina Assunta Giuliano, e Federica Mancini. 2016. Utilizzo degli indici di privazione per orientare le politiche pubbliche di contrasto alla povertà (Paper). ottobre 5.
<https://oa.inapp.gov.it/handle/20.500.12916/1108>.
- Rossi, Adanella, Mario Coscarello, e Davide Biolghini. 2021. «(Re)Commoning Food and Food Systems. The Contribution of Social Innovation from Solidarity Economy». *Agriculture* 11 (6): 548.
<https://doi.org/10.3390/agriculture11060548>.
- Sen, Amartya. 1981. *Poverty and Famines: An Essay on Entitlement and Deprivation*. Clarendon Press.
- Shinwell, Jackie, Ellen Finlay, Caitlin Allen, e Margaret Anne Defeyter. 2021. «Holiday Club Programmes in Northern Ireland: The Voices of Children and Young People». *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18 (3): 1337.
<https://doi.org/10.3390/ijerph18031337>.
- Sinclair, Stephen, e Simone Baglioni. 2014. «Social Innovation and Social Policy – Promises and Risks». *Social Policy and Society* 13 (3): 469–76.
<https://doi.org/10.1017/S1474746414000086>.
- Toossi, Saied, Jessica E. Todd, Joanne Guthrie, Michael Ollinger, e United States Department of Agriculture Economic Research Service. 2024. «The National School Lunch Program: Background, Trends, and Issues, 2024 Edition». 2024 edition. *Economic Information Bulletin* /

Economic Research Service ; Number
279. U.S. Department of Agriculture,
Economic Research Service.
<https://doi.org/10.113/8633520>,
10.32747/2024.8633520.ers.

Violini, Lorenza. 2018. «I dilemmi irrisolti delle
politiche di contrasto alla povertà#768»;
Solo centralismo?» Le Regioni, fasc.
3/2018. <https://doi.org/10.1443/92161>.

CAPITOLO 5.

DAL BISOGNO AL DIRITTO: COSTRUIRE UNA RISPOSTA ALLA POVERTÀ ALIMENTARE FONDATA SU SOLIDARIETÀ, DIGNITÀ E GIUSTIZIA SOCIALE

Roberto Sensi

5.1. Crisi dei sistemi di welfare e povertà alimentare

Come messo in luce da un recente lavoro (ActionAid 2025), l'emersione dell'insicurezza alimentare, o povertà alimentare, come questione rilevante nei Paesi ad alto reddito si intrecciò con l'affermarsi delle politiche neoliberiste a partire dagli anni Ottanta. In quel periodo prese avvio un processo di progressivo smantellamento delle tutele sociali proprie del *Welfare State* (Poppendieck 1998; Riches e Silvasti 2014), che portò a un forte ridimensionamento del sostegno pubblico proprio mentre la crisi economica stava facendo crescere la povertà. Il risultato fu un aggravamento delle condizioni di esclusione sociale e un indebolimento delle capacità di risposta delle istituzioni.

Il mancato accesso al cibo divenne così il simbolo di una critica politica e sociale all'aumento della povertà prodotto dai tagli al *welfare*. In questo quadro, l'insicurezza

alimentare venne intesa principalmente come manifestazione e metafora della povertà, più che come fenomeno strutturale da analizzare in sé (Poppendieck 1998). Nello stesso periodo si posero anche le basi delle risposte istituzionali e della società civile: negli Stati Uniti, con l'avvio dell'istituzionalizzazione degli aiuti alimentari attraverso programmi federali e statali di redistribuzione delle eccedenze agricole e alimentari (TEFAP, *The Emergency Food Assistance Program*), introdotti parallelamente al ridimensionamento dei programmi tradizionali come i *Food Stamps*; in Europa, con la nascita del PEAD (*Programma europeo di aiuti agli indigenti*), che legava la gestione delle eccedenze della Politica Agricola Comune alla risposta all'insicurezza alimentare (Riches e Silvasti 2014).

Contestualmente si svilupparono le prime analisi sistematiche, volte non solo a fornire evidenze sull'esistenza di un problema reale e diffuso — quello del mancato accesso al cibo — ma anche a

definirne meglio i contorni. Le ricerche iniziali cercavano di dimostrare la presenza e le caratteristiche dell'insicurezza alimentare anche nei Paesi ad alto reddito, in un contesto in cui le istituzioni tendevano a minimizzare il fenomeno richiamandosi soprattutto all'assenza di forme estreme di fame e denutrizione tipiche dei Paesi più poveri (U.S. President 1984). Queste indagini miravano dunque a restituire le specificità del problema e a dare voce alle esperienze vissute di insicurezza alimentare nelle comunità, mettendo in luce che non si trattava soltanto di verificare la disponibilità di cibo, ma di comprendere l'impatto più ampio sulla vita quotidiana delle persone.

Su questa base, diversi studi iniziarono a evidenziare in modo sistematico il legame tra povertà e insicurezza alimentare, sottolineandone la natura multidimensionale: un fenomeno che non poteva essere ridotto alla sola scarsità di cibo, in termini quantitativi o qualitativi, ma che coinvolgeva aspetti economici, sociali e relazionali. Negli Stati Uniti ciò avvenne con i lavori di Radimer *et al.* (1990, 1992), che dettero un contributo fondamentale alla comprensione, definizione e successiva misurazione dell'insicurezza alimentare; mentre nel Regno Unito con i contributi di Lang (1985) e Dowler *et al.* (1997)

sulla relazione tra povertà e accesso al cibo.

Le pagine che seguono non si concentreranno tanto sull'evoluzione del concetto di povertà o di insicurezza alimentare – già analizzata in un rapporto precedente (ActionAid 2025) – quanto sull'origine, il significato e gli obiettivi delle risposte che nel tempo sono state costruite. L'intento è mostrare come il cibo, e il suo mancato accesso, siano divenuti simboli di una critica sociale e politica al neoliberismo, senza tuttavia tradursi in politiche strutturali: la questione è rimasta confinata nella sfera del bisogno, senza essere pienamente riconosciuta come questione di diritti.

5.2. Dall'emergenza alla stabilizzazione dell'aiuto alimentare

5.2.1. Crisi economiche e trasformazione dell'aiuto alimentare

I paralleli tra il contesto politico in cui, tra gli anni Ottanta e Novanta, si sviluppò il dibattito sull'insicurezza alimentare nei paesi ad alto reddito e quello più recente, segnato dagli effetti della crisi finanziaria del 2007–2008, sono evidenti. In entrambi i casi, le crisi economiche e le politiche di austerità riaccessero l'attenzione sul mancato accesso al cibo,

mostrando come l'aumento della povertà e l'indebolimento dei sistemi di protezione sociale abbiano contribuito a nuove forme di insicurezza alimentare (Lambie-Mumford 2017; Loopstra e Lambie-Mumford 2021).

Allo stesso tempo, in entrambi i periodi, si moltiplicarono le risposte emergenziali — banchi alimentari e altre forme di aiuto — che, pur riuscendo in parte a soddisfare la crescente domanda, rivelavano soprattutto la fragilità del sistema di *welfare*. In entrambe le fasi, la domanda di cibo non rappresentava soltanto un bisogno materiale, ma diventava anche un potente simbolo di critica alle politiche di austerità, senza tuttavia tradursi in un effettivo riconoscimento del diritto al cibo come ambito di intervento politico strutturale.

Accanto a queste somiglianze, si osserva tuttavia una differenza rilevante: mentre le politiche neoliberali degli anni Ottanta posero le basi per l'emersione della povertà alimentare, è stato il ciclo di austerità post-2008 a trasformarla in un fenomeno strutturale, segnato dall'istituzionalizzazione e dalla crescita senza precedenti delle *food banks*, divenute un pilastro del sistema di risposta alla povertà alimentare.

5.2.2. I limiti strutturali del *welfare* e la marginalità dell'aiuto alimentare

Sebbene le prime analisi si siano concentrate prevalentemente sui paesi anglosassoni, in particolare su Stati Uniti e Regno Unito, i loro risultati offrono spunti di rilievo anche per comprendere l'evoluzione della povertà alimentare nel contesto europeo. Pur con differenze legate alla configurazione dei sistemi di *welfare* e alle specificità nazionali, la traiettoria che collega l'emersione dell'insicurezza alimentare al progressivo indebolimento delle protezioni sociali e alla ristrutturazione neoliberista delle politiche pubbliche ha interessato, in forme diverse, l'intero continente (Dowler e O'Connor 2012; Riches e Silvasti 2014; Lambie-Mumford e Loopstra 2021). La storia e la trasformazione delle istituzioni di *welfare* costituiscono quindi un elemento chiave per comprendere come il problema della povertà alimentare si sia imposto nell'agenda pubblica e politica, e come siano state elaborate risposte fondate in larga misura su meccanismi di assistenza e distribuzione alimentare (Oncini 2025).

L'inadeguatezza del modello italiano di *welfare*, ad esempio, tradizionalmente frammentato e incompleto, è emersa con ancora maggiore evidenza a partire dalla

crisi economica e finanziaria globale del 2007-2008, le cui conseguenze sociali hanno reso più urgente un intervento pubblico (Arcuri, Brunori e Galli 2021). Già segnata da una crescita debole sin dalla crisi valutaria del 1992, l'Italia ha visto aggravarsi la propria vulnerabilità economica con la crisi finanziaria globale e, successivamente, con quella del debito sovrano del 2011-2013, che hanno determinato un diffuso impoverimento della popolazione. A differenza di altri paesi europei, dove le politiche di austerità hanno progressivamente indebolito reti di protezione sociale già consolidate, in Italia il ruolo delle organizzazioni caritative e del terzo settore si inserisce in una traiettoria di lunga durata, in cui lo Stato mantiene un ruolo limitato nella protezione dai rischi sociali, inclusa la povertà economica (Saraceno *et al.* 2022; Maino *et al.* 2016).

Il sistema di *welfare*, nelle sue diverse declinazioni nazionali, si fonda sull'idea di garantire ai cittadini diritti sociali fondamentali attraverso istituzioni e politiche pubbliche strutturali, universalistiche e finanziate da risorse fiscali o contributive (Ascoli e Pavolini 2015). Ne fanno parte a pieno titolo sanità, istruzione, previdenza, assistenza sociale, politiche del lavoro e abitative, poiché riconosciute come diritti esigibili e regolate da norme istituzionali. Le politiche di aiuto materiale — e, nello specifico, quelle alimentari —

si collocano invece ai margini del *welfare*: non sono universali né integrate nei sistemi di protezione sociale, non garantiscono un diritto soggettivo e vengono spesso delegate al terzo settore. Più che redistributive e strutturali, restano risposte assistenziali e residuali, incapaci di affrontare in modo sistemico le disuguaglianze.

La mancanza di un riconoscimento esplicito del cibo come diritto sociale fa sì che l'accesso ad esso non venga assicurato attraverso politiche pubbliche di *welfare*, ma affidato a meccanismi emergenziali e frammentati di aiuto che, pur svolgendo un ruolo importante, non possono sostituire l'impianto di un sistema fondato sul riconoscimento dei diritti. Un esempio significativo è rappresentato dalle mense scolastiche: pur essendo ampiamente riconosciute come uno strumento efficace di contrasto all'insicurezza alimentare minorile, in Italia non sono configurate come servizio essenziale e quindi incluse nei Livelli Essenziali delle Prestazioni (LEP). La mensa scolastica continua a essere considerata un servizio a domanda individuale, il che comporta significative disuguaglianze territoriali nell'accesso, nei costi e nella qualità dell'offerta (ActionAid 2023, 2025).

5.3. Dal bisogno al diritto: riconoscere il cibo come questione di giustizia sociale

5.3.1. L'assenza di un quadro politico e concettuale sul diritto al cibo

Se da un lato l'insicurezza alimentare nei Paesi ad alto reddito ha avuto storicamente un ruolo importante nella critica allo smantellamento del *welfare state* e all'aumento della povertà, dall'altro le risposte introdotte si sono collocate al di fuori dei sistemi di *welfare* e di una cornice normativa che riconosca esplicitamente il cibo come diritto. In questo senso, gli interventi hanno fatto leva soprattutto sull'iniziativa di attori privati e organizzazioni della società civile. Tali risposte, pur non essendo sempre depoliticizzate — poiché spesso accompagnate da una critica sociale e politica alla povertà — non hanno tuttavia inquadrato l'accesso al cibo come un diritto esigibile. Le richieste di aiuto sono state intese, più che come violazioni di un diritto specifico, come indicatori di carenze legate ad altre dimensioni della giustizia sociale — la casa, il lavoro, il reddito — senza che il cibo fosse riconosciuto pienamente come parte integrante di questo quadro di diritti.

A questo risultato hanno contribuito diversi fattori concomitanti. In primo luogo, la mancata adozione di una definizione chiara di insicurezza o povertà alimentare a livello istituzionale: soprattutto in Europa, il tema non è mai stato al centro di un dibattito approfondito capace di recepire le evidenze prodotte dalla ricerca sociale e accademica. L'insicurezza alimentare è stata così a lungo considerata esclusivamente come manifestazione della povertà materiale, con l'effetto di ridurre la portata multidimensionale (Dowler e O'Connor 2012). In secondo luogo, non è mai stata elaborata una visione strategica capace di orientare gli interventi di contrasto, lasciando spazio a risposte frammentarie e prive di un quadro di riferimento condiviso. Inoltre, la crescente centralità del consumo individuale e la mediazione del mercato nell'accesso al cibo hanno contribuito a spostare la questione dal piano dei diritti universali a quello del potere d'acquisto, rafforzando l'idea che il cibo non sia un bene collettivo, ma una merce (Lang 1999; Jarosz 2011; Dowler e O'Connor 2012; Lambie-Mumford 2019). Infine, la risposta caritativa, collocata ai margini dello Stato sociale, ha rappresentato una "soluzione" che ha permesso ai governi di non assumersi una responsabilità diretta, configurando l'insicurezza alimentare come bisogno emergenziale da affrontare principalmente attraverso l'aiuto materiale. Questo approccio si è

progressivamente intrecciato con le logiche dell'agroindustria, tramite acquisti pubblici, donazioni e, più recentemente, la redistribuzione delle eccedenze (Riches 1997; Riches 2018; Silvasti e Riches 2014).

5.3.2. Verso un approccio fondato sui diritti per il benessere alimentare

Riconoscere il diritto al cibo anche nei Paesi ad alto reddito è fondamentale, perché la povertà alimentare non può essere affidata — per quanto importante — alla sola risposta solidale delle iniziative di mutuo aiuto, degli enti caritatevoli e dei banchi alimentari. Essa richiede un impegno sociale, politico e morale da parte dello Stato. Promuovere il diritto al cibo significa garantire la libertà degli individui in relazione al proprio benessere alimentare, e per farlo sono necessarie istituzioni pubbliche e politiche economiche e sociali che promuovano benessere e dignità umana come obbligo giuridico, non come gesto volontario. Affermare il diritto al cibo significa dunque riportare la questione dell'accesso a un'alimentazione adeguata all'interno di un quadro di giustizia, solidarietà e responsabilità collettiva.

Il riconoscimento del diritto al cibo implica un cambio di prospettiva rispetto alle tradizionali risposte assistenziali alla povertà alimentare. Non si tratta solo di proteggere gli

individui dal rischio di insicurezza alimentare, ma di garantire le condizioni per la piena realizzazione di questo diritto, inteso come benessere alimentare complessivo che integra salute, dignità e inclusione sociale (CESCR, 1999; 2000). L'approccio basato sui diritti evidenzia l'interdipendenza tra i diritti economici, sociali e culturali: l'accesso a un'alimentazione adeguata è condizione necessaria per l'esercizio di altri diritti fondamentali, come il diritto alla salute e a un tenore di vita dignitoso.

In questa prospettiva, le politiche pubbliche non possono limitarsi a risposte frammentarie o emergenziali, ma devono sviluppare strategie coerenti e strutturali che assumano il cibo come diritto umano fondamentale (De Schutter 2014). Allo stesso tempo, anche gli attori della società civile che operano nel sostegno alimentare dovrebbero orientare le proprie pratiche secondo un approccio basato sui diritti, superando la logica assistenziale. Ciò significa contrastare lo stigma associato all'aiuto, promuovere percorsi di solidarietà che rafforzino l'*empowerment* delle persone e affiancare all'assistenza un impegno di *advocacy* capace di incidere sulle politiche pubbliche (Dowler e O'Connor 2012; Riches 2018).

In tal senso, la prospettiva del diritto al cibo consente di collocare l'aiuto alimentare all'interno di un quadro

più ampio di giustizia sociale, trasformandolo da misura residuale a leva per il riconoscimento e la realizzazione dei diritti fondamentali.

5.4. L'aiuto alimentare tra risposta sociale e istituzionalizzazione del bisogno

5.4.1. Le forme dell'assistenza alimentare solidale

Le principali risposte sociali al problema dell'insicurezza alimentare nei Paesi ad alto reddito si sono tradotte nella crescita esponenziale dei banche alimentari di tipo caritativo, dei programmi di recupero del cibo gestiti da organizzazioni della società civile e di pratiche comunitarie come orti e cucine collettive, programmi di alimentazione per bambini e iniziative di distribuzione di cibo alle famiglie. Queste esperienze risultano particolarmente sviluppate e in continua evoluzione nei contesti urbani, e la loro organizzazione dipende in larga misura dagli assetti istituzionali in cui si inseriscono: cornici normative locali, modalità di coordinamento tra enti pubblici e terzo settore e ruoli assegnati — formalmente o di fatto — agli attori dell'aiuto (Lambie-Mumford e Silvasti 2021; Riches 2018).

Ne deriva una geografia differenziata, per almeno due ragioni. Da un lato, perché l'aiuto materiale affonda le proprie radici in tradizioni storiche diverse e ha mutato forme e significati al variare del discorso pubblico su fame e insicurezza alimentare, oscillando tra registri caritatevoli e letture critiche di natura politica (Vernon 2007; ActionAid 2025). Dall'altro, perché coinvolge una pluralità di attori — di ispirazione cattolica o laica, realtà sindacali e ampi segmenti della società civile — che plasmano obiettivi, linguaggi e modalità di intervento secondo le specifiche tradizioni locali di mutualismo e di carità (Riches 2018; Lambie-Mumford 2019).

L'eterogeneità del settore è tuttavia spesso appiattita, sia nella letteratura, sia nel discorso pubblico, dall'uso generalizzato dell'etichetta "banche alimentari" (*Food Banks*) per indicare realtà molto diverse per scala, assetto e funzione, impegnate nell'aiuto alimentare e materiale a persone in condizione di vulnerabilità (Middleton 2018). In realtà, il settore è assai più variegato e comprende attori differenti per struttura e logica operativa. Alcuni — come il Banco Alimentare in Italia — svolgono una funzione di intermediazione, recuperando eccedenze o donazioni e ridistribuendole a organizzazioni di prima linea; altri erogano aiuto diretto attraverso

pacchi alimentari; molti combinano entrambe le attività (Raphael 2025).

Accanto a questi, esistono dispense, *food club* e supermercati sociali che, in alcuni casi, adottano modelli a iscrizione con una piccola quota associativa per accedere a generi calmierati. Queste forme di assistenza alimentare mirano anche a ridurre lo stigma e la vergogna spesso associate all'aiuto diretto (Garthwaite 2016). Parallelamente, le mense sociali e le unità mobili di distribuzione forniscono pasti pronti — in loco o da asporto — per rispondere ai bisogni di chi non dispone di attrezzature per cucinare o di un alloggio stabile. Una pratica più recente è quella dei frigoriferi di comunità, spazi pubblici in cui cittadine, cittadini e imprese possono donare o prelevare cibo gratuitamente (Oncini 2025).

Le pratiche di aiuto alimentare appaiono dunque diffuse e articolate, accomunate da istanze mutualistiche e solidali. Le differenze più significative emergono non tanto negli approcci di intervento, quanto nelle cornici discorsive: nei modi, cioè, in cui tali pratiche definiscono, giustificano e legittimano i propri obiettivi (Mendly-Zambo e Raphael 2019). Pur nella loro varietà, da un punto di vista

analitico e di *policy* queste esperienze possono essere ricondotte a una cornice unitaria: quella dell'aiuto alimentare. È per questo che nella letteratura internazionale si impiega un termine-ombrello, *Charitable Food Provision* (CFP), qui tradotto come assistenza alimentare solidale (Oncini 2025)²⁶.

5.4.2. Dall'emergenza alla normalizzazione

A partire dal secondo dopoguerra, l'aiuto alimentare è stato definito innanzitutto come strumento emergenziale, con l'obiettivo di garantire un sostegno immediato nei contesti in cui l'accesso al cibo risultava compromesso da conflitti, crisi economiche, shock ambientali o fabbisogni nutrizionali acuti. La sua funzione principale è quella di tamponare l'urgenza, senza affrontare in profondità le determinanti strutturali dell'insicurezza alimentare.

Nel tempo, l'aiuto alimentare ha conosciuto una graduale trasformazione. Alla distribuzione di alimenti in natura si sono affiancati interventi che combinano misure di emergenza e strategie di più lungo periodo, con una crescente attenzione alla qualità nutrizionale,

²⁶ Traduciamo *Charitable Food Provision* (CFP) come "assistenza alimentare solidale", poiché in italiano l'aggettivo *caritatevole* ha un'accezione ristretta e prevalentemente assistenziale, mentre la parola "*charity*" in inglese abbraccia un significato più ampio che include terzo settore, volontariato e iniziative civiche, sia laiche sia religiose. L'aggettivo *solidale* mantiene questa ampiezza di significato, includendo anche la dimensione caritativa senza ridurla alla sola carità. L'acronimo CFP viene mantenuto.

all'introduzione di trasferimenti monetari e al coinvolgimento dei destinatari nei processi decisionali (WFP s.d.).

Pur presentato in termini umanitari, il disegno degli strumenti e le modalità di attuazione sono stati spesso modellati più dalle priorità dei donatori che dai bisogni o dai diritti dei destinatari (Barrett e Maxwell 2005). A giustificare questo modello di intervento non vi erano infatti soltanto motivazioni umanitarie: l'aiuto alimentare ha funzionato anche come meccanismo di gestione delle eccedenze prodotte dalle politiche di regolazione dei mercati e di sostegno alla produzione agricola, come strumento di tutela di interessi commerciali e, in alcuni casi, come leva di proiezione politica e internazionale.

La centralità assunta dall'aiuto alimentare nei paesi ad alto reddito — dove, pur in progressiva erosione, le reti di protezione sociale restano relativamente ampie e l'insicurezza alimentare si manifesta perlopiù in forme lievi o moderate — può apparire paradossale. Tuttavia, il suo consolidamento come principale modalità di intervento non è spiegabile solo con un "aumento del bisogno" legato al peggioramento delle condizioni di vita, ma riflette trasformazioni più profonde di natura politica e strutturale, che nel tempo hanno ridefinito le priorità

delle politiche sociali e le pratiche di assistenza.

Queste dinamiche si spiegano alla luce di tre fattori tra loro interdipendenti. Anzitutto, l'aiuto alimentare — come avvenuto anche nei paesi a basso reddito — ha storicamente risposto a logiche di offerta, diventando un canale privilegiato per assorbire le eccedenze generate dalle politiche agricole di sostegno e di regolazione dei mercati. In questo quadro, la dimensione solidale non ha mai celato del tutto la finalità principale: gestire sul piano politico ed economico i costi derivanti dalla produzione in eccesso.

In secondo luogo, i cicli di arretramento del *welfare* e l'affermazione di approcci neoliberali hanno spostato il baricentro dalle tutele basate sui diritti (*entitlements*) a risposte fondate sul bisogno immediato. In questo contesto si sono consolidati dispositivi para-pubblici, come i banchi alimentari, e — in molti casi — forme di carità corporativa che istituzionalizzano l'aiuto materiale come principale canale di intervento (Riches 1997; Poppendieck 1998; Riches e Silvasti 2014; Riches 2018).

Infine, negli ultimi decenni, l'assetto delle politiche sociali ha progressivamente spostato bisogni e responsabilità sul piano individuale, affidando al mercato e alle famiglie una parte crescente

della gestione del rischio sociale (Lister 2004; Fraser 2016). In questo scenario, l'aiuto alimentare tende a imporsi come risposta privilegiata: è rapido, visibile e consente di tamponare il bisogno con un intervento "minimo ma sufficiente", senza incidere sulle cause che generano l'insicurezza alimentare né sulle sue molteplici conseguenze (Blake 2019). La sua applicazione assume spesso forme condizionate e regolate, privilegiando approcci paternalistici che limitano la libertà di scelta e l'*agency* degli individui, alimentando così lo stigma (Garthwaite 2016). Se letta nella prospettiva dei diritti, emerge con chiarezza che evitare la fame non equivale a garantire una piena sicurezza alimentare.

5.4.3. L'istituzionalizzazione della risposta caritativa

Questi tre fattori aiutano a comprendere perché, nonostante la letteratura — a partire dai lavori seminali di Radimer e colleghi/e alla fine degli anni Ottanta — abbia messo in evidenza la natura multidimensionale dell'insicurezza alimentare, le risposte politiche e operative abbiano tardato a tradurre tale consapevolezza in interventi adeguati. Le cause del fenomeno — intreccio di fattori economici, abitativi, di genere sanitari, temporali e di accesso ai servizi — e le sue conseguenze, che toccano dimensioni nutrizionali, sociali e psicologiche, sono state infatti

analizzate ma raramente affrontate in modo coerente. Ne è derivato uno scarto persistente tra analisi e pratiche. La "politica degli aiuti", pur configurandosi come terreno di confronto tra posizioni, motivazioni e obiettivi differenti, ha continuato a lasciare in secondo piano la questione delle strategie di intervento sulle specifiche dinamiche dell'insicurezza alimentare.

Una possibile spiegazione risiede nel radicamento storico dell'aiuto alimentare come strumento di contrasto alla povertà materiale e all'indigenza, più che come risposta mirata all'insicurezza alimentare. Ne è derivata una filiera di intervento centrata sull'emergenza e sul sollievo immediato: efficace nel garantire l'accesso a beni essenziali, ma poco incisiva rispetto alle determinanti strutturali del fenomeno. Ancora di più nei paesi ad alto reddito, dove l'insicurezza alimentare si manifesta prevalentemente in forme lievi o moderate e coinvolge fasce ampie della popolazione oltre la povertà estrema, le risposte pubblico-private sono rimaste ancorate a misure di assistenza materiale rivolte a platee ristrette, incapaci di intercettare la varietà delle condizioni socioeconomiche e delle diverse forme di deprivazione alimentare.

In sintesi, l'aiuto alimentare si è affermato come risposta ordinaria e politicamente sostenibile, ma resta intrinsecamente limitato al problema

dell'accesso al cibo per le fasce di popolazione più vulnerabili: capace di rispondere a bisogni essenziali, ma non di incidere sui meccanismi che riproducono l'insicurezza alimentare e sulle molteplici dimensioni coinvolte. La sua forza risiede piuttosto nella dimensione simbolica e politica, che ha favorito sperimentazioni utili — dall'attenzione alla qualità nutrizionale all'impiego di trasferimenti monetari — ma che ha contribuito soprattutto alla diffusione e istituzionalizzazione di pratiche centrate sull'assistenza materiale.

Più che liquidarle come semplice solidarietà priva di efficacia, queste esperienze vanno comprese come un terreno da cui osservare i limiti delle politiche sociali contemporanee e la necessità di un approccio realmente multidimensionale, capace di intrecciare salute, equità di genere, educazione e benessere psicosociale (Mumford 2018).

5.5. Crescita dei banchi alimentari e istituzionalizzazione dell'aiuto

L'espansione del sistema dei banchi alimentari (*food banking*) ha contribuito a normalizzare un approccio all'insicurezza alimentare fondato principalmente sull'aiuto materiale. Con l'espressione *food bank nation*, Riches non si riferisce soltanto all'aumento numerico delle

strutture, ma soprattutto al processo di istituzionalizzazione che le ha trasformate in un'infrastruttura para-pubblica stabile. I banchi alimentari diventano così parte integrante di un sistema sostenuto anche da forme di "carità corporativa", in cui le imprese partecipano fornendo eccedenze, supporto logistico e risorse economiche nell'ambito delle proprie pratiche di responsabilità sociale (Riches 2018; Livingstone e Natarajan 2025).

Ne deriva — come già evidenziato — uno spostamento dalla cornice del diritto al cibo verso modelli di solidarietà organizzata, fortemente dipendenti dall'offerta alimentare pubblica e privata (Riches e Silvasti 2014).

Sebbene forme di assistenza alimentare solidale — come mense sociali e dispense promosse da chiese o realtà comunitarie — abbiano radici storiche, l'espansione di reti organizzate di banchi alimentari e di programmi di recupero delle eccedenze è un fenomeno più recente in Europa e nei Paesi anglosassoni. Questa crescita ha fornito una base logistica e organizzativa su cui Stati e amministrazioni pubbliche hanno costruito e consolidato programmi di redistribuzione delle eccedenze e di aiuti alimentari, mentre, in parallelo, i sistemi di *welfare* riducevano progressivamente le proprie garanzie (Riches 1997; Poppendieck 1998; Riches e

Silvasti 2014; Lambie-Mumford e Silvasti 2021).

5.5.1. Le origini e l'evoluzione del sistema delle *food bank* negli Stati Uniti

Le *food bank* hanno origine negli Stati Uniti nel 1967 con la fondazione della *St. Mary's Food Bank* a Phoenix, in Arizona, per iniziativa di John van Hengel. L'idea, semplice ma innovativa per l'epoca, consisteva nel recuperare gli alimenti invenduti o eccedenti provenienti dall'industria e dalla distribuzione, conservarli in un magazzino centrale e ridistribuirli a mense sociali, dispense e altre organizzazioni impegnate nel sostegno alle persone in difficoltà. In questo modo si perseguivano due obiettivi complementari: ridurre lo spreco alimentare e garantire un aiuto immediato a chi non disponeva di risorse sufficienti (Sullivan 2005; *St. Mary's Food Bank* 2021).

La loro espansione negli anni Ottanta fu favorita da due dinamiche convergenti. Da un lato, il ridimensionamento del *welfare* federale — in particolare attraverso le restrizioni all'accesso ai *food stamps* — spostò parte della risposta al bisogno sul settore caritativo. Dall'altro, le *food bank* si integrarono con i programmi pubblici di distribuzione delle eccedenze agricole, che fornivano

una base logistica e alimentare stabile: il *Commodity Distribution Program* (avviato nel 1935), l'*Emergency Food Assistance Program* — TEFAP (istituito nel 1981) e il *Commodity Supplemental Food Program* — CSFP (attivo dal 1969 e oggi rivolto esclusivamente agli anziani a basso reddito), che distribuivano pacchi alimentari mensili con prodotti acquistati dal governo federale e veicolati tramite Stati e organizzazioni locali (Sullivan 2005; Bazerghi *et al.* 2017).

Nati principalmente per stabilizzare i mercati agricoli e sostenere i produttori, questi programmi trovarono nelle *food bank* un canale capillare per la redistribuzione, consolidando progressivamente un sistema ibrido in cui carità privata e politiche pubbliche si sostenevano a vicenda. Col tempo, il modello delle *food bank* si è affermato come complemento ai programmi federali di più ampio respiro — tra cui i *food stamps*/SNAP e il *National School Lunch Program* — offrendo una risposta immediata laddove le misure pubbliche risultavano insufficienti o non accessibili (Bazerghi *et al.* 2017).

Negli Stati Uniti, infatti, lo SNAP (*Supplemental Nutrition Assistance Program*) rappresenta tuttora il principale schema federale di assistenza alimentare: nato come *Food Stamp Program* nel 1964, riformato nel 1977 e rinominato nel 2008, garantisce trasferimenti

monetari che consentono alle famiglie di acquistare beni alimentari direttamente sul mercato.

La necessità di valutarne l'impatto in termini di spesa pubblica ed efficacia sociale ha portato, negli anni Novanta, allo sviluppo di strumenti specifici per la misurazione dell'insicurezza alimentare. Tra questi, l'HFSSM (*Household Food Security Supplement Module*) rappresenta il principale strumento adottato a livello federale: introdotto nel 1995 e applicato sistematicamente a partire dal 1996, fornisce stime ufficiali sulla diffusione dell'insicurezza alimentare negli Stati Uniti (Hamilton *et al.* 1997; ActionAid2025). La misurazione è stata espressamente collegata alla valutazione degli effetti dello SNAP sulla capacità delle famiglie di accedere al cibo, mostrando come la riduzione dell'insicurezza alimentare costituisca uno degli indicatori centrali della sua efficacia (Mabli *et al.* 2013).

In questa connessione tra trasferimenti federali monitorati, distribuzione delle eccedenze agricole e reti caritative, si è delineato il mosaico statunitense dell'aiuto alimentare: un sistema in cui coesistono logiche differenti — *welfare* monetario, gestione agricola delle eccedenze e solidarietà privata — che, pur con i loro limiti, hanno reso gli Stati Uniti il contesto in cui l'insicurezza alimentare è

stata più sistematicamente definita, misurata e affrontata.

5.5.2. Istituzionalizzazione delle *food bank* attraverso le politiche europee di aiuto alimentare

La diffusione del modello *food bank* in Europa

A partire dagli anni Ottanta, il modello delle *food bank* si diffuse oltre i confini statunitensi, trovando terreno fertile in Canada e in Europa, dove si affermò come strumento ordinario di assistenza materiale. In Europa, la prima esperienza fu quella delle *Banques Alimentaires* di Parigi, avviata nel 1984 (European Food Banks Federation n.d.). Due anni dopo, nel 1986, nacque la Federazione Europea dei Banchi Alimentari (FEBA), con l'obiettivo di coordinare e promuovere la diffusione di queste iniziative nei diversi paesi. In Italia, le prime esperienze risalgono all'inizio degli anni Novanta: già nel 1989, venne istituito il Banco Alimentare, che negli anni successivi sviluppò una rete capillare a livello nazionale, diventando l'organizzazione di riferimento per il recupero e la redistribuzione delle eccedenze (Pesenti e Rovati 2015).

Le origini dell'aiuto alimentare europeo: dal Piano Marshall al PEAD

Fino alla metà degli anni Ottanta, prima dell'avvio di programmi europei specifici, gli interventi nazionali di distribuzione di derrate alimentari erano presenti ma sporadici e occasionali. Nel periodo precedente, l'unico piano di aiuti su vasta scala era stato quello legato al Piano Marshall, che tra il 1948 e i primi anni Cinquanta prevedeva anche la fornitura di generi alimentari di base come parte della strategia di ricostruzione postbellica (Inaudi 2015).

L'avvio del Programma Europeo di Aiuti agli Indigenti (PEAD) nel 1987 segnò l'ingresso formale dell'Unione Europea nell'ambito dell'aiuto alimentare, con una logica che rispecchiava più le priorità agricole che una strategia sociale. La decisione di distribuire scorte di burro, carne e latte accumulate nei magazzini comunitari nacque come misura emergenziale, giustificata dall'ondata di freddo di quell'inverno, e solo successivamente si consolidò in un programma strutturato (Caraher 2015; Madama 2025). L'iniziativa, accolta favorevolmente dagli Stati membri e dalle organizzazioni caritative coinvolte, mostrò come le eccedenze prodotte dalla Politica Agricola Comune — i cosiddetti *butter mountains* e *wine lakes* — potessero essere trasformate in una risorsa politica (Reinhorn 2007). Da

un lato si riducevano i costi di stoccaggio e si sosteneva l'equilibrio dei mercati; dall'altro si offriva una giustificazione sociale all'impiego delle eccedenze (Ferrera 2005; Riches e Silvasti 2014). Non a caso, la gestione del programma fu affidata alla Direzione Generale Agricoltura della Commissione europea: se alcune organizzazioni lo interpretarono come un'iniziativa sociale, i funzionari responsabili ribadirono costantemente che si trattava di un intervento economico legato alla PAC, e non di una misura di politica sociale o sanitaria (Caraher 2015).

Dal PEAD al FEAD: la trasformazione dell'aiuto alimentare europeo

Il superamento del PEAD e la nascita del FEAD nel 2014 segnarono un passaggio cruciale nella traiettoria europea dell'aiuto alimentare. Con il venir meno delle eccedenze agricole, a seguito delle riforme della PAC che ridussero progressivamente gli stock di intervento (Madama 2016; 2025), l'Unione fu costretta a ridefinire la base giuridica e finanziaria del programma, spostandolo dalla Politica Agricola Comune alla Politica di Coesione, all'interno del Fondo Sociale Europeo. Si trattò di un cambiamento politico prima ancora che tecnico: la fine del PEAD mise in discussione la legittimità dell'aiuto alimentare come politica agricola e ne sancì la trasformazione in strumento sociale,

sebbene non ancora inquadrato in una strategia organica di contrasto alla povertà alimentare (Caraher 2015).

Il FEAD venne presentato come risposta europea alla “grave deprivazione materiale”, non come parte di una politica di *food security* (European Commission 2012). Pur introducendo obiettivi più ampi di inclusione e coesione sociale e strumenti innovativi rispetto al PEAD, nella pratica la maggior parte delle risorse continuò a finanziare la distribuzione alimentare, affidata alle reti caritative (Madama 2016; European Court of Auditors 2019). In questo senso, il FEAD rappresentò più un’evoluzione del ruolo dell’UE nelle politiche sociali che una vera svolta nelle strategie di contrasto alla povertà alimentare, confermando la tendenza europea a trattare il tema come questione di marginalità estrema piuttosto che come fenomeno sociale diffuso (Riches e Silvasti 2014).

Il banco di prova della pandemia e la transizione all’ESF+

La pandemia di Covid-19 costituì un banco di prova per i programmi pubblici di aiuto alimentare: i beneficiari aumentarono sensibilmente e furono introdotti strumenti più flessibili, come voucher e consegne a domicilio (Madama 2025). Questa fase si è conclusa con la confluenza del

fondo nel nuovo ESF+ (2021–2027), che ha razionalizzato il quadro dei finanziamenti e collocato l’aiuto alimentare all’interno di una cornice più ampia di politiche sociali e di inclusione. Tuttavia, nonostante l’ampliamento formale degli obiettivi, anche nel nuovo assetto l’assistenza alimentare e materiale rimane lo strumento centrale di intervento (Social Innovation Plus 2023).

In sintesi, il FEAD ha rappresentato un passaggio istituzionale rilevante, segnando lo spostamento dalla logica agricola della PAC a quella della coesione sociale. Tuttavia, nonostante l’ampliamento formale degli obiettivi — includendo coesione e inclusione sociale accanto alla distribuzione di aiuti materiali — la maggior parte delle risorse è rimasta concentrata sulla fornitura di beni alimentari, gestita attraverso reti caritative. In questo senso, il fondo ha funzionato come rete di protezione per i gruppi più vulnerabili, ma con risorse limitate e un impatto ridotto sulla riduzione strutturale della povertà (European Court of Auditors 2019).

Il forte coinvolgimento del terzo settore ha garantito capillarità ed efficacia nel raggiungere i gruppi più vulnerabili, ma ha anche consolidato un modello di intervento fondato sulla carità più che su diritti sociali esigibili, rafforzando l’idea di un *welfare* parallelo, frammentato e residuale (Riches e Silvasti 2014; Lambie-Mumford 2017).

La transizione al Fondo Sociale Europeo Plus (Reg. UE 2021/1057) rappresenta un tentativo di superare, almeno in parte, questi limiti. La priorità dedicata al sostegno materiale è stata mantenuta, ma collocata all'interno di programmi più ampi di inclusione sociale: da un lato, restano procedure semplificate per l'erogazione di beni alimentari e materiali; dall'altro, tali strumenti sono più chiaramente connessi a misure di accompagnamento, attivazione e inclusione (Madama 2025). Ne deriva un impianto che non supera la natura residuale dell'aiuto alimentare, ma apre la possibilità di collocarlo in una cornice più vicina alla promozione dei diritti sociali e a una concezione meno emergenziale del sostegno.

Un modello ancora incompiuto: i limiti strutturali e il caso italiano

Rimane tuttavia irrisolto un nodo centrale: l'aiuto alimentare, pur inserito in un quadro più inclusivo e talvolta reso più flessibile — come nel caso dei voucher in Spagna (Social Innovation Plus 2023) — continua a configurarsi come risposta limitata e parziale. È la stessa logica dell'aiuto materiale che lo rende residuale, perché la povertà alimentare non è affrontata come parte integrante di una strategia organica di contrasto alla povertà e alle disuguaglianze, ma resta confinata a misure di assistenza di base, con un impatto

marginale sulla riduzione strutturale del fenomeno.

L'esperienza italiana evidenzia con particolare chiarezza questi limiti. Sebbene il termine "povertà alimentare" compaia nel Programma Nazionale Inclusione 2021–2027, esso non è accompagnato da una definizione né da una strategia coerente di intervento (Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali 2022). La cosiddetta "risposta" resta confinata alla distribuzione gratuita di beni alimentari — pacchi, mense, empori sociali, unità mobili — destinata a persone in grave deprivazione materiale. Un approccio centrato quasi esclusivamente sull'aiuto materiale, che non coglie la natura multidimensionale della povertà alimentare e non ne affronta le radici strutturali.

5.6. Il variegato universo dell'aiuto alimentare

5.6.1. Tipologie e modalità di distribuzione

Come accennato, le esperienze di assistenza alimentare solidale (CFP) sono estremamente diversificate, pur condividendo come minimo comune denominatore la donazione di cibo. Alcune realtà si concentrano esclusivamente sulla distribuzione di pacchi alimentari provenienti dalle filiere del dono, sia private sia

istituzionali. Queste spaziano da piccole iniziative parrocchiali o di base — come le *food pantries* — a organizzazioni più strutturate, in grado di rispondere a una domanda di aiuto più ampia e collegate al sistema dei banchi alimentari.

La distribuzione può avvenire in due modalità: tramite la consegna di spese preconfezionate, determinate dalla disponibilità dei prodotti, oppure attraverso formule che mirano a offrire maggiore dignità e possibilità di scelta, come gli empori solidali o i *social markets* (De Benedictis *et al.* 2025; Berti e Valzania 2025). In Italia, ad eccezione di poche esperienze come quella di Terza Settimana, queste iniziative assumono prevalentemente la forma di empori gratuiti: le persone non pagano nulla, ma “fanno la spesa” scegliendo tra i prodotti donati, secondo modalità che richiamano la normalità di un supermercato — tessera a punti, scaffali ordinati, carrelli, e così via. In altri Paesi, come il Regno Unito, prevale invece il modello del supermercato solidale vero e proprio, che prevede il pagamento di una quota associativa settimanale minima e la possibilità di acquistare a prezzi calmierati (Saxena e Tornaghi 2018; Ranta *et al.* 2024). In questo contesto si collocano anche i *food club*, una forma di *social market* che combina l'accesso regolare a cibo fresco e nutriente con una dimensione

relazionale e comunitaria: non solo distribuzione a prezzi ridotti, ma anche spazi di socialità e sostegno reciproco, capaci di rafforzare il benessere e ridurre l'isolamento sociale (Feeding Britain 2025).

5.6.2. Le filiere del recupero e il ruolo delle eccedenze

Queste esperienze si alimentano di filiere diverse a seconda del contesto: donazioni dell'industria agroalimentare, eccedenze provenienti dalla grande distribuzione e dal settore privato, donazioni nonché programmi di aiuto istituzionale come il FES Plus. In questo quadro, le eccedenze costituiscono una risorsa strutturale per il funzionamento dell'intero sistema di assistenza alimentare. Su questo fronte si sono sviluppate organizzazioni specializzate — come *FareShare* nel Regno Unito²⁷ — che recuperano eccedenze lungo l'intera filiera agroalimentare e le redistribuiscono a enti di beneficenza e organizzazioni comunitarie, contribuendo a rafforzare l'infrastruttura complessiva dell'aiuto alimentare.

In Italia, il recupero delle eccedenze viene portato avanti su scala territoriale, in modo più o meno sistematico, da quasi tutte le principali realtà di aiuto alimentare. A queste si affiancano progetti e iniziative più mirate, come quelle

²⁷ <https://fareshare.org.uk/>

focalizzate sui mercati rionali (*Food Pride*²⁸, *ReCup*²⁹), oppure esperienze pubblico-private come gli *hub contro lo spreco* promossi dal Comune di Milano in collaborazione con le organizzazioni del terzo settore³⁰, nonché iniziative di recupero e redistribuzione come *Magazzini Sociali* (Potenza)³¹.

5.6.3. Pratiche comunitarie e innovazione sociale

Accanto alle forme più diffuse di distribuzione, si sono affermate — soprattutto nei paesi anglosassoni — esperienze comunitarie orientate alla socialità, alla riduzione dello stigma, al contrasto della solitudine e al rafforzamento delle capacità individuali. In Canada, i *Community Food Centres* (CFC) offrono spazi dove si condividono pasti, si apprendono pratiche di coltivazione e di cucina sana e si promuove l'*advocacy* per un "buon cibo per tutti", secondo un approccio volto a rafforzare l'*agency* e a preservare la dignità delle persone (Bedore 2018; Andriessen e van der Velde 2024). Nel Regno Unito, reti indipendenti di aiuto alimentare si sono ispirate a modelli analoghi: l'*Independent Food Aid Network* (IFAN) rappresenta oggi una componente

significativa dell'offerta di aiuto non affiliato ai grandi circuiti caritativi (Raphael 2025).

In Italia, l'aiuto alimentare di ispirazione comunitaria si inserisce in un ecosistema eterogeneo di attori locali — associazioni, reti civiche, enti di prossimità — in cui principi come mutualismo, riduzione dello stigma, socialità e rafforzamento delle capacità orientano pratiche che vanno oltre la mera distribuzione di cibo. Si tratta di esperienze innovative e contestualizzate, modellate sui bisogni dei territori e sulle risorse effettivamente disponibili, spesso solo parzialmente istituzionalizzate e quindi difficili da replicare in altri contesti.

Proprio per la loro natura, queste pratiche non sono facilmente riconducibili a categorie rigide. Per comprenderle in modo più sistematico, è utile considerare alcune dimensioni chiave. Anzitutto, il livello di innovazione: non si tratta solo di distribuire cibo, ma di attivare percorsi orientati a obiettivi più ampi — socialità, inclusione, partecipazione, empowerment. Un secondo criterio riguarda il grado di istituzionalizzazione, ovvero quanto queste esperienze siano stabili,

²⁸ https://ojs.unito.it/index.php/recibo/article/view/7912/6647?utm_source=chatgpt.com

²⁹ https://www.ilfattoquotidiano.it/2025/02/05/seconda-vita-frutta-verdura-invenduti-mercati-volontari-recup-video/7863774/?utm_source=chatgpt.com

³⁰ https://www.comune.milano.it/-/food-policy.-la-rete-degli-hub-aiuto-alimentare-si-consolida-nel-2024-recuperate-oltre-795-tonnellate-di-cibo-il-25-in-piu-rispetto-al-2023?utm_source=chatgpt.com

³¹ <https://www.magazzinisociali.com/>

riconosciute e sostenute nel tempo. Un ulteriore elemento riguarda le narrazioni che le sostengono: i modi in cui si legittimano, si raccontano e costruiscono senso attorno alla propria azione. Centrale è poi la trama di relazioni che le tiene insieme, in connessione con l'ecosistema più ampio degli attori civici e sociali, attraverso reti di collaborazione e coordinamento. Infine, queste pratiche possono essere lette anche come spazi in cui emergono istanze politiche e obiettivi di *advocacy*, capaci di interrogare il sistema più ampio delle politiche sociali e alimentari.

5.6.4. Cibo, relazioni e spazi di comunità

Questa prospettiva consente di cogliere non solo la formazione e l'evoluzione di queste esperienze nel tempo, ma anche il modo in cui vengono vissute e attraversate dalle persone in condizione di povertà alimentare, che le percepiscono non semplicemente come un supporto materiale, ma come luoghi di relazione, riconoscimento e attivazione (Oncini 2025).

Accanto alle forme di assistenza alimentare solidale, in molti Paesi sono diffuse mense, cucine e orti di comunità (Iacovou *et al.* 2013; Loopstra e Tarasuk 2013). Nella letteratura si distingue tra *soup kitchens* — con una tradizione caritatevole e assistenzialista,

basata sull'offerta di pasti pronti e gratuiti ma spesso associata a forme di stigma — e *community kitchens*, fondate invece sulla partecipazione attiva: i beneficiari cucinano insieme, condividono i pasti e sviluppano competenze pratiche e relazionali (Williams 2016).

Questi interventi affiancano la distribuzione di cibo con spazi di socialità, attività educative (cucina, alimentazione, coltivazione), occasioni di partecipazione e, in alcuni casi, percorsi di responsabilizzazione personale e collettiva. Le mense e le cucine di comunità contribuiscono così a ridurre stigma e solitudine, offrendo pasti in ambienti accoglienti e relazionali (Garthwaite 2016; Andriessen e van der Velde 2024). Gli orti comunitari, oltre a sostenere piccole forme di autoproduzione, rafforzano i legami di vicinato e favoriscono lo sviluppo di competenze pratiche e relazionali (Hume *et al.* 2022; Collins *et al.* 2014).

In Italia, prevalgono ancora le mense tradizionali, in gran parte di matrice caritativa, ma si stanno sviluppando anche esperienze più innovative vicine al modello delle *community kitchens*. Tra queste, le Cucine Popolari di Bologna³², che uniscono pasti e momenti di socialità in ambienti accoglienti; i Refettori promossi da *Food for*

³² <https://www.cucinepopolari.org/chi-siamo/>

*Sou*³³, che trasformano eccedenze alimentari in pasti di qualità con attenzione a dignità e inclusione; e le Cucine Solidali di Torino³⁴, nate come risposta comunitaria alla crisi e oggi esempio di mutualismo urbano che coniuga preparazione di pasti, reti di prossimità e coinvolgimento diffuso di volontari e realtà locali. A queste si aggiungono altre iniziative di cucina comunitaria e di prossimità in diverse città italiane, spesso sperimentali e difficili da sistematizzare, ma accomunate dall'obiettivo di andare oltre l'assistenza materiale per valorizzare relazioni, partecipazione e dignità.

5.6.5. Nutrire a scuola: programmi di colazione e modelli educativi

I programmi di *school breakfast* o *feeding programmes* mirano a garantire ai bambini una colazione nutriente a scuola, con l'obiettivo di migliorare salute, frequenza scolastica e capacità di apprendimento. A livello internazionale, tali iniziative assumono forme diverse.

In alcuni casi si tratta di programmi pubblici universali: in Galles, ad esempio, dal 2004 è attivo un programma governativo che offre ogni anno milioni di colazioni

gratuite nelle scuole primarie (Brophy e Woolley 2022). In Inghilterra, il *National School Breakfast Programme* — finanziato dal *Department for Education* e gestito da *Family Action* — sostiene oltre 2.700 scuole con un contributo del 75% sui costi, rivolgendosi in particolare agli istituti con la più alta incidenza di studenti in povertà (Bogiatzis-Gibbons *et al.* 2021).

In altri contesti, come il Canada, programmi analoghi hanno un respiro nazionale ma si basano su reti miste pubblico-private, con un ruolo centrale del volontariato e delle comunità locali (Raphael 2025). Accanto alle iniziative pubbliche, si sviluppano anche progetti promossi dal terzo settore o da soggetti privati che integrano l'offerta istituzionale: nel Regno Unito, ad esempio, l'associazione *Magic Breakfast*³⁵ collabora con le scuole per fornire pasti mattutini regolari, riducendo barriere di accesso e stigma.

In Italia non si è sviluppato un programma nazionale strutturato di colazione scolastica. Le iniziative esistenti sono prevalentemente promosse dal terzo settore e da partnership pubblico-private: un esempio è il progetto *Breakfast Club*, avviato dalla Croce Rossa Italiana in collaborazione con Kellanova³⁶, che fornisce migliaia di

³³ <https://foodforsoul.it/it/>

³⁴ <https://www.cucinesolidali.it/>

³⁵ <https://www.magicbreakfast.com/>

³⁶ <https://cri.it/crocerossa-kellanova>

colazioni a studenti di scuole primarie e secondarie, unendo l'offerta alimentare ad attività educative e ricreative. Queste esperienze, pur rilevanti, restano limitate nella scala e nella continuità, dipendono da finanziamenti privati e dal volontariato e non sono universalmente accessibili. Ciò evidenzia una differenza significativa rispetto ai casi britannici e canadesi: in Italia la colazione a scuola è trattata come un intervento complementare e progettuale, piuttosto che come una politica pubblica strutturata.

5.6.6. Una mappa complessa e in trasformazione

Questa rassegna — necessariamente rapida e non esaustiva — delle diverse tipologie di assistenza alimentare solidale mette in luce la complessità e l'eterogeneità delle pratiche esistenti, difficili da classificare se non in termini molto generali (Tabella 5.1). Esse si collocano lungo un continuum di innovazione: da iniziative che si limitano alla raccolta e redistribuzione delle eccedenze, con l'obiettivo principale di rafforzare le filiere e incrementare le donazioni, a progetti che invece lavorano sulla trasformazione del cibo, sulla costruzione di relazioni e sulla riduzione dello stigma associato agli alimenti distribuiti.

Allo stesso modo, le esperienze che si presentano come “di comunità” non sempre riescono a adottare pienamente approcci realmente partecipativi (Ohmer 2022; Camarlinghi e d'Angella 2023): in alcuni casi rimangono un obiettivo dichiarato ma non realizzato, in altri producono risultati concreti in termini di rafforzamento dei legami locali e di creazione di reti di scambio e sostegno che travalicano le filiere di aiuto tradizionali.

Alcune realtà affrontano la povertà alimentare nella sua dimensione multidimensionale, lavorando su aspetti psicologici, emotivi, sociali e relazionali; altre si propongono questo obiettivo ma, nella pratica, restano ancorate a modelli più tradizionali di distribuzione. Anche le cornici di senso entro cui l'aiuto viene interpretato variano: in alcuni casi prevale la logica dell'auto-aiuto, della solidarietà e della cittadinanza attiva; in altri l'intervento si radica nella tradizione della carità religiosa, in particolare cattolica. Ne emerge un ecosistema complesso e diversificato, in cui pratiche simili possono assumere significati, obiettivi e modalità operative profondamente differenti.

Un tema cruciale riguarda l'impatto effettivo dell'aiuto alimentare sull'insicurezza alimentare. In generale, queste pratiche non sono in grado di incidere sulle cause strutturali del problema — disuguaglianze economiche e sociali, precarietà lavorativa,

TABELLA 5.1 Forme di aiuto alimentare solidale in Italia

Modello	Attori principali / realtà	Punti di forza	Criticità	Esempi concreti
Modello <i>Food bank</i> (hub logistico e Sistema di distribuzione)	Rete Banco Alimentare (nazionale, sezioni regionali); Banco delle opere di carità	Copertura nazionale, capacità logistica, connessione con programmi pubblici (FES Plus/FNI) e GDO	Dipendenza da eccedenze e filiere industriali; rischio istituzionalizzazione caritativa	Rete Banco Alimentare; Croce Rossa Italiana (CRI); Banco delle opere di Carità; Sant'egidio
<i>Soup kitchen</i> (mense sociali/tradizionali)	Caritas, mense religiose, associazioni locali	Risposta immediata, capillarità, accesso a pasti pronti	Modello caritatevole, rischio stigma, poca scelta/autonomia	Mensa Caritas diocesana, Opera San Francesco (Milano)
<i>Community kitchen</i> (cucine di comunità)	Realtà civiche e associazioni di prossimità	Partecipazione attiva, socialità, riduzione stigma, empowerment	Diffusione limitata, difficoltà di sostenibilità e replicabilità	Cucine Popolari (Bologna), Cucine solidali (Torino)
Empori solidali (<i>social market</i> gratuiti con tessera a punti)	Reti Caritas, CSV, associazioni locali	Maggiore autonomia attraverso scelta diretta, organizzazione strutturata, supporti integrativi	Dipendenza da donazioni, costi gestionali elevati, differenze territoriali	Empori Caritas; Rete Empori Solidali Emilia-Romagna; Solidando (IBVA Milano); Nonna Roma (Roma)
Supermercati sociali a prezzo calmierato	Associazione Terza Settimana (Torino, Milano)	Acquisto dignitoso a costi ridotti, logica simile a modello inglese	Esperienze rare, non diffuse in Italia, sostenibilità economica incerta	Social Market Terza Settimana (Torino, Milano)
Orti urbani a fini sociali	Reti civiche, associazioni, comuni	Socialità, educazione alimentare e ambientale, empowerment	Impatto limitato su insicurezza alimentare, difficoltà di coinvolgimento	Food Pride (Torino), RePoPP (Torino), orti solidali comunali (Roma, Bologna)
Reti e progetti di recupero eccedenze	Rete Banco alimentare; moltissime realtà territoriali in Italia	Possibilità di trasformare il cibo recuperato in progetti sociali innovativi (es. cucine comunitarie, laboratori, refettori).	Stigma legato al "cibo di scarto"; scarso livello di innovazione; rafforzamento della filiera GDO senza ridurre sprechi strutturali; impiego elevato di risorse e logistica a fronte di quantità limitate recuperate (soprattutto per il fresco a fine vita).	ReCup (Milano, Roma), Food Pride (Torino); Ricibo (Genova); Magazzini Sociali (Potenza); Rete Hub contro lo Spreco (Milano)

Fonte: Nostra elaborazione

povertà abitativa e educativa. Tuttavia, perseguono obiettivi altrettanto rilevanti rispetto alla mera distribuzione di cibo: contrastare l'esclusione sociale, rafforzare i legami di solidarietà, promuovere forme di *agency* individuale e collettiva, e mitigare gli effetti della povertà alimentare intervenendo sul rafforzamento delle capacità delle persone e delle comunità. In questa prospettiva, l'aiuto alimentare non va inteso soltanto come risposta a un bisogno materiale o come strumento di mitigazione immediata, ma anche come spazio di prevenzione di condizioni più gravi di deprivazione. In molti casi, la donazione di beni essenziali rappresenta un primo passo per intercettare situazioni di vulnerabilità, da cui avviare percorsi più ampi di inclusione sociale e lavorativa, che si sviluppano oltre il cibo.

Resta tuttavia evidente che l'aiuto alimentare, da solo, non è sufficiente. L'innovazione delle pratiche — rendendole più partecipate, comunitarie e orizzontali — è condizione necessaria per rafforzarne l'impatto, ma deve inserirsi in strategie politiche più ampie, capaci di agire sulle disuguaglianze strutturali e di promuovere, anche attraverso percorsi di *advocacy*, politiche di effettiva sicurezza alimentare.

5.7. Il modello *food bank*

Il modello *food bank* non rappresenta soltanto un dispositivo logistico-organizzativo, ma un vero e proprio approccio all'aiuto alimentare. Proprio questa dimensione ne ha favorito l'istituzionalizzazione, la diffusione e l'integrazione con il sistema agro-alimentare industriale. Allo stesso tempo, in quanto infrastruttura logistica centralizzata, ha esercitato una forte influenza sulle modalità di raccolta e distribuzione degli aiuti alimentari da parte delle molteplici realtà di base e locali. Non solo: tale rete è progressivamente divenuta l'ossatura attraverso cui si sono innestati i programmi istituzionali europei e successivamente nazionali.

Lo sviluppo del "sistema dei banchi alimentari" presenta traiettorie simili nei diversi Paesi ad alto reddito, ma mostra anche specificità legate sia alle caratteristiche dei sistemi di *welfare* e dei loro attori — in una prospettiva storica e attuale — sia al contesto politico, istituzionale culturale ed economico entro cui tali sistemi si sono sviluppati e consolidati (Riches e Silvasti 2014; Lambie-Mumford e Loopstra 2020). Nonostante le differenze legate ai contesti nazionali, ai modelli di *welfare*, ai sistemi socioassistenziali e alla tipologia di attori coinvolti (profit e non profit), il modello *food bank* presenta alcune caratteristiche

comuni che ne definiscono la fisionomia di fondo (Tabella 5.2).

5.7.1. Una rassegna critica tra contesto internazionale e il caso italiano

Esiste un'ampia letteratura che ha analizzato limiti e criticità del sistema dei *food bank*, in particolare nel contesto anglosassone (Loopstra e Lambie-Mumford 2023). Le ricerche condotte nei paesi occidentali hanno esaminato il rapporto tra insicurezza alimentare e ricorso ai banchi alimentari (Loopstra e Tarasuk 2012; Bazerghi *et al.* 2017; Tarasuk *et al.* 2019), approfondendo anche la qualità nutrizionale degli alimenti distribuiti (Oldroyd *et al.* 2022; Simmet *et al.* 2017), le esperienze vissute dalle persone che ne fanno uso (Garthwaite 2016; Andriessen 2023) e le implicazioni etiche e politiche derivanti dal fatto che siano enti caritativi a farsi carico di bisogni sociali fondamentali (Lambie-Mumford e Dowler 2015; Lambie-Mumford 2019).

In Italia, al contrario, manca ancora un'analisi sistematica del modello delle *food bank* e delle sue criticità. Sono poche, inoltre, le ricerche che abbiano indagato in modo approfondito aspetti cruciali come l'impatto complessivo del sistema, la prospettiva di chi beneficia dell'aiuto alimentare e la qualità o l'adeguatezza nutrizionale del cibo distribuito.

Da un lato, come già evidenziato, l'aiuto alimentare nel nostro Paese è fortemente radicato a livello territoriale: ne derivano modelli ibridi che si ispirano all'esperienza dei banchi alimentari, ma che al tempo stesso si adattano ai contesti locali, producendo soluzioni che mediano tra un modello importato e le specificità dei territori. Dall'altro lato, l'introduzione del modello delle *food bank* — avvenuta alla fine degli anni Ottanta con la nascita del Banco Alimentare — non si è sviluppata in un vuoto, ma si è innestata su un panorama già caratterizzato dalla presenza di organizzazioni come Caritas, impegnate da tempo nell'aiuto alimentare e materiale. A queste si sono poi aggiunte, con modalità e tempi diversi, realtà come la Croce Rossa e la Comunità di Sant'Egidio, che hanno integrato la distribuzione alimentare all'interno di missioni sociali più ampie.

Questo processo ha generato una configurazione peculiare: il sistema italiano è plurale e diversificato, difficilmente riconducibile a un unico modello. Solo in seguito, con la costruzione della governance degli aiuti istituzionali, si è raggiunto un primo livello di coordinamento, pur mantenendo finalità e logiche operative differenti.

TABELLA 5.2 **Caratteristiche principali del modello *food bank***

Caratteristica	Descrizione
Struttura centralizzata e di secondo livello	Le <i>food bank</i> generalmente non distribuiscono direttamente ai beneficiari finali, ma raccolgono grandi quantità di alimenti (eccedenze, donazioni, acquisti) per poi ridistribuirli a una rete di enti locali. Funzionano come <i>hub</i> logistici con magazzini e sistemi di stoccaggio.
Basate sulla donazione	Si fondano sul recupero di eccedenze alimentari dall'industria, dalla Grande Distribuzione Organizzata (GDO), da campagne di raccolta o programmi pubblici. La logica resta caritativa, dipendente dalla disponibilità dei donatori.
Dipendenza dal volontariato	La gestione operativa è resa possibile dal coinvolgimento di grandi numeri di volontari/ie che si occupano di logistica, selezione e distribuzione.
Ruolo istituzionale crescente	Nate come risposte emergenziali negli anni '80-'90, si sono progressivamente istituzionalizzate, divenendo partner riconosciuti nei programmi pubblici, ad esempio nella distribuzione di fondi europei come il PEAD/FEAD.
Rete nazionale e sovranazionale	Sono coordinate da reti nazionali (es. Fondazione Banco Alimentare in Italia, The Trussell Trust nel Regno Unito) e internazionali (es. FEBA – European Food Banks Federation).
Logica caritativa/emergenziale	Pensate come risposta immediata alla mancanza di cibo, non come strumenti strutturali di contrasto alla povertà. Sono criticate perché creano dipendenza e stigmatizzazione senza affrontare le cause della povertà alimentare.
Prevenzione dello spreco alimentare	La lotta allo spreco alimentare è parte integrante della loro missione: il recupero e la redistribuzione delle eccedenze sono concepiti come strumenti per garantire sicurezza alimentare e sostegno alle persone in difficoltà.
Legame strutturale con il sistema industriale agroalimentare	Il modello <i>food bank</i> si caratterizza per un legame strutturale con il sistema agro-industriale, dal quale dipende per il proprio approvvigionamento: le eccedenze e le donazioni delle filiere alimentari ne costituiscono la base operativa e, al tempo stesso, rappresentano per le imprese un canale di responsabilità sociale.

Fonte: Nostra elaborazione

A partire da queste considerazioni, è utile introdurre uno schema interpretativo delle critiche al modello delle *food bank*, che trova un riferimento fondamentale nel

lavoro seminale di Janet Poppendieck alla fine degli anni Novanta. Nonostante l'evoluzione dei contesti e delle pratiche, molte delle sue osservazioni restano

ancora attuali e mettono in luce la scarsa propensione del sistema degli aiuti alimentari a rinnovarsi. Ciò è legato alla natura stessa di questo approccio, concepito per rispondere a un bisogno immediato attraverso interventi di tipo emergenziale, senza un chiaro obiettivo trasformativo. Nel 1998 Poppendieck formulò i cosiddetti *Seven Deadly “Ins”* dell’assistenza alimentare caritativa — *inaccessibility* (inaccessibilità), *inadequacy* (inadeguatezza), *inappropriateness* (inappropriatezza qualitativa), *indignity* (perdita di dignità), *inefficiency* (inefficienza), *insufficiency* (limitatezza) e *instability* (instabilità) — evidenziando problemi strutturali che ancora oggi caratterizzano in larga misura il funzionamento delle *food bank* e di altri sistemi di redistribuzione del cibo (Poppendieck 1998).

Una rassegna critica successiva di McIntyre *et al.* (2015) ha confermato la persistenza di queste problematiche ed esteso la critica, aggiungendo ulteriori cinque dimensioni: *ineffectiveness* (inefficacia), *inequality* (disuguaglianza), *institutionalization* (istituzionalizzazione), *invalidation*

of entitlements (negazione dei diritti) e *invisibility* (invisibilità)³⁷.

Sulla base di questo duplice schema interpretativo — quello proposto da Poppendieck e quello ampliato da McIntyre *et al.* — nelle sezioni successive passeremo in rassegna le diverse criticità individuate, cercando, laddove possibile, di leggerle anche alla luce delle peculiarità del contesto italiano e delle specificità che caratterizzano il suo sistema di aiuto alimentare.

Un chiarimento preliminare è necessario. Evidenziare le criticità del sistema degli aiuti alimentari non significa mettere in discussione né delegittimare il lavoro delle organizzazioni e delle associazioni che, in tutta Italia, operano quotidianamente per garantire l’accesso al cibo a persone e famiglie in difficoltà. Il loro contributo è fondamentale e, in molti casi, ha dato vita a forme di intervento innovative, capaci di costruire reti territoriali e di sperimentare approcci collaborativi con il *welfare* locale.

La riflessione proposta qui si concentra invece sulla configurazione complessiva del sistema istituzionalizzato di aiuto alimentare: è questa cornice, per

³⁷ La sezione relativa all’“invisibilità” dell’insicurezza alimentare, così come discussa in Reynolds e Miroso (2023) e in altri contributi sul contesto canadese e britannico, non è stata qui integrata. Da un lato, alcuni passaggi sono già stati trattati in altre parti del testo; dall’altro, la specifica dinamica di “normalizzazione” della *food bank* attraverso la loro esposizione pubblica e politica non appare del tutto pertinente al caso italiano, dove il tema ha assunto forme diverse e meno consolidate.

come si è consolidata negli ultimi decenni, a presentare limiti strutturali nel contrasto alla povertà alimentare. Da un lato, l'assistenza alimentare tende a riprodurre una logica emergenziale, centrata sulla distribuzione di beni di prima necessità e caratterizzata da margini di scelta molto ridotti per i beneficiari. Dall'altro, rischia di depoliticizzare la questione della povertà alimentare, spostando l'attenzione dalle cause strutturali — reddito, lavoro, disuguaglianze sociali — alla gestione delle eccedenze e alla logica caritativa.

In Italia, come abbiamo visto, queste dinamiche si sono radicate progressivamente attraverso il consolidamento dei programmi pubblici nazionali ed europei (dal PEAD al FEAD, fino al nuovo FSE+), che hanno stabilizzato nel tempo l'infrastruttura degli aiuti alimentari, e attraverso la collaborazione con il settore agroindustriale, sostenuta dalle politiche di recupero e redistribuzione delle eccedenze. A livello locale, soprattutto dopo la pandemia di Covid-19, si sono sviluppati sistemi più coordinati di cooperazione con i servizi sociali e con le politiche urbane del cibo (*Food Policy*).

Questi sviluppi mostrano come non manchino esperienze innovative e sperimentazioni di governance partecipata. Tuttavia, il nodo di fondo resta irrisolto: l'aiuto alimentare continua a configurarsi

prevalentemente come risposta emergenziale e parziale, più che come strumento capace di incidere sulle determinanti strutturali dell'insicurezza alimentare e di affermare pienamente il diritto al cibo.

Inaccessibilità

Nel contesto internazionale, diversi studi hanno evidenziato come gli orari ridotti e la limitata apertura settimanale dei centri di distribuzione alimentare rendano l'accesso difficoltoso, soprattutto per chi lavora o non dispone di adeguati mezzi di trasporto. In Italia, l'indagine condotta a Roma da Scannavacca e Manetti (2025) non approfondisce il tema degli orari, ma evidenzia comunque aspetti che richiamano la questione dell'"inaccessibilità": la diffusione della distribuzione tramite pacchi alimentari come forma prevalente di aiuto e le difficoltà di accesso incontrate da gruppi particolarmente vulnerabili. In particolare, le persone con disabilità e quelle senza fissa dimora risultano significativamente meno raggiunte dal sistema di sostegno, rispettivamente a causa di ostacoli legati alla ricezione diretta dell'aiuto e della complessità delle procedure di monitoraggio. Questi dati mostrano come, anche nel contesto italiano, permangano barriere strutturali che limitano la capacità del sistema di rispondere in modo equo ai bisogni delle persone in una condizione di vulnerabilità.

Inadeguatezza

Un'altra critica riguarda l'inadeguatezza del cibo distribuito, cioè la difficoltà degli aiuti alimentari di rispondere pienamente sia alle esigenze nutrizionali sia alle preferenze delle persone che vi accedono. La dipendenza dalle eccedenze e dalle donazioni fa sì che la qualità e la composizione dei pacchi alimentari siano determinate più dalla disponibilità del settore produttivo e distributivo che dai bisogni dei beneficiari. Ne derivano carenze nutrizionali, scarsa varietà e quantità limitate, che coprono solo pochi giorni del fabbisogno mensile. Questo riduce la capacità dell'aiuto alimentare di garantire una dieta equilibrata e contribuisce a sentimenti di stigma e svalutazione tra chi riceve prodotti percepiti come inadeguati o imposti.

Un'analisi recente dell'Osservatorio sull'insicurezza e la povertà alimentare (OIPA) sulla Città metropolitana di Roma conferma questi limiti. I pacchi alimentari distribuiti risultano composti quasi esclusivamente da cibi confezionati e a lunga conservazione, con una prevalenza di cereali (36%), frutta e verdura conservata (19,3%) e proteine in scatola (18,7%), mentre la quota di alimenti freschi è pressoché assente. Anche nelle bevande emerge un forte squilibrio: il latte rappresenta quasi l'87% del totale, mentre prodotti come l'olio d'oliva, presenti negli anni

precedenti, sono stati esclusi dal paniere (Bernaschi *et al.* 2024).

Ulteriori evidenze emergono dal progetto NutriDono (Fondazione Comitans, Caritas Roma e ADRA Italia 2024), che ha sperimentato un sistema di monitoraggio della qualità nutrizionale dei pacchi destinati a 140 famiglie con minori. Il progetto ha messo in luce come, nella pratica ordinaria, la composizione dei pacchi dipenda fortemente dalla provenienza degli alimenti — in larga parte donazioni aziendali o stock FEAD-AGEA — e come la varietà e la priorità nutrizionale degli alimenti distribuiti risultino spesso limitate rispetto alle raccomandazioni scientifiche. L'utilizzo della web app NutriDono, basata su questi criteri, ha permesso di individuare le principali carenze nutrizionali dei pacchi standard e di proporre correttivi, in particolare per l'alimentazione infantile. I risultati confermano che il problema dell'"inadeguatezza" riguarda non solo la quantità e varietà degli alimenti, ma anche la difficoltà di adattarli alle esigenze specifiche delle famiglie beneficiarie, soprattutto quelle con minori.

Inappropriatezza

Si riferisce al fatto che gli alimenti distribuiti non corrispondono alle preferenze o ai bisogni specifici delle persone che li ricevono. Gli utenti delle *food bank* non dispongono di un reale margine di

scelta e devono accettare ciò che viene offerto, con il rischio di ricevere prodotti di scarsa utilità o percepiti come di minor valore, talvolta anche danneggiati. In contesti sempre più caratterizzati da diversità culturale e religiosa, l'inappropriatezza può inoltre manifestarsi nella mancata attenzione a divieti alimentari o a specifiche abitudini dietetiche, accentuando la distanza tra l'assistenza ricevuta e le necessità effettive dei beneficiari.

Nel contesto italiano, non esistono ancora analisi sistematiche dedicate all'adeguatezza culturale dei prodotti distribuiti dagli enti di assistenza alimentare. Tuttavia, alcuni elementi permettono di individuare una criticità strutturale. I dati mostrano che una quota significativa — e in molti territori prevalente — dei beneficiari è costituita da persone straniere o appartenenti a minoranze culturali, le cui pratiche alimentari sono spesso legate a specifici codici culturali o religiosi. Nonostante ciò, i pacchi di aiuto istituzionali derivanti dal FEAD e dal Fondo Nazionale Indigenti (FNI) risultano fortemente standardizzati, composti quasi esclusivamente da alimenti confezionati e a lunga conservazione, senza un'adeguata considerazione delle abitudini alimentari dei paesi di origine dei beneficiari. Inoltre, la struttura stessa della filiera — basata sul recupero e la gestione delle

eccedenze — rende complesso includere alimenti "etnici" o culturalmente specifici. Ne deriva una condizione in cui il rischio di inappropriatezza è elevato: l'offerta alimentare non risponde né alle preferenze né ai vincoli dietetici di una parte consistente della popolazione assistita, ampliando la distanza tra bisogno espresso e risposta fornita.

Un'ulteriore criticità riguarda le intolleranze e le allergie alimentari, condizioni sempre più diffuse che richiederebbero un'attenzione specifica nella composizione dei pacchi o nei servizi di distribuzione. L'assenza di criteri mirati per gestire queste situazioni espone i beneficiari a ulteriori rischi di esclusione o stigmatizzazione, costringendoli in alcuni casi a rinunciare a parte degli alimenti ricevuti o a rivolgersi a canali informali per soddisfare le proprie necessità.

Perdita di dignità (*Indignity*)

Un aspetto centrale delle critiche riguarda la perdita di dignità che può accompagnare l'aiuto alimentare di tipo caritativo. Le procedure burocratiche, i controlli di accesso e la necessità di dimostrare la propria condizione di bisogno possono generare sentimenti di umiliazione e dipendenza. L'assenza di libertà di scelta rafforza la percezione di un sostegno spersonalizzato, in cui l'assistenza viene vissuta come

concessione e non come diritto. Le dinamiche relazionali possono assumere forme paternalistiche o implicare aspettative di gratitudine, accentuando la vulnerabilità e lo squilibrio di potere tra chi riceve e chi fornisce aiuto. A ciò si aggiungono elementi pratici — ambienti non idonei, lunghe attese, esposizione visibile agli altri — che rendono l'accesso al cibo un'esperienza potenzialmente umiliante. L'impossibilità di esprimere preferenze o desideri, unita alla necessità di accettare ciò che viene offerto, alimenta la sensazione di marginalità e perdita di autonomia.

La perdita di dignità emerge anche nella qualità simbolica e materiale degli alimenti distribuiti. Quando i prodotti sono prossimi alla scadenza, di qualità inferiore o percepiti come “di scarto”, l'esperienza dell'aiuto rischia di veicolare un messaggio implicito di svalutazione. Destinare eccedenze a chi vive in condizioni di povertà contribuisce a riprodurre una gerarchia sociale e simbolica, riassunta nell'espressione “*leftover food for leftover people*” (“cibo di scarto per gli ‘scarti’ della società”). Poiché il cibo è anche veicolo di identità, cultura e riconoscimento sociale, ricevere ciò che altri non vogliono più significa, in molti casi, interiorizzare una forma di esclusione: essere nutriti, ma non pienamente riconosciuti come

eguali (Caraher e Furey 2017; 2018; Alexander 2024).

Inefficienza

Un'altra critica riguarda l'elevato dispendio di risorse umane ed economiche necessario per sostenere il funzionamento del sistema degli aiuti alimentari. Come già osservava Poppendieck, la raccolta, il confezionamento e la distribuzione degli alimenti richiedono una quantità sproporzionata di tempo, energie e costi organizzativi rispetto ai risultati raggiunti. Nonostante decenni di esperienza, la situazione non appare sostanzialmente cambiata: migliaia di volontari e risorse economiche ingenti continuano a essere impiegate per mantenere operazioni di assistenza emergenziale, con un'efficienza complessiva che resta limitata. Ciò solleva interrogativi sulla sostenibilità di lungo periodo del modello e sulla possibilità che tali risorse, se orientate diversamente, possano contribuire a risposte più strutturali e trasformative al problema della povertà alimentare.

Il funzionamento ordinario dell'aiuto alimentare si regge in larga misura sul lavoro volontario e su una mobilitazione logistica continua — raccolta, stoccaggio, confezionamento e distribuzione — che comporta costi organizzativi elevati rispetto ai risultati ottenuti. Si tratta di una caratteristica strutturale già rilevata in passato e tuttora

presente, anche nei contesti dove i sistemi di aiuto risultano più maturi (Dickinson 2017; Handy e Mook 2011). La dipendenza dal volontariato non è neutrale: sposta sul terzo settore oneri che altrimenti graverebbero sul *welfare* pubblico e maschera i costi reali nei bilanci complessivi del sistema. Nelle valutazioni del FEAD, ad esempio, si rileva che i costi del lavoro volontario e parte delle spese gestionali non vengono contabilizzati, con il risultato di sottostimare la spesa pro-capite e di rendere difficile una valutazione accurata dell'efficienza complessiva (Metis GmbH *et al.* 2016).

Questa dinamica è particolarmente evidente nelle filiere di recupero delle eccedenze, dove le organizzazioni del terzo settore si fanno carico quasi interamente delle attività di trasporto, magazzinaggio, selezione, garanzia della sicurezza alimentare (*food safety*) e coordinamento dei volontari. Si tratta di costi e responsabilità rilevanti che non vengono sostenuti dalle imprese donatrici, le quali, al contrario, beneficiano anche di incentivi fiscali per le donazioni. In questo modo, il peso economico e organizzativo della redistribuzione viene trasferito sul non profit, pur non essendo quest'ultimo responsabile della produzione delle eccedenze, generate piuttosto dal funzionamento dei mercati agroalimentari e dalle logiche della distribuzione (ordini, promozioni,

strategie di marketing). A ciò si aggiunge l'imprevedibilità delle forniture: il volume e la tipologia dei prodotti donati dipendono dalla disponibilità del momento e restano in larga misura affidati alla discrezionalità dei singoli supermercati o punti vendita.

La letteratura critica sottolinea come questi schemi possano tradurre in oneri per il terzo settore costi generati dal mercato, offrendo al contempo benefici reputazionali alle imprese — un fenomeno spesso descritto come “*corporate food charity*” — senza incidere sulle cause strutturali dello spreco e della povertà alimentare (Caraher e Furey 2022). In sintesi, un modello di aiuto alimentare che richiede migliaia di ore di volontariato e un costante impiego di risorse logistiche rischia di risultare inefficiente se confrontato con impieghi alternativi di spesa pubblica più trasformativi, orientati al rafforzamento dei redditi, dei diritti sociali e della prevenzione dello spreco alla fonte.

Limitatezza (*insufficiency*)

Poppendieck ha evidenziato come il cibo disponibile nelle *food bank* sia spesso insufficiente a soddisfare i bisogni delle persone assistite e come le scorte tendano a esaurirsi rapidamente. A ciò si aggiunge il fatto che l'aiuto alimentare continua a essere concepito come una risposta emergenziale, rivolta principalmente a situazioni di grave

deprivazione materiale. Tuttavia, i dati mostrano che la deprivazione alimentare materiale e sociale coinvolge anche una quota significativa di persone che non rientrano nelle soglie ufficiali di povertà assoluta o relativa definite da ISTAT (ActionAid 2025).

Come già discusso nel primo capitolo, nei paesi ad alto reddito le forme più diffuse di insicurezza alimentare non sono riconducibili alla fame estrema, ma a condizioni di insicurezza moderata. In questo quadro, l'affidamento dell'intervento pubblico e caritativo all'aiuto alimentare come principale strumento di risposta si rivela parziale: da un lato, non intercetta una parte consistente della popolazione che sperimenta forme di insicurezza alimentare non grave; dall'altro, non affronta in modo efficace le determinanti strutturali e le molteplici conseguenze sociali, psicologiche e sanitarie del fenomeno.

Instabilità

L'instabilità dell'aiuto alimentare deriva dal fatto che la disponibilità e la distribuzione del cibo dipendono da ciò che le *food bank* riescono a raccogliere, con flussi che possono variare di giorno in giorno o interrompersi del tutto. Come mostrato da McIntyre *et al.* (2016), la disponibilità di alimenti, lavoro volontario e donazioni in denaro segue una logica di offerta, non sempre coerente con i bisogni

effettivi delle persone assistite. Le organizzazioni non profit impegnate nella distribuzione non possono contare su un sostegno costante da parte delle istituzioni pubbliche o di altri attori, e molte *food bank* non dispongono di personale retribuito sufficiente, rendendo così le loro attività fragili e discontinue nel tempo.

Questa vulnerabilità strutturale delle filiere dell'aiuto alimentare si è accentuata negli ultimi anni a causa di due fattori principali. Il primo riguarda il forte aumento dei prezzi dei prodotti alimentari in seguito al conflitto in Ucraina, che ha aggravato la spesa delle famiglie e inciso sulla disponibilità di alimenti nei canali dell'aiuto istituzionale. Tra il 2022 e il 2023, le perturbazioni delle catene di approvvigionamento globali hanno determinato rincari significativi di beni di base — come pane, latte e pasta — con effetti immediati sui consumi e un conseguente aumento della domanda di sostegno (Unimpresa 2023). Allo stesso tempo, l'inflazione ha reso insostenibili molte gare di appalto bandite da AGEA per la fornitura dei prodotti destinati alla distribuzione: i prezzi fissati nei capitolati non erano più allineati ai costi reali delle materie prime, e la volatilità dei mercati ha complicato la definizione delle basi d'asta. Il risultato è che diversi bandi sono andati deserti, riducendo la disponibilità

complessiva di alimenti per le reti territoriali.

Il secondo fattore riguarda i ritardi nell'attuazione del programma FES+, che hanno inciso direttamente sulla capacità di distribuzione degli aiuti. L'Italia ha approvato con notevole ritardo l'Accordo di partenariato 2021–2027, con uno slittamento di oltre otto mesi rispetto alla tempistica prevista, rallentando l'avvio delle misure contro la deprivazione materiale (ANCI 2024). Ne sono derivate conseguenze a catena: gare di appalto bandite con mesi di ritardo, procedure di aggiudicazione più lunghe e una distribuzione posticipata dei nuovi panieri. In diversi territori la disponibilità di prodotti alimentari si è ridotta sensibilmente, lasciando le reti locali prive delle forniture necessarie. Le organizzazioni meno strutturate, basate quasi esclusivamente sul volontariato, sono risultate le più penalizzate, trovandosi in alcuni casi costrette a sospendere o ridimensionare le attività di sostegno (Comune di Roma 2023).

Inefficacia

È ormai ampiamente riconosciuto in letteratura che gli sforzi, le risorse economiche e le ore di volontariato investite nell'aiuto alimentare di emergenza incidano in misura molto limitata sulla riduzione complessiva dell'insicurezza alimentare (Taylor *et al.* 2024; Bazerghi *et al.* 2016).

Come già sottolineato, solo una quota minoritaria delle persone che vivono questa condizione accede effettivamente alle risorse disponibili e, anche in questi casi, il sostegno ricevuto copre soltanto pochi giorni di fabbisogno (Fong 2016). A ciò si aggiunge che l'aiuto alimentare non è in grado di agire in modo efficace né sulle determinanti né sulle molteplici conseguenze dell'insicurezza alimentare, che nei Paesi ad alto reddito si manifesta prevalentemente in forme moderate e multidimensionali.

Del resto, tale strumento non nasce da una strategia organica di contrasto all'insicurezza alimentare, ma come risposta sintomatica a un *welfare* in crisi e come canale di smaltimento delle eccedenze generate dalle politiche agricole. È quindi fisiologico che mantenga un ruolo prevalentemente residuale: in alcune realtà può assumere tratti paternalistici, in altre diventare una pratica di denuncia delle contraddizioni del sistema. In entrambi i casi, resta tuttavia irrisolta la questione del suo impatto effettivo, in particolare rispetto alla capacità di incidere sulle cause strutturali e sulle conseguenze sociali, psicologiche e sanitarie dell'insicurezza alimentare.

Disuguaglianza (*Inequality*)

Le *food bank* non solo rispondono in modo parziale all'insicurezza alimentare, ma possono anche riprodurre disuguaglianze tra

donatori, volontari e operatori da un lato e beneficiari dall'altro. Questo squilibrio emerge sia nelle pratiche quotidiane sia nelle rappresentazioni pubbliche, che tendono a valorizzare chi offre aiuto e a rendere invisibili coloro che lo ricevono. Il concetto di "diverso" (*othering*) aiuta a descrivere come gli utenti vengano collocati in una posizione di alterità, distinta e spesso stigmatizzata rispetto a chi gestisce i servizi. Beck e Gwilym (2020) mostrano come il sistema di invio (*referral*) contribuisca a istituzionalizzare questa separazione, costruendo un "dedalo morale" (*moral maze*) in cui i beneficiari devono dimostrare la propria necessità a figure di controllo. Questo processo alimenta vergogna e interiorizzazione della dipendenza, rafforzando relazioni di potere asimmetriche difficili da scardinare, anche quando gli operatori cercano di instaurare rapporti paritari e rispettosi.

L'economia morale della scarsità

Accanto a questa dimensione relazionale, le *food bank* operano attraverso pratiche che producono e normalizzano la scarsità. May *et al.* (2019) mostrano come i meccanismi di razionamento e *referral*, anche in contesti di abbondanza, costruiscano una "economia morale della scarsità" (*moral economy of scarcity*) che distingue tra poveri "meritevoli" e "non meritevoli" (Morgan 2015). A

questa logica si affianca la comunicazione pubblica, che utilizza immagini forti e semplificate — come la dispensa vuota o la persona in grave difficoltà — per mobilitare donazioni e consenso. Se da un lato tali rappresentazioni rafforzano l'*appeal* caritativo, dall'altro contribuiscono a naturalizzare la povertà alimentare come un'emergenza inevitabile, oscurandone le cause strutturali e riducendo lo spazio per rivendicazioni fondate su diritti e giustizia sociale.

Paternalismo, controllo e agency

Power e Small (2022) hanno inoltre evidenziato come l'aiuto alimentare incarni forme di potere disciplinare e pastorale: non si limita a distribuire beni, ma regola i comportamenti e impone standard morali agli utenti, spesso rappresentati come consumatori irresponsabili o madri negligenti. Anche quando il servizio è animato da intenzioni solidaristiche, l'aiuto caritativo tende a consolidare logiche di sorveglianza e di auto-regolazione, limitando l'*agency* dei beneficiari. Tuttavia, gli stessi autori segnalano l'esistenza di pratiche alternative — come i *food hubs* comunitari e le iniziative mutualistiche — che, pur minoritarie, aprono spazi di resistenza e relazioni più paritarie.

Queste relazioni di potere, consapevolmente o meno, tendono a riprodursi e ad alimentare le disuguaglianze che vorrebbero contrastare (Söderberg *et al.* 2025).

È qui, come richiamato anche nel primo capitolo, che si gioca la sfida dell'*agency*: la possibilità che le persone in condizione di insicurezza alimentare non siano soltanto beneficiarie passive, ma soggetti capaci di negoziare, resistere e rivendicare forme di autonomia. Numerosi studi hanno mostrato che i luoghi dell'aiuto sono attraversati da tensioni irrisolvibili: anche quando operatori e operatrici cercano di instaurare relazioni rispettose e paritarie, il quadro istituzionale e organizzativo mantiene una logica asimmetrica che distingue chi dà da chi riceve (Middleton *et al.* 2018; Power *et al.* 2017). Ciò spiega perché i servizi di distribuzione oscillino tra pratiche paternalistiche e tentativi di riconoscere la voce e la dignità dei beneficiari, senza tuttavia riuscire a dissolvere del tutto il disequilibrio sottostante.

Dall'assistenza al riconoscimento e all'autonomia

La questione, quindi, non è solo materiale — ossia l'accesso al cibo — ma anche relazionale e politica: riguarda il modo in cui le pratiche di aiuto possono trasformarsi da strumenti che cristallizzano dipendenza e subordinazione a spazi che aprono possibilità di partecipazione e trasformazione. L'aiuto non è mai neutro: porta sempre con sé una relazione asimmetrica che deve essere resa oggetto di consapevolezza critica, altrimenti rischia di scivolare nella

riproduzione della dipendenza (Fisher e Tronto 1990; Tronto 2013). La sfida è quindi riconoscere tali dinamiche e rinegoziarle costantemente, affinché l'aiuto alimentare non sia solo un meccanismo di gestione della scarsità, ma un contesto in cui possa emergere e rafforzarsi l'*agency* delle persone coinvolte.

Pratiche alternative e mutuo aiuto

Non tutte le pratiche di aiuto materiale e alimentare, tuttavia, possono essere ricondotte a dinamiche di relazione asimmetrica. La letteratura recente mostra, infatti, come esperienze di mutuo aiuto e iniziative comunitarie abbiano cercato di costruire spazi di autonomia e di *agency* collettiva. Lofton *et al.* (2022) sottolinea il ruolo delle organizzazioni di mutuo aiuto nel ridurre le disuguaglianze di accesso al cibo attraverso pratiche fondate su reciprocità e responsabilità condivisa invece che su logiche caritative. In Spagna, Garrido *et al.* (2019) analizzano il caso delle *food bank* nate nel contesto del movimento 15M, che combinano distribuzione alimentare e azione politica, mostrando come il sostegno materiale possa tradursi in mobilitazione e contestazione delle politiche di austerità. Analogamente, Ribeiro (2023) descrive esperienze etnografiche di mutuo aiuto come forme di costruzione comunitaria che non si limitano a fornire risorse materiali, ma rafforzano legami sociali e processi di

autorappresentazione. Infine, Délano Alonso e Samway (2022) documentano le risposte delle comunità migranti durante la pandemia, in cui pratiche locali di solidarietà — come la condivisione di cibo, alloggio e informazioni — hanno rappresentato strumenti fondamentali di capacità di adattamento collettivo.

Esperienze italiane e prospettive di trasformazione

Questi esempi mostrano come, accanto alle forme istituzionali e caritative di aiuto, esista una pluralità di pratiche e discorsi in cui il sostegno alimentare non si configura necessariamente come relazione di dipendenza, ma può invece contribuire a rafforzare l'*agency* politica e sociale dei soggetti coinvolti. In Italia, come detto, l'aiuto alimentare costituisce oggi un ecosistema eterogeneo, composto da pratiche istituzionali, reti caritative, iniziative associative e forme di mutuo soccorso nate "dal basso". La pandemia di Covid-19 ha rappresentato uno spartiacque fondamentale nello spostare la geografia dell'aiuto verso un sistema molto più diversificato. In quella fase, segnata da forte incertezza e precarietà sociale, sono proliferate esperienze di mutuo aiuto che hanno fatto dell'aiuto alimentare il principale strumento di intervento. Le Brigate di solidarietà attive durante la pandemia di Covid-19 hanno operato in diversi quartieri di Milano

organizzando la distribuzione di pacchi alimentari. La loro azione si è fondata su una cultura del mutuo soccorso, radicata in pratiche di autorganizzazione politica e comunitaria (Bosi e Zamponi 2022; Fossati 2020). In queste esperienze l'aiuto non è stato concepito come semplice assistenza, ma come forma di solidarietà orizzontale, fondata sulla condivisione dei bisogni e sulla partecipazione attiva di chi vi prendeva parte (Garrido et al. 2019).

Accanto a queste realtà nate in piena emergenza, si colloca l'esperienza di Nonna Roma, attiva già dal 2017 ma sviluppata secondo una logica affine: superare il modello caritativo tradizionale e proporre un approccio che metta al centro dignità, scelta e relazioni di prossimità (Nonna Roma 2024). La diversificazione delle pratiche di aiuto che la pandemia ha contribuito ad accelerare mostra come l'aiuto alimentare possa essere declinato anche in forme più paritarie, capaci di mettere in discussione — almeno in parte — le relazioni asimmetriche che caratterizzano i modelli tradizionali. Tuttavia, permane un limite strutturale: molte di queste esperienze, pur avendo avuto un ruolo cruciale durante l'emergenza e pur avendo contribuito a politicizzare l'aiuto alimentare, non si sono trasformate in approcci pienamente consolidati di contrasto all'insicurezza alimentare. In molti casi, il loro contributo è rimasto

prevalentemente emergenziale e testimoniale, con una forte valenza politica e simbolica più che strutturale. Anche laddove tali pratiche hanno mostrato potenzialità innovative e offerto spunti per ripensare l'aiuto a livello territoriale, non sempre si sono sviluppati percorsi di lungo periodo capaci di trasformare queste intuizioni in strategie condivise. Resta tuttavia il fatto che rappresentano esperienze significative, che hanno arricchito l'ecosistema dell'aiuto alimentare e che possono costituire un punto di riferimento per immaginare forme più inclusive e paritarie di intervento.

Istituzionalizzazione

Dall'emergenza alla normalizzazione

Il concetto di istituzionalizzazione, introdotto in precedenza, è stato utilizzato dalla letteratura critica per descrivere il processo attraverso cui pratiche nate come risposte emergenziali alla povertà alimentare diventano progressivamente parte integrante e stabile dei sistemi di *welfare*. In questo senso, l'istituzionalizzazione non si limita a indicare la crescita organizzativa e la professionalizzazione delle *food bank*, ma anche la loro normalizzazione all'interno delle politiche pubbliche e delle reti di governance che regolano l'accesso al cibo (Lambie-Mumford 2017;

Riches e Silvasti 2014; Lambie-Mumford e Silvasti 2021).

Le *food bank*, nate come soluzioni temporanee per rispondere a situazioni di emergenza, si sono progressivamente trasformate in strutture stabili e riconosciute, fino a essere percepite come componenti inevitabili del sistema di aiuto alimentare (McIntyre 2015). Tale processo di istituzionalizzazione si manifesta nella crescente professionalizzazione e commercializzazione delle pratiche, nel ridisegno dei meccanismi di finanziamento e nella loro progressiva integrazione nelle reti di governance pubblica. In questo senso, le *food bank* non operano più solo come organizzazioni di soccorso, ma come vere e proprie istituzioni del *welfare* contemporaneo (Raphael 2025).

Accanto a questa lettura critica, vi è tuttavia una prospettiva più ottimistica che vede nel settore caritativo anche uno spazio potenziale di innovazione sociale. Alcuni studi evidenziano come le *food bank* possano evolvere in centri comunitari, capaci di offrire non solo beni alimentari, ma anche servizi complementari, spazi di partecipazione e forme di cittadinanza attiva (Cloke *et al.* 2017; Regnier-Davies *et al.* 2023). Durante la pandemia, come abbiamo avuto modo di osservare anche nel contesto italiano, diverse organizzazioni comunitarie hanno mostrato di poter costruire

solidarietà, rafforzare la capacità di adattamento delle persone e persino attivarsi per chiedere politiche più eque.

Le traiettorie dell'istituzionalizzazione: tra *welfare* e mercato

La dinamica di istituzionalizzazione si sviluppa quindi su due piani distinti ma strettamente connessi: da un lato l'integrazione con l'apparato pubblico, attraverso i programmi europei, nazionali e locali di contrasto alla povertà; dall'altro il radicamento nei rapporti con il settore agro-industriale e la grande distribuzione (GDO), che forniscono risorse materiali e continuità operativa. Questi due livelli trovano un punto di convergenza nello sviluppo normativo e programmatico del sistema di aiuti alimentari, all'interno del quale dispositivi pubblici e legami con il settore privato concorrono a consolidarne l'assetto istituzionale.

Un nodo centrale del dibattito internazionale riguarda proprio il rapporto strutturale tra *food bank* e settore *corporate*, che ha dato origine a quello che Fisher (2017) definisce *Hunger Industrial Complex*: un sistema in cui l'aiuto alimentare, invece di costituire una soluzione, diventa un meccanismo di gestione e normalizzazione dell'insicurezza alimentare. Le *food bank* e i programmi di redistribuzione delle eccedenze, nati come risposte emergenziali a

crisi economiche e sociali, si sono progressivamente trasformati in strutture permanenti e di dimensioni industriali, sostenute da partnership stabili con imprese agroalimentari e catene della grande distribuzione — spesso le stesse responsabili delle dinamiche che alimentano l'insicurezza alimentare (Tarasuk *et al.* 2014; Tarasuk *et al.* 2020; Lambie-Mumford e Kennedy 2025).

Questa istituzionalizzazione ha effetti ambivalenti: da un lato assicura risorse materiali, infrastrutture e continuità operativa; dall'altro riduce l'autonomia politica delle organizzazioni, limitando la possibilità di sviluppare una *advocacy* incisiva sulle cause strutturali dell'insicurezza alimentare: bassi salari, precarietà lavorativa, indebolimento del *welfare* e disuguaglianze sociali. Come osservano diversi autori, la dipendenza dal sostegno delle imprese può infatti distorcere l'agenda delle organizzazioni e rafforzare logiche di "filantropia d'élite", che tendono a cristallizzare le disuguaglianze anziché ridurle (Marks 2019; Maclean *et al.* 2021; Raphael 2025).

Programmi pubblici, agro-industria e recupero delle eccedenze

Un esempio emblematico è il tema dello spreco alimentare. La retorica della sua riduzione, pur presentata come un obiettivo ambientale e sociale condiviso, contribuisce a consolidare il legame con il settore

agro-industriale e distributivo. Invece di promuovere un'agenda critica sulle responsabilità sistemiche della sovrapproduzione e delle filiere industriali, le *food bank* finiscono per incorporare lo spreco stesso nella propria missione istituzionale, presentando l'aiuto alimentare come un *win-win game*, in cui ridurre lo spreco e sostenere le persone in difficoltà diventano due obiettivi inscindibili. Questa dinamica, pur rafforzando la legittimità pubblica del modello caritativo, contribuisce a istituzionalizzare una visione depoliticizzata non solo dell'insicurezza alimentare ma anche del problema dello spreco (Riches 2018; Fisher 2017; Caraher e Furey 2018).

In Italia si osservano entrambe le dinamiche descritte. Da un lato, l'aiuto alimentare si è progressivamente istituzionalizzato attraverso il consolidamento dei programmi pubblici nazionali ed europei, dal Programma europeo di aiuto agli indigenti (PEAD) al Fondo di aiuti europei agli indigenti (FEAD), fino all'attuale Fondo Sociale Europeo Plus (FSE+). Questo processo ha contribuito a trasformare l'aiuto alimentare in un sistema regolato e stabile, sostenuto da risorse pubbliche e affidato a grandi organizzazioni caritative con diffuse reti territoriali. Ne è derivato un ecosistema in cui la pluralità delle pratiche locali coesiste con una cornice nazionale

fortemente istituzionalizzata, che assicura continuità e legittimità al sistema, ma al tempo stesso ne consolida la natura prevalentemente caritativa.

La seconda dinamica riguarda più in generale la dipendenza strutturale dell'aiuto alimentare dalle donazioni provenienti dal settore agro-industriale e, nello specifico, il consolidamento del legame con il tema dello spreco e delle politiche di recupero delle eccedenze. In Italia, un primo passaggio normativo in questa direzione è stato la Legge n.155/2003, nota come Legge del Buon Samaritano, che semplificava le procedure di recupero e redistribuzione dei prodotti alimentari, equiparando le organizzazioni non profit che li distribuivano ai consumatori finali. L'obiettivo era incentivare le donazioni e favorire il coinvolgimento di una platea più ampia di enti, ampliando così la capacità del sistema di canalizzare eccedenze verso fini solidaristici (ActionAid 2022). Tuttavia, è con la Legge 166/2016, nota come Legge Gadda o "legge antisprechi", che il legame tra redistribuzione e settore agroalimentare si è strutturato in modo più organico. La norma, infatti, va oltre la semplice assistenza alimentare, promuovendo la riduzione dello spreco e incentivando la destinazione delle eccedenze a fini solidaristici attraverso agevolazioni amministrative e fiscali per le

imprese donatrici. In particolare, la semplificazione delle procedure di donazione rispetto alla distruzione dei prodotti e la possibilità per i Comuni di ridurre la tassa sui rifiuti ai soggetti che donano, hanno reso economicamente più conveniente la cessione delle eccedenze.

Istituzionalizzazione territoriale

Tuttavia, il processo di istituzionalizzazione non riguarda soltanto il livello nazionale, ma si è progressivamente consolidato anche a livello locale, in particolare dopo la pandemia di Covid-19 (Mumford 2018). Da un lato, questa dinamica tende a rafforzare una logica emergenziale, in cui l'aiuto alimentare continua a essere concepito prevalentemente come distribuzione di beni di prima necessità, finalizzata a rispondere a bisogni immediati più che a incidere sulle determinanti strutturali della povertà. Durante la crisi pandemica, per ovvie ragioni, tale configurazione è emersa con particolare evidenza, contribuendo a radicare ulteriormente questa modalità di intervento. Dall'altro lato, però, l'integrazione dei sistemi di aiuto alimentare con le amministrazioni locali ha aperto in diversi contesti spazi di collaborazione più strutturati e innovativi, soprattutto laddove esistono politiche urbane del cibo o sistemi locali di *welfare*. In tali casi, l'aiuto alimentare non sostituisce l'assenza di *welfare*, ma entra a far parte di un ecosistema più ampio, in

cui la risposta emergenziale si collega a strategie territoriali di inclusione e coesione sociale (ActionAid 2023). Ciò non elimina del tutto il carattere di "emergenzialità", ma evidenzia la possibilità che i processi di istituzionalizzazione possano generare esiti differenziati. In alcuni contesti, infatti, la governance più collaborativa ha favorito l'ibridazione tra pratiche di base e politiche locali, contribuendo alla costruzione di modelli di *welfare* territoriale più integrati e partecipati (Maino e De Tommaso 2022).

Con l'avvio del nuovo FSE+ e l'introduzione dell'obbligo di prevedere misure di accompagnamento agli aiuti materiali, si profila un'ulteriore spinta verso l'istituzionalizzazione dei sistemi locali di aiuto alimentare e la loro integrazione nei dispositivi di *welfare* territoriale. In molti contesti questa collaborazione è già in atto, almeno come prassi, poiché numerose organizzazioni impegnate nella distribuzione alimentare collaborano attivamente con i servizi sociali comunali. Resta tuttavia da verificare se l'attuazione delle nuove disposizioni consentirà di rafforzare effettivamente tale connessione, migliorando la capacità di collegare l'aiuto alimentare a percorsi di inclusione sociale e di riduzione della povertà, oppure se continuerà a configurarsi come una risposta collocata ai margini di un *welfare* in difficoltà,

che tende a demandare agli enti del terzo settore la copertura dei bisogni immediati.

In sintesi, il processo di istituzionalizzazione dell'aiuto alimentare in Italia si manifesta su più fronti: dall'integrazione nei programmi pubblici europei, nazionali e locali, alla dipendenza dalle donazioni del settore agro-industriale, fino al consolidamento normativo legato al recupero e alla redistribuzione delle eccedenze. Quest'ultimo ambito, in particolare con la Legge Gadda, ha rafforzato il ruolo dei banche alimentari come principali canali di destinazione delle eccedenze e ha consolidato la narrazione secondo cui il rafforzamento delle filiere caritative possa rappresentare una risposta all'insicurezza alimentare — un rafforzamento reso possibile proprio attraverso le politiche di contrasto allo spreco alimentare. In questo modo, si è affermata una visione che tende a sovrapporre due obiettivi distinti — prevenzione dello spreco e sicurezza alimentare — che non sono affatto equivalenti. La redistribuzione delle eccedenze rappresenta certamente un contributo essenziale al funzionamento delle filiere caritative, ma non incide sulle determinanti della povertà alimentare, contribuendo invece al rafforzamento del ruolo delle *food bank*. L'istituzionalizzazione del sistema di aiuti ha così connesso contrasto allo spreco e assistenza

materiale, rafforzando l'idea che la distribuzione caritativa sia la risposta all'insicurezza alimentare, anziché affrontarne le cause strutturali (Silvasti 2015).

Negazione dei diritti (*Invalidation of entitlements*)

Un aspetto cruciale del processo di istituzionalizzazione dell'aiuto alimentare riguarda l'invalidazione degli *entitlements* (Raphael 2025). Con questo termine, mutuato da Amartya Sen, si indicano le risorse, i diritti e le opportunità che consentono alle persone di accedere stabilmente e dignitosamente al cibo — in primo luogo un reddito adeguato, i trasferimenti sociali e le garanzie offerte dal *welfare* pubblico (Sen 1981). La crescente centralità delle risposte caritative tende però a svalutare questo principio, spostando l'attenzione dal riconoscimento del diritto al cibo e dalle politiche redistributive necessarie per esercitarlo verso soluzioni emergenziali e assistenziali. In tal modo, la povertà alimentare viene affrontata come un bisogno immediato da tamponare, piuttosto che come una questione strutturale da affrontare con interventi pubblici universali. Come ha osservato Dowler (1998), nei paesi ad alto reddito la povertà alimentare non deriva tanto dalla scarsità di cibo, quanto dall'erosione degli strumenti che permettono ai cittadini di esercitare i propri *entitlements*. In assenza di un

sostegno adeguato da parte del *welfare*, l'accesso al cibo viene delegato a reti caritative, con il rischio di trasformare un diritto in una concessione condizionata (Riches e Silvasti 2014).

L'istituzionalizzazione dell'aiuto alimentare contribuisce a svalutare, non solo sul piano politico ma anche culturale, l'idea stessa di diritto al cibo. Quando l'insicurezza alimentare è affrontata principalmente attraverso la distribuzione caritativa di beni di prima necessità, il cibo non appare più come un diritto da garantire universalmente, ma come un bisogno contingente da soddisfare in via emergenziale. In questo senso, non è solo il riconoscimento giuridico a essere indebolito, ma anche la legittimità politica e culturale di un diritto che, nelle società dell'abbondanza, è rimasto a lungo invisibile e privo di centralità pubblica. Negli ultimi trent'anni, l'intreccio tra l'aumento delle disuguaglianze e il ritiro del *welfare* nel contesto delle politiche neoliberali ha reso questa dinamica ancora più evidente. L'assistenza caritativa, anziché colmare tale vuoto, tende a consolidare l'idea che il cibo non sia un diritto esigibile, legittimando di fatto il disimpegno delle istituzioni rispetto alla costruzione delle condizioni necessarie per garantirne il pieno godimento.

Come osservano Parsel e Clark (2021), l'espansione dell'aiuto

alimentare si inserisce pienamente nell'agenda neoliberale, accompagnando il progressivo arretramento del *welfare state* e ridefinendo in senso regressivo le relazioni tra individui in condizione di bisogno e la società. Le persone vengono così collocate ai margini dei rapporti di solidarietà e cittadinanza, mentre la crescente centralità delle reti di aiuto materiale contribuisce a depoliticizzare la questione della povertà, trasformandola in un fenomeno dato per scontato e meno presente nel dibattito pubblico. In questa direzione, Carson (2013), analizzando oltre 1.300 documenti prodotti da un *food bank* canadese nell'arco di quasi vent'anni, mostra come i discorsi elaborati dall'organizzazione abbiano spesso spostato l'attenzione dalla dimensione politica dell'insicurezza alimentare a rappresentazioni incentrate sull'immediatezza della risposta, sulla responsabilità comunitaria e sulla differenziazione dei servizi. Ne emerge un quadro in cui l'aiuto alimentare, pur svolgendo una funzione di sostegno immediato, rischia di limitare la possibilità di una concettualizzazione politica dell'insicurezza alimentare, favorendo narrazioni depoliticizzate che, in alcuni casi, contribuiscono a consolidare lo status quo (Raphael 2025). Un ulteriore aspetto da considerare riguarda il modo in cui la povertà alimentare viene rappresentata dai media

mainstream. Nella maggior parte dei casi, l'attenzione si concentra su storie individuali, sull'urgenza del bisogno e sulla dimensione emergenziale piuttosto che sulle ingiustizie strutturali che generano e riproducono l'insicurezza alimentare. Questa rappresentazione privilegia una narrazione vittimistica, in cui le persone sono descritte soprattutto come beneficiarie passive di aiuto, a scapito del riconoscimento della loro *agency*. Diversi studi hanno evidenziato come i media contribuiscano a incorniciare la povertà alimentare entro schemi che normalizzano la presenza delle *food bank* come risposta legittima e inevitabile, invece di stimolare un dibattito politico sulle sue cause strutturali (Wells 2014; Kerins *et al.* 2023; Kerrigan, 2025). In Irlanda e nel Regno Unito, ricerche recenti hanno mostrato come la stampa tenda a costruire il discorso pubblico attraverso immagini e narrazioni focalizzate sulla carenza di cibo o sull'assistenza emergenziale, relegando in secondo piano le questioni di giustizia sociale e di diritto (Kerins *et al.* 2025; Knight *et al.* 2018). Nel complesso, questa modalità comunicativa contribuisce a depoliticizzare l'insicurezza alimentare, rafforzando la percezione che si tratti di un problema contingente da affrontare con soluzioni caritative, piuttosto che di una questione strutturale da

riconduurre al campo dei diritti sociali.

TABELLA 5.3 Sintesi delle criticità del “modello food bank”

Dimensione critica	Definizione sintetica	Focus Italia
Inaccessibilità	Difficoltà ad accedere ai servizi di distribuzione.	Aiuti concentrati nei pacchi; persone con disabilità e senza dimora raggiunte poco o male; problemi di accesso per chi non può recarsi fisicamente nei punti di distribuzione.
Inadeguatezza	Cibo che non copre bisogni nutrizionali e varietà.	Pacchi composti prevalentemente da prodotti confezionati, con una presenza molto limitata di alimenti freschi e una disponibilità discontinua di alcuni beni essenziali, come l'olio in determinati periodi.
Inappropriatezza	Cibo non in linea con culture, preferenze o diete.	Pacchi standardizzati FEAD/FNI/FES+; poca attenzione a esigenze religiose e culturali; scarsa disponibilità di prodotti specifici o per allergie/intolleranze.
Perdita di dignità	Modalità di aiuto che generano umiliazione o stigma.	File lunghe, procedure di controllo, assenza di scelta; percezione di ricevere “cibo scartato” o di minore valore.
Inefficienza	Alto impiego di risorse per risultati limitati.	Sistema basato sul volontariato e su logistica onerosa; costi reali non contabilizzati; vantaggi fiscali alle imprese donatrici; flussi incerti e discontinui.
Limitatezza	Quantità e durata degli aiuti insufficienti.	Pacchi che coprono solo pochi giorni del mese; molte persone in insicurezza alimentare moderata restano escluse perché fuori dalle soglie ufficiali.
Instabilità	Forniture variabili e non garantite.	Prezzi in aumento, gare AGEA deserte, ritardi FSE+; distribuzioni ridotte o sospese, soprattutto nelle reti più fragili.
Inefficacia	Impatto scarso sulla riduzione dell'insicurezza alimentare.	Aiuti che raggiungono solo una parte delle persone in difficoltà e coprono poco fabbisogno; non incidono su redditi, lavoro o condizioni sociali.
Disuguaglianza	Rapporto asimmetrico tra chi dà e chi riceve.	Filtri di accesso e razionamenti che distinguono “meritevoli” e “non meritevoli”; comunicazione che rafforza stigma; spazio ridotto per la voce e l'autonomia dei beneficiari.
Istituzionalizzazione	Integrazione stabile nel <i>welfare</i> e nelle politiche.	Programmi PEAD→FEAD→FSE+; forte legame con grande distribuzione e agro-industria; leggi 155/2003 e 166/2016 che connettono aiuto e recupero eccedenze.
Negazione dei diritti	Cibo come bisogno e non come diritto.	Progressivo arretramento del sostegno pubblico; aiuto delegato al terzo settore; media concentrati su emergenza e storie individuali, che rafforzano l'idea della <i>food bank</i> come risposta inevitabile.

Fonte: Nostra elaborazione

5.8. L'Italia e l'istituzionalizzazione dell'aiuto alimentare: tra carità, welfare e governance europea

Dopo aver analizzato in dettaglio le criticità del cosiddetto “sistema delle *food bank*” nel contesto italiano, ci concentriamo ora sul funzionamento degli aiuti istituzionali. Come accennato, la geografia dell'aiuto alimentare in Italia è caratterizzata da una marcata eterogeneità: organizzazioni con storie, missioni e modalità operative differenti — radicate in tradizioni culturali, religiose e istituzionali diverse operano a livello locale e nazionale. Questa pluralità di orientamenti si traduce in obiettivi, priorità e strategie non omogenee, che contribuiscono a definire in modo sostanziale la natura degli interventi e il ruolo attribuito all'aiuto alimentare.

Nonostante tale varietà, l'aiuto alimentare conserva alcuni tratti ricorrenti: continua a configurarsi prevalentemente come risposta a bisogni materiali immediati e solo raramente si traduce in strategie capaci di superare l'impianto caritativo originario o di rileggerne il senso e gli obiettivi alla luce della multidimensionalità che caratterizza oggi la povertà alimentare.

5.8.1. Evoluzione storica del sistema di aiuti alimentari istituzionali in Italia

In Italia, l'aiuto alimentare affonda le proprie radici nel secondo dopoguerra, con la creazione di una specifica autorità nazionale (AAI) incaricata di gestire gli aiuti statunitensi. Dopo una prima fase legata al Piano Marshall, una seconda ondata (1955–1964) rispose soprattutto alla necessità degli Stati Uniti di smaltire le eccedenze agricole e di mantenere un'influenza sul contesto politico italiano (Inaudi 2015).

Con l'avvio della Politica Agricola Comune (PAC), l'Italia partecipò al Programma europeo di distribuzione alimentare agli indigenti (MDP/PEAD), che per oltre venticinque anni garantì continuità agli aiuti (Arcuri *et al.* 2021).

In questo quadro, il Ministero dell'Agricoltura e l'AGEA assunsero un ruolo di coordinamento, mentre sette grandi organizzazioni partner nazionali — Fondazione Banco Alimentare, Banco delle Opere di Carità, Caritas Italiana, Croce Rossa Italiana, Comunità di Sant'Egidio, Associazione Banco Alimentare Roma e Associazione Sempre Insieme per la Pace — costituirono l'infrastruttura principale della distribuzione, sostenuta da una rete crescente di enti territoriali.

Dal 2014, con il passaggio al FEAD, e successivamente dal 2022 con l'avvio del Fondo Sociale Europeo Plus (FSE+), l'aiuto alimentare si è consolidato come parte integrante delle politiche sociali europee, mantenendo l'AGEA come organismo intermedio e rafforzando il ruolo delle organizzazioni partner. Oggi il sistema si regge su due strumenti complementari:

1. Il FSE+ 2021–2027, che finanzia l'aiuto alimentare attraverso il *Programma Nazionale Inclusione e lotta alla povertà* (Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali 2022; Commissione Europea 2022), nella Priorità 3 "Contrasto alla deprivazione materiale" (Obiettivo Specifico ESO.4.13), con circa 690 milioni di euro destinati all'acquisto e alla distribuzione di derrate (su un totale di 830 milioni di euro).
2. Il Fondo Nazionale Indigenti (FNI), istituito nel 2012 per integrare con risorse statali i finanziamenti europei e garantire la continuità degli approvvigionamenti.

Parallelamente, come già detto, l'Italia ha adottato strumenti normativi per il recupero e la redistribuzione delle eccedenze alimentari, che affiancano i fondi europei e nazionali: la Legge del Buon Samaritano (2003), che ha semplificato le procedure di donazione da parte delle imprese, e

la Legge Gadda (2016), che ha armonizzato la normativa esistente e promosso il riutilizzo delle eccedenze a fini solidali. Queste misure hanno contribuito a integrare il sistema di aiuti istituzionali con pratiche di recupero e donazione, consolidando una rete mista pubblico–privata che ancora oggi rappresenta l'ossatura dell'assistenza alimentare in Italia.

La governance del sistema prevede un'articolazione multilivello:

- Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, Autorità di Gestione;
- AGEA (Agenzia per le Erogazioni in Agricoltura), organismo intermedio per gare e assegnazioni;
- OPN (Organizzazioni Partner Nazionali), che coordinano gli aiuti e rappresentano i principali interlocutori istituzionali (tra cui Banco Alimentare, Caritas, Croce Rossa, Comunità di Sant'Egidio ecc.);
- OPC (Organizzazioni Partner Capofila), circa 190 enti con funzioni logistiche e di coordinamento a livello locale;
- OPT (Organizzazioni Partner Territoriali), oltre diecimila realtà come parrocchie, mense e associazioni, che distribuiscono direttamente gli alimenti ai beneficiari.

Nel periodo FEAD 2014–2020, erano previste quattro linee di intervento: aiuto alimentare diretto, sostegno scolastico ai minori, contrasto alla povertà alimentare minorile tramite mense scolastiche e interventi per le persone senza dimora. Tuttavia, due misure — quelle rivolte a bambini e studenti — non furono mai attuate a causa di ostacoli burocratici e gestionali (ad esempio l'impossibilità di utilizzare buoni acquisto). Di fatto, la gran parte delle risorse FEAD è confluita nell'aiuto alimentare diretto e nelle iniziative destinate ai senza dimora.

Con il FSE+ 2021–2027, la logica d'intervento è stata parzialmente riformulata: le misure si concentrano su canali diversificati di distribuzione (pacchi, mense, empori, consegne a domicilio, unità di strada) e includono anche altri beni essenziali come vestiario, prodotti per l'igiene e kit per le persone senza dimora. Una novità rilevante è l'introduzione delle misure di accompagnamento sociale, che collegano la distribuzione di beni materiali ai servizi territoriali, con attività di orientamento, educazione alimentare, sostegno scolastico, inserimento lavorativo e prima assistenza sanitaria. È inoltre prevista una componente di *capacity building* per rafforzare le competenze e l'efficienza delle organizzazioni partner.

A completare il quadro, il Ministero dell'Agricoltura coordina il *Tavolo nazionale per la lotta agli sprechi e per l'assistenza alimentare* (art. 8, Legge 166/2016), che riunisce istituzioni e organizzazioni partner per monitorare il recupero e la redistribuzione delle eccedenze, proporre semplificazioni normative e definire indirizzi comuni per la composizione dei panieri distribuiti.

Negli ultimi anni, accanto agli strumenti consolidati del FSE+ e del Fondo Nazionale Indigenti, sono state introdotte nuove misure di sostegno alimentare con finanziamenti dedicati. Durante l'emergenza Covid-19 (2020–2021), il Governo ha stanziato 1,3 miliardi di euro per i *buoni spesa*, distribuiti dai Comuni sotto forma di voucher o pacchi alimentari (ActionAid 2020; 2021; 2022). Successivamente, con la Carta dedicata a te, è stato istituito un fondo di 1,7 miliardi di euro in tre anni (2023–2025) per fornire social card ricaricabili da 500 euro a nucleo familiare, utilizzabili per beni alimentari e servizi essenziali (ActionAid 2023). Più limitata è la sperimentazione del Reddito alimentare, finanziato con 1,5 milioni di euro nel 2023 e 2 milioni annui dal 2024, destinato alle città metropolitane per la distribuzione di pacchi alimentari realizzati con l'invenduto della grande distribuzione: l'attuazione, tuttavia, ha subito forti ritardi e manca un monitoraggio sistematico. Infine, con la Legge di Bilancio

2025, è stato istituito un fondo specifico per contrastare la povertà alimentare scolastica, con una dotazione di 0,5 milioni di euro per ciascuno degli anni 2025–2026 e di 1 milione annuo dal 2027, destinato ai Comuni per sostenere le famiglie in difficoltà nel pagamento delle mense scolastiche primarie (Camera dei Deputati 2025).

5.8.2. Il sistema degli aiuti alimentari istituzionali in Italia: una lettura a partire dalle testimonianze raccolte

Quella che segue è un’analisi del sistema degli aiuti alimentari istituzionali, ricostruita a partire dall’interlocuzione con una serie di testimoni privilegiati del settore: rappresentanti di organizzazioni nazionali, partner capofila e territoriali, oltre a esperti di settore e analisti³⁸.

Dalle interviste emerge l’immagine di un sistema complesso e stratificato, la cui configurazione si è progressivamente modellata attraverso l’intreccio tra regole europee e nazionali e la rete caritativo-logistica che ne ha garantito l’attuazione. Le norme definiscono procedure e canali di finanziamento, mentre le grandi

organizzazioni partner e la fitta rete territoriale di enti di prossimità ne traducono l’impianto in pratica operativa.

Ne risulta un sistema misto, in cui si intrecciano attori pubblici e privati, reti caritative e istituzioni, capace di garantire continuità e capillarità nella distribuzione, ma al tempo stesso caratterizzato da scarsa coordinazione e da una limitata capacità strategica. Questa infrastruttura — articolata in snodi nazionali, centri regionali e presidi territoriali — permette al sistema di raggiungere anche aree periferiche e categorie sociali spesso escluse da altri strumenti di *welfare*, assicurando una copertura costante nel tempo. Tuttavia, emergono anche forti limiti di efficacia e coerenza, che rendono l’intero impianto oggetto di critiche e di richieste di revisione.

Governance frammentata e filiera solidaristica a partecipazione limitata

Dai punti di vista raccolti nel confronto con diversi attori, non emerge un assetto di governance pienamente definito per la gestione e l’indirizzo strategico degli aiuti alimentari istituzionali.

³⁸ Si ringraziano tutti coloro che hanno partecipato alle interviste — operatori del settore, ricercatori, volontari ed ex funzionari — per il contributo offerto alla comprensione del sistema di governance degli aiuti istituzionali. Le interviste sono state realizzate tra luglio e novembre 2024. Le valutazioni, le interpretazioni e le eventuali inesattezze contenute nel testo sono da considerarsi di esclusiva responsabilità dell’autore.

Formalmente, il sistema si articola su più livelli decisionali:

- il livello ministeriale, con il Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali che svolge il ruolo di Autorità di Gestione del FSE+, e l'AGEA come organismo intermedio responsabile degli acquisti e dell'assegnazione delle derrate;
- il livello nazionale di coordinamento, rappresentato dal Tavolo per la lotta agli sprechi e per l'assistenza alimentare istituito presso il Ministero dell'Agricoltura;
- il livello regionale, in cui operano le Organizzazioni partner capofila (OPC) con funzioni logistiche e di raccordo;
- il livello territoriale, dove agiscono le Organizzazioni partner territoriali (OPT) incaricate della distribuzione diretta degli alimenti.

I tavoli esistenti sono percepiti come deboli, spesso formali e privi di continuità, con una capacità di indirizzo strategico limitata. Il raccordo attorno al Piano operativo nazionale non produce una visione unitaria, poiché manca uno spazio effettivo di concertazione capace di far dialogare in modo strutturato istituzioni e organizzazioni partner.

All'interno di questo assetto, il sistema assume la forma di una filiera in cui i meccanismi istituzionali di accesso ai fondi

definiscono il quadro regolativo, mentre le grandi organizzazioni caritative — in particolare le *food bank* — ne costituiscono gli snodi logistici centrali. Questa architettura, fondata sul ruolo dominante delle organizzazioni nazionali e sulla funzione operativa delle capofila, garantisce continuità e capacità distributiva, ma allo stesso tempo concentra risorse e potere decisionale in pochi attori. Ne deriva una ridotta possibilità di definire una strategia condivisa e partecipata, capace di andare oltre la mera gestione delle derrate.

Il risultato è un modello che, secondo molte testimonianze, funziona come una macchina distributiva efficiente ma fatica a trasformarsi in uno strumento di contrasto strutturale alla povertà alimentare. A prevalere è la gestione quotidiana delle eccedenze e dei flussi di approvvigionamento, mentre restano marginali la definizione di obiettivi comuni e l'elaborazione politica necessaria a connettere gli aiuti alimentari a strategie più ampie di inclusione sociale.

Risorse, vincoli procedurali e qualità degli aiuti

Dai diversi punti di vista raccolti emerge che le risorse europee restano la principale base del sistema, integrate solo in minima parte da fondi nazionali (ad eccezione del periodo pandemico). Questa combinazione ha consentito

di garantire continuità nella distribuzione, in particolare nei momenti di emergenza — come durante la pandemia — quando si sono aggiunti strumenti straordinari quali i buoni spesa comunali. Tuttavia, il sistema mostra una dipendenza strutturale dai fondi comunitari: in assenza di tali risorse, la capacità di risposta risulterebbe drasticamente ridotta.

Un tema ricorrente riguarda la gestione delle procedure amministrative. Diverse persone intervistate segnalano ritardi nelle gare e nei tempi burocratici, che rallentano la distribuzione e rendono difficile la programmazione delle attività. A ciò si sommano gli effetti dell'inflazione e dell'aumento dei prezzi, che hanno ridotto i quantitativi acquistabili con le stesse risorse, comprimendo di conseguenza l'impatto complessivo degli interventi.

Un'ulteriore criticità evidenziata riguarda la composizione del paniere alimentare, spesso descritta come rigida e standardizzata. Secondo le testimonianze, la scelta dei prodotti risponde più a criteri quantitativi e procedurali che ai bisogni reali delle persone, risultando poco flessibile e inadatta a specifici gruppi come bambine e bambini, persone anziane o con intolleranze alimentari. La prevalenza di prodotti a lunga conservazione viene percepita come un limite rispetto alla possibilità di garantire una dieta

equilibrata. Da qui la richiesta diffusa di una maggiore diversificazione e qualità degli alimenti, capace di adattarsi meglio alle esigenze delle persone beneficiarie e alle specificità dei contesti locali.

Capillarità e fragilità della rete distributiva

Dalle interviste, la rete di distribuzione viene spesso descritta come una piramide. Al vertice si trovano pochi grandi enti nazionali che ricevono le derrate e ne coordinano la gestione complessiva. A livello intermedio operano le organizzazioni capofila, responsabili dei magazzini, dei trasporti e del raccordo con i territori. Alla base, infine, agiscono migliaia di realtà di prossimità — parrocchie, mense, associazioni locali — che consegnano concretamente gli alimenti alle persone beneficiarie.

Questa architettura assicura capillarità e una presenza diffusa sul territorio, ma comporta anche una forte dipendenza dalla capacità organizzativa dei soggetti centrali. I grandi hub nazionali e regionali, come le *food bank*, svolgono un ruolo essenziale grazie a magazzini, mezzi propri e competenze logistiche consolidate. Al contrario, molte realtà locali operano con strutture limitate: mancano spazi adeguati di stoccaggio, le attrezzature sono scarse e la gestione quotidiana si

basa su forme di volontariato non sempre strutturate. In diversi territori la distribuzione funziona soprattutto grazie alla tenuta del tessuto associativo e alla disponibilità delle persone volontarie, ma proprio questa dipendenza ne rivela la vulnerabilità: dove il capitale sociale è debole o disomogeneo, l'efficacia del sistema si riduce. L'equilibrio tra la logistica istituzionale e il lavoro delle reti di prossimità garantisce quindi un funzionamento complessivo, ma resta fragile e potenzialmente instabile ed esposto a crisi e contingenze nel medio-lungo periodo.

Relazione con i beneficiari e misure di accompagnamento

Accanto al pacco alimentare, che rimane la forma prevalente, diverse persone intervistate hanno richiamato l'attenzione su strumenti complementari come empori e *voucher*, mettendone in luce potenzialità e limiti. Gli empori sociali vengono descritti come esperienze che valorizzano la possibilità di scelta delle persone e riducono l'impronta assistenziale, ma la loro attivazione e gestione richiede risorse economiche, spazi adeguati e personale dedicato: condizioni che non tutte le realtà locali riescono a garantire. I *voucher*, dal canto loro, sono percepiti come strumenti che ampliano l'autonomia individuale e attenuano lo stigma, ma presentano due criticità ricorrenti: da un lato riducono le occasioni di relazione

diretta con chi offre sostegno — elemento che molte persone considerano parte integrante del processo di aiuto; dall'altro, le risorse destinate ai buoni acquisto tendono a "durare meno" rispetto a quelle impiegate per le derrate, poiché l'acquisto centralizzato tramite AGEA consente di negoziare prezzi più bassi e contenere gli effetti dell'inflazione, garantendo così quantitativi maggiori e continuità nelle forniture.

In questo quadro, la relazione con le persone che ricevono gli aiuti assume un rilievo particolare. Per molte realtà territoriali, la consegna non rappresenta soltanto un momento distributivo, ma anche un'occasione di ascolto, di emersione di bisogni non dichiarati e di collegamento con i servizi sociali. Le misure di accompagnamento, già previste nel periodo FEAD ma poco praticate, diventano con il FSE+ obbligatorie e dotate di risorse dedicate, con l'obiettivo di collegare in modo sistematico l'aiuto alimentare a percorsi di inclusione. Tuttavia, i punti di vista raccolti indicano che la traduzione concreta di questo principio incontra ancora diverse difficoltà: la mancanza di coordinamento con i servizi pubblici e la scarsità di personale qualificato rischiano di ridurre queste misure a un adempimento formale, senza produrre un impatto reale sulle traiettorie di vita delle persone in condizione di povertà.

Visione politica e strategica

Dalle interviste emerge con chiarezza la natura ambivalente del sistema. Da un lato, viene riconosciuta la solidità di una rete che da decenni garantisce continuità nell'assistenza alimentare a milioni di persone, con una capacità logistica e organizzativa che ha pochi equivalenti in Italia. Dall'altro, quasi tutte le persone intervistate sottolineano i limiti di fondo: questa macchina, pur efficiente nella distribuzione, non è riuscita a trasformarsi in una vera politica strutturale di contrasto alla povertà alimentare. La logica prevalente resta quella emergenziale e caritatevole, ancora troppo centrata sulle quantità distribuite e meno orientata alla riduzione delle disuguaglianze o alla promozione dell'inclusione sociale.

Molte testimonianze mettono in evidenza il paradosso di un sistema che funziona nel garantire cibo, ma che rischia di cristallizzare la povertà alimentare invece di combatterla. Manca una strategia di lungo periodo capace di collegare l'aiuto alimentare ad altre misure di *welfare*, come il sostegno al reddito o l'accesso ai servizi. In questo senso, alcune voci richiamano l'esperienza di altri Paesi europei, dove si è investito su strumenti più flessibili e meno stigmatizzanti, come i trasferimenti monetari ("*cash first*"), che consentono maggiore autonomia di scelta e riducono la dipendenza da reti caritative.

La specificità italiana viene interpretata in modi diversi. Da un lato, è attribuita alla forza del volontariato e delle organizzazioni religiose, che hanno costruito una rete capillare di prossimità capace di raggiungere i territori e intercettare i bisogni. Questo è considerato da molte persone un valore, per la capacità di supplire a un *welfare* pubblico fragile e di mantenere un legame diretto con le comunità. Dall'altro lato, però, la stessa centralità del volontariato è percepita come un limite: ancora ancorata a un approccio prevalentemente assistenzialista e caritatevole, rende difficile la transizione verso un modello più universale, strutturato e orientato alla riduzione delle disuguaglianze.

Conclusioni

Dalle interviste emerge l'immagine di un sistema che, pur garantendo da decenni continuità e capillarità nella distribuzione degli aiuti, resta caratterizzato da profonde ambivalenze. La rete multilivello — composta da grandi organizzazioni nazionali, enti capofila e realtà di prossimità — ha dimostrato una notevole capacità logistica e operativa, sostenuta dal lavoro volontario, considerato non solo una risorsa imprescindibile ma anche un tratto distintivo del modello italiano. Tuttavia, questa forza si accompagna a fragilità strutturali: la dipendenza dai fondi europei, la debolezza delle infrastrutture locali,

la rigidità dei panieri e la difficoltà di innovare le modalità di intervento.

Un nodo trasversale riguarda la governance: sebbene esistano formalmente diversi livelli e tavoli istituzionali, nella pratica questi non si traducono in un reale coordinamento. Manca un quadro condiviso di obiettivi e priorità, definito congiuntamente da istituzioni e organizzazioni, che orienti l'aiuto alimentare oltre la gestione operativa delle derrate. Di conseguenza, il sistema appare efficace come macchina distributiva, ma fatica a evolvere in una politica strutturale di contrasto alla povertà alimentare.

5.9. Verso una politica di contrasto alla povertà alimentare

La riflessione che segue non costituisce un'analisi esaustiva, ma rappresenta l'avvio di un percorso volto a individuare gli elementi essenziali di una politica di sicurezza alimentare. Come discusso nel primo capitolo, abbiamo distinto la condizione di benessere alimentare da quella di semplice assenza di grave insicurezza. Oggi il sistema degli interventi risulta fortemente frammentato, con risposte prevalentemente emergenziali e orientate alla gestione del bisogno più che alla promozione di diritti. In questo quadro, le politiche attuali riescono a prevenire il

peggioramento delle condizioni di insicurezza alimentare grave, ma non garantiscono un pieno accesso alle dimensioni del benessere alimentare. È da questa consapevolezza che occorre partire per interrogarsi su quali caratteristiche dovrebbe assumere una politica di sicurezza alimentare realmente efficace e quale ruolo la solidarietà alimentare possa svolgere al suo interno.

5.9.1. L'aiuto alimentare come strumento di gestione della povertà

La persistenza della povertà alimentare nei paesi ad alto reddito impone di ripensare in modo radicale le forme e il significato delle risposte oggi disponibili. Essa non deriva da una scarsità materiale di cibo, ma dall'effetto di processi economici e sociali che ridistribuiscono in modo diseguale risorse, potere e opportunità di accesso. Il sistema di aiuto alimentare, per come si è sviluppato negli ultimi decenni, risponde ai bisogni immediati delle persone ma non interviene sulle cause strutturali che li generano. Resta confinato nel piano dell'assistenza, agendo a valle di politiche pubbliche indebolite e di un *welfare* sempre più residuale (Dowler e O'Connor 2012; Riches e Silvestri 2014).

In questa prospettiva, l'aiuto alimentare è diventato un elemento strutturale della gestione della povertà: un dispositivo che

stabilizza e amministra la scarsità più che ridurla. Come osservano i già citati May, *et al.*, (2020), il sistema delle *food bank* non rappresenta soltanto una risposta emergenziale, ma un meccanismo attraverso cui il bisogno viene definito, regolato e reso amministrabile in un contesto segnato dall'austerità e dalla contrazione del *welfare* pubblico (Beck e Gwilym 2020). L'aiuto alimentare funziona così come strumento di gestione, non di trasformazione, delle disuguaglianze: una risposta che attenua l'urgenza ma non ricostruisce le condizioni di autonomia, che distribuisce risorse (limitate) senza garantire diritti (Strong 2019; Andriessen 2025).

Quando la sicurezza alimentare viene affidata ai circuiti dell'aiuto istituzionalizzato, essa tende a spostarsi dal piano del diritto collettivo a quello della gestione privata del bisogno. In questo passaggio, l'accesso al cibo non è più assicurato da politiche universali e strutturali, ma da un insieme di pratiche frammentate, spesso gestite da attori diversi, con propri criteri e capacità operative. L'aiuto assume così una funzione sostitutiva del *welfare* pubblico, ma priva dei suoi principi fondativi: universalismo, responsabilità istituzionale e possibilità di rivendicazione da parte delle persone.

Ne risulta un sistema diseguale, in cui il sostegno dipende dalla disponibilità locale e nazionale di risorse e dal grado di mobilitazione dei singoli soggetti, più che da un principio condiviso di giustizia sociale (Lambie-Mumford 2017). L'aiuto alimentare diventa così una forma di aiuto privatizzata, parziale e selettiva: non un sistema universale o garantito, ma un insieme di interventi "ad hoc", definiti da criteri morali e locali piuttosto che da diritti esigibili. In questo quadro, l'accesso all'aiuto dipende dalla discrezionalità di chi lo eroga, non da un principio di cittadinanza sociale. È un modello che, nel tentativo di rispondere alla vulnerabilità, finisce per riprodurre le stesse logiche di esclusione che intende contrastare, sostituendo la responsabilità pubblica con una responsabilità privata e contingente (Lambie-Mumford 2017; Lawson 2007).

5.9.2. Dal bisogno al diritto: il cibo come fondamento di giustizia sociale

Il primo passo per superare la visione del cibo come bisogno e della risposta come aiuto è riconoscerlo come un diritto. Solo in questa prospettiva è possibile spostare il baricentro delle politiche dalla gestione dell'emergenza alla costruzione di condizioni strutturali di uguaglianza.

Affrontare la povertà alimentare implica adottare la prospettiva del diritto al cibo, inteso non come principio astratto ma come cornice giuridica e politica che orienta l'azione pubblica (FAO 2004; Dowler e O'Connor 2012). Considerare l'accesso al cibo come un diritto implica riconoscere che la sicurezza alimentare non può essere affidata a forme di assistenza discrezionale, ma deve poggiare su politiche pubbliche capaci di garantire condizioni strutturali di uguaglianza. Questo approccio ha una duplice valenza: giuridica, perché attribuisce agli Stati la responsabilità di rispettare, proteggere e realizzare il diritto di ciascuna persona a un'alimentazione adeguata; e politica, perché ridefinisce le priorità dell'azione pubblica e il rapporto tra istituzioni, cittadinanza e società civile (Riches e Silvasti 2014; De Schutter 2014; Riches 2018).

Tuttavia, il solo riconoscimento formale del diritto al cibo non è sufficiente. È necessario che esso diventi il principio guida dell'azione pubblica. Adottare un approccio basato sui diritti significa trasformare il riconoscimento giuridico in orientamento politico, promuovendo un cambiamento profondo nell'impostazione degli interventi: passare da una logica assistenziale a una logica di giustizia sociale, in cui il sostegno non si limiti a fornire beni, ma miri a rafforzare le capacità, l'autonomia e

la dignità delle persone. In questa prospettiva, la risposta alla povertà alimentare deve essere parte integrante delle politiche di *welfare* e di uguaglianza, orientate a garantire pari opportunità di accesso al cibo e condizioni di vita dignitose per tutte e tutti.

5.9.3. Welfare e food policy: verso un quadro strategico comune

Storicamente, l'aiuto alimentare si è sviluppato in un contesto segnato dal progressivo arretramento del *welfare* pubblico, assumendo il ruolo di risposta parziale a bisogni che le politiche sociali non riescono più a coprire. Tuttavia, se il rafforzamento del *welfare* resta una condizione necessaria per garantire i diritti fondamentali delle persone, non è di per sé sufficiente ad assicurare una piena sicurezza alimentare. La povertà alimentare, come mostrano diversi studi, nasce dall'intreccio di fattori economici, sociali, culturali e ambientali: affrontarla richiede un approccio strategico capace di connettere le politiche redistributive con quelle alimentari.

Come sottolinea Tim Lang (2020), le politiche alimentari non sono semplicemente l'insieme delle misure che regolano la produzione e la distribuzione di cibo, ma "un campo intersettoriale che collega salute, sostenibilità, giustizia sociale e coesione territoriale". In questa prospettiva, esse non si limitano a

gestire il sistema alimentare, ma ne orientano la direzione di sviluppo, traducendo nel concreto il principio del diritto al cibo.

Un quadro fondato sul diritto al cibo richiede che la sicurezza alimentare non sia ridotta alla sola disponibilità economica, ma venga intesa come esito di politiche coordinate che agiscono sulle diverse dimensioni dell'accesso — economica, fisica, sociale e culturale (FAO 2004; HLPE 2020). Le politiche di *welfare* e le politiche alimentari rappresentano quindi due componenti complementari di un medesimo orizzonte: le prime operano sulla redistribuzione e sulla protezione sociale, le seconde intervengono sui contesti e sulle condizioni che rendono effettivo l'accesso al cibo adeguato.

Come evidenziato nel dibattito internazionale sulle politiche alimentari integrate, una *food policy* coerente non riguarda solo la produzione o la distribuzione degli alimenti, ma la costruzione di un'agenda pubblica orientata alla salute, alla sostenibilità e all'equità (HLPE 2020; Lang 2020). Integrare politiche sociali e alimentari significa riconoscere che la sicurezza alimentare è un indicatore della qualità complessiva delle politiche di *welfare* e della loro capacità di prevenire e ridurre le disuguaglianze. Solo all'interno di un quadro strategico condiviso, che riconosca il cibo come diritto e come dimensione del benessere

collettivo, è possibile superare la frammentazione degli interventi e orientare l'azione pubblica verso la piena realizzazione del diritto al cibo.

Integrare le politiche alimentari con quelle di *welfare* rappresenta oggi una sfida teorica e operativa ancora poco esplorata. La letteratura internazionale si è concentrata soprattutto sull'integrazione delle *food policy* con altri settori — agricolo, ambientale e sanitario — trascurando il loro potenziale contributo alle politiche sociali e di uguaglianza (Edwards *et al.* 2024). Tuttavia, se il cibo è riconosciuto come diritto e come dimensione del benessere collettivo, le politiche alimentari dovrebbero essere considerate parte integrante delle politiche di *welfare*, come espressione di un medesimo impegno pubblico volto a garantire condizioni di vita eque e sostenibili. Esse possono incidere non solo sull'accesso materiale al cibo, ma anche sui fattori economici, sociali e culturali che ne determinano l'equità e la qualità, contribuendo a rendere effettivo il diritto al cibo e, in una prospettiva più ampia, a promuovere condizioni di pieno benessere alimentare (Lang 2020; 2023).

5.9.4. Le *food policy* locali come laboratorio di integrazione tra politiche sociali e alimentari

L'integrazione tra politiche di *welfare* e politiche alimentari trova la sua espressione più concreta a livello territoriale, dove da tempo si sperimentano modelli innovativi di governance del cibo. Il potenziale delle politiche alimentari locali risiede nella capacità di intervenire su molteplici determinanti della povertà alimentare: dagli ambienti alimentari alla qualità e all'accessibilità economica del cibo, dai servizi pubblici come le mense scolastiche alla promozione di pratiche comunitarie. In questo senso, le *food policy* rappresentano un'occasione per superare la frammentazione delle risposte e costruire un approccio di sistema capace di affrontare la multidimensionalità delle disuguaglianze alimentari. Le esperienze sviluppate in diverse città italiane — come Milano, Roma e Torino — mostrano come il tema dell'accesso al cibo possa diventare un terreno di convergenza tra istituzioni, terzo settore e comunità locali, generando nuove forme di cooperazione e responsabilità condivisa (Moragues-Faus e Morgan 2015; Sonnino 2019). Questa pluralità di attori e pratiche, se adeguatamente coordinata, può contribuire a costruire una visione integrata delle politiche pubbliche, capace di connettere alimentazione,

salute, inclusione sociale e giustizia ambientale in una prospettiva comune di *welfare* e sostenibilità.

Tuttavia, tale integrazione non è priva di rischi. Se non orientate da una prospettiva fondata sul diritto al cibo, le politiche alimentari locali rischiano di limitarsi a rafforzare le filiere dell'aiuto, senza incidere sulle condizioni strutturali che rendono effettivo l'accesso al cibo. Il pericolo è quello di moltiplicare interventi concentrati unicamente su chi vive già situazioni di insicurezza alimentare, trascurando il quadro più ampio delle disuguaglianze che la producono. Oggi, infatti, molte delle dimensioni che definiscono l'esperienza alimentare — dalla disponibilità economica alla qualità, dal tempo alla possibilità di scelta — sono fortemente mediate dal mercato, che tende a tradurre bisogni e diritti in capacità di spesa (Lang 2020; Clapp 2021). Questa dinamica genera disuguaglianze profonde e richiede un intervento pubblico capace di riequilibrare le condizioni di accesso. In tale prospettiva, le *food policy* possono contribuire a correggere gli effetti più distorsivi del mercato, promuovendo ambienti alimentari più equi e accessibili e favorendo un benessere alimentare inteso come piena realizzazione del diritto al cibo.

Proprio in questa direzione si colloca la necessità di un quadro strategico capace di connettere politiche sociali e alimentari. Solo

un approccio realmente integrato, fondato su una visione condivisa tra questi due ambiti, può trasformare le *food policy* in una cornice strategica in grado di collocare il contrasto alla povertà alimentare all'interno di un progetto più ampio di giustizia sociale. La *food policy* non dovrebbe dunque limitarsi a coordinare gli attori e le risposte esistenti, ma configurarsi come un laboratorio politico capace di orientare le politiche di contrasto alla povertà alimentare verso la piena realizzazione del diritto al cibo. Il suo obiettivo non è soltanto migliorare l'efficacia delle risposte emergenziali, ma contribuire a ridefinire il senso stesso del *welfare*: da un sistema centrato sull'aiuto e sulla compensazione a uno orientato alla promozione del benessere alimentare come dimensione essenziale della cittadinanza e della giustizia sociale (Lang 2020; Morgan e Sonnino 2010).

Il concetto di *welfare alimentare* (Allegretti e Toldo, 2024) aiuta a comprendere come le pratiche di aiuto e le politiche sociali locali possano integrarsi con le strategie urbane del cibo, generando nuovi spazi di cooperazione tra istituzioni, terzo settore e comunità. Più che una politica in senso stretto, esso rappresenta una prospettiva analitica che consente di leggere in modo unitario l'insieme di interventi, formali e informali, che agiscono sulle diverse dimensioni della

povertà alimentare — materiale, relazionale e simbolica. Tuttavia, perché il *welfare alimentare* possa sviluppare il suo potenziale, è necessario che le politiche locali del cibo superino la logica dell'aiuto e del rafforzamento delle filiere assistenziali. In caso contrario, anche il *welfare alimentare* rischia di restare ancorato a un approccio assistenziale, privo di una visione universalistica e di un chiaro riferimento alla promozione dei diritti. Parlare di *welfare alimentare* significa dunque riconoscerne al tempo stesso il potenziale e i limiti: le politiche locali del cibo possono diventare strumenti di inclusione e di giustizia sociale, ma possono anche rimanere confinate entro un modello caritatevole se non inserite in un progetto politico capace di trasformare l'accesso al cibo in un diritto pienamente riconosciuto e garantito.

5.9.5. Reddito, disuguaglianze e diritto al cibo: oltre la logica dell'aiuto

Il reddito rappresenta non solo un elemento cruciale per comprendere la povertà alimentare, ma anche un terreno politico decisivo: è su di esso che si misura la capacità delle politiche pubbliche di garantire condizioni di vita dignitose e di ridurre le disuguaglianze che producono insicurezza alimentare. Tuttavia, il reddito non è l'unica determinante della povertà

alimentare, che deve essere letta nella sua natura pienamente multidimensionale. Essa non deriva soltanto dalla mancanza di risorse economiche, ma dall'intreccio di disuguaglianze strutturali — sociali, territoriali, di genere e culturali — che incidono in modo decisivo sia sull'accesso materiale al cibo, sia sulla qualità e sulla libertà delle scelte alimentari.

L'insufficienza di reddito riflette l'arretramento del *welfare* e la progressiva erosione della protezione sociale. Le politiche di austerità e la riduzione delle risorse pubbliche hanno indebolito strumenti come i sussidi di disoccupazione, l'accesso alla salute, i trasferimenti familiari e altri servizi essenziali. In assenza di tali meccanismi, la capacità delle famiglie di far fronte ai bisogni dipende sempre più dal reddito disponibile e, quindi, dalla loro posizione nel mercato del lavoro. Questo spostamento ha reso le condizioni di vita più instabili e le disuguaglianze più profonde, poiché la sicurezza materiale è ormai legata quasi interamente alla capacità individuale di generare reddito.

Tale centralità si riflette anche sull'accesso al cibo, oggi fortemente mediato dal mercato non solo sul piano economico, ma anche su quello sociale e culturale. Quando la possibilità di nutrirsi in modo adeguato, di scegliere prodotti di qualità o di partecipare alla vita sociale legata al cibo dipende dal

potere d'acquisto, l'insicurezza alimentare diventa un'espressione diretta delle disuguaglianze di reddito.

Il modello “cash first”: politiche di reddito per superare l'aiuto alimentare

Nel Regno Unito, la critica al sistema delle *food bank* si è legata con una più ampia domanda di protezione sociale e di sostegno al reddito. In questo contesto, l'*Independent Food Aid Network* (IFAN) — una rete nazionale che rappresenta centinaia di organizzazioni indipendenti di aiuto alimentare — ha ridefinito il campo delle risposte alla povertà alimentare, promuovendo un approccio *cash first*: intervenire sulle cause economiche dell'insicurezza alimentare, anziché limitarne i sintomi. Garantire un reddito adeguato — attraverso trasferimenti, sussidi o integrazioni salariali — è considerato una condizione necessaria per ridurre il ricorso all'aiuto alimentare e permettere alle persone di accedere al cibo in modo autonomo e dignitoso. Le evidenze raccolte da IFAN e da diverse autorità locali mostrano che le erogazioni in denaro sono più efficaci, rapide e dignitose rispetto ai contributi in natura: permettono di coprire spese alimentari, energetiche o sanitarie, di ridurre l'indebitamento e di sostenere l'economia locale, offrendo alle persone maggiore libertà di scelta e controllo sulla

propria vita (IFAN 2025). L'approccio *cash first but not cash only* riconosce tuttavia la natura multidimensionale dell'insicurezza alimentare: il reddito, pur centrale, non basta da solo. Da qui l'importanza di un approccio che riconosce il reddito come leva prioritaria ma non esclusiva per garantire sicurezza alimentare e dignità. L'erogazione diretta di sostegni economici — trasferimenti, sussidi o integrazioni di reddito — dovrebbe costituire la risposta ordinaria alle difficoltà materiali, poiché rappresenta una forma di aiuto più accessibile, flessibile e rispettosa dell'autonomia delle persone. Tuttavia, tale principio non implica una soluzione unica: in alcune situazioni, altre forme di sostegno in natura possono risultare più adeguate o preferibili. Interventi come la fornitura di beni essenziali (elettrodomestici, arredi di base), voucher o pacchi alimentari possono essere necessari in presenza di bisogni complessi, in aree con costi elevati o scarsa disponibilità di punti vendita, oppure quando le persone stesse li richiedono come supporto temporaneo.

Un sistema di *welfare* efficace, anche alimentare, deve quindi combinare flessibilità e coordinamento, assicurando che ogni forma di aiuto — monetaria o materiale — si inserisca in una rete di protezione più ampia, capace di prevenire le crisi e di accompagnare

le persone verso la stabilità economica e sociale. In questa prospettiva, i trasferimenti economici devono essere integrati da servizi di orientamento, consulenza e accompagnamento che aiutino a massimizzare il reddito, gestire le spese e accedere ai propri diritti (IFAN 2025).

Restituire una dimensione politica alla povertà alimentare significa allora spostare l'attenzione dalla sola distribuzione all'insieme delle condizioni che permettono alle persone di scegliere, acquistare e vivere il cibo come parte della propria autonomia. L'obiettivo non è sostituire l'aiuto alimentare, ma ridurre la necessità: costruire un sistema di protezione che agisca sulle cause strutturali della povertà, rafforzando il reddito e la sicurezza sociale come presupposti del diritto al cibo.

A differenza del Regno Unito, in Italia la connessione tra reddito e povertà alimentare non è stata ancora pienamente tematizzata. Il dibattito si è concentrato sulle misure di sostegno al reddito generale — dal Reddito di cittadinanza alle proposte di reddito minimo garantito — ma raramente tali strumenti sono stati analizzati come leve per affrontare l'insicurezza alimentare (Saraceno *et al.* 2022). È evidente che il miglioramento del reddito familiare incida positivamente sull'accesso al cibo (Marchetti e Secondi 2022), ma questo legame non è stato tradotto

in una strategia consapevole. La dimensione alimentare continua a essere affrontata prevalentemente come una questione di aiuto e distribuzione, senza essere ancora pienamente riconosciuta come parte delle disuguaglianze economiche e sociali più ampie.

5.10. Dall'aiuto alla cura: ripensare la povertà alimentare come questione di diritti

5.10.1. Ripartire dalle esperienze: comprendere la povertà alimentare nella sua interezza

Quando si parla di povertà alimentare, è fondamentale partire dalle esperienze concrete di chi la vive. Solo da queste è possibile cogliere la complessità del fenomeno e le molteplici forme in cui si manifesta nella vita quotidiana. Occorre evitare definizioni calate dall'alto di che cosa sia "deprivazione alimentare" e riconoscere nei vissuti delle persone la prima forma di sapere. Non si tratta di aggiungere testimonianze a un quadro teorico già dato, ma di assumere le esperienze come punto di partenza per comprendere la natura realmente multidimensionale della povertà alimentare — economica, relazionale, culturale e simbolica (Ueda 2023).

L'esperienza quotidiana è lo spazio in cui la povertà alimentare prende forma concreta e in cui si intrecciano le sue dimensioni materiali e sociali: reddito e prezzi, orari di lavoro e trasporti, affitto e bollette, salute e possibilità effettive di cucinare, reti sociali e stigma. Questi non sono fattori separati, ma condizioni di vita che si influenzano reciprocamente e definiscono, nel loro insieme, che cosa significhi vivere in povertà alimentare.

Riconoscere questo intreccio significa spostare lo sguardo: dalla descrizione del bisogno alla comprensione delle condizioni che lo producono, dalle categorie analitiche astratte ai vissuti concreti delle persone. È da qui che può partire una riflessione politica e progettuale più coerente, capace di interrogare il modo in cui le istituzioni e le pratiche di aiuto rispondono – o non rispondono – a tali condizioni.

Assumere l'esperienza come punto di partenza significa anche cambiare la grammatica degli interventi. Non si tratta di "intercettare" le persone attraverso il cibo per orientarle verso altri servizi, ma di riconoscere nel cibo non un pretesto assistenziale, bensì uno spazio in cui la povertà si manifesta nella sua interezza – materiale, relazionale e simbolica – e da cui può essere compresa e trasformata politicamente. In questa prospettiva, la partecipazione non è un complemento dell'intervento, ma la

sua condizione di possibilità: è attraverso la partecipazione che l'esperienza diventa sapere condiviso, capace di orientare le scelte pubbliche e ridefinire le priorità delle politiche (Doustmohammadian *et al.* 2022).

5.10.2. Uscire dalla logica emergenziale: dal *welfare* sostitutivo alla giustizia sociale

In Italia, l'aiuto alimentare si è consolidato all'ombra di un *welfare* in ritirata. Questa ombra ha prodotto un effetto ambivalente: da un lato, l'aiuto ha reso visibile il ritiro delle istituzioni; dall'altro, lo ha sostituito, naturalizzando una gestione del bisogno fondata più sulla logica della beneficenza che su quella dei diritti sociali. Politicizzare la povertà alimentare significa rompere questa ambivalenza, riportando il problema sul terreno della giustizia sociale, del reddito e della protezione. Il principio, tutt'altro che scontato, ridefinisce la relazione tra aiuto materiale e protezione sociale: il sostegno deve essere costruito insieme al reddito, non solo attraverso il cibo.

Riconoscere questo principio significa ammettere che la sicurezza alimentare non può essere garantita unicamente con l'assistenza alimentare. Il reddito è la condizione necessaria per un accesso stabile, autonomo e dignitoso al cibo: consente di

scegliere, pianificare e mantenere nel tempo una dieta adeguata, senza dover sacrificare l'alimentazione per far fronte ad altre spese essenziali. Il cibo può rappresentare un punto di accesso significativo, se riconosciuto come spazio relazionale e non come strumento di selezione o controllo; ma non può diventare la risposta esclusiva. Se l'intervento si limita alla distribuzione, senza un legame con politiche di reddito e inclusione, rischia di riprodurre una logica emergenziale che gestisce la povertà invece di contrastarla. Solo un'integrazione reale tra sostegno economico e pratiche di aiuto può restituire alla sicurezza alimentare la sua piena valenza politica e trasformativa.

Nel contesto italiano, segnato da un sistema di protezione sociale frammentato e da forti disuguaglianze territoriali, questa dinamica è particolarmente evidente. L'assistenza alimentare diventa spesso non la soglia di accesso verso altri sostegni, ma l'unico punto di contatto reale con una qualche forma di aiuto. Le reti caritative suppliscono alla debolezza dei servizi pubblici, offrendo risposte immediate ma prive di continuità e di diritti. Si produce così una "sostituzione di *welfare*": il cibo diventa risposta necessaria, ma non sufficiente. L'aiuto alimentare dovrebbe invece accompagnare – in modo transitorio e integrato – percorsi di sostegno

più ampi e strutturali, senza sostituirsi a politiche economiche e sociali fondate su redistribuzione, autonomia e giustizia sociale.

Un primo nodo politico riguarda la normalizzazione dell'emergenza. La distribuzione alimentare, nata per rispondere a situazioni temporanee di crisi, si è progressivamente stabilizzata fino a diventare una componente strutturale del sistema di aiuto. L'eccezione si è trasformata in regola: se tutto è emergenza, allora non c'è più emergenza, ma una modalità ordinaria di governo della povertà, che tende a gestirla più che a rimuoverne le cause (Riches 2018). Questa modalità sposta lo sguardo dalle cause profonde – come redditi insufficienti, costi fissi elevati, lavoro precario, indebitamento o difficoltà di accesso ai servizi, ambienti alimentari inadeguati – alla semplice gestione immediata del bisogno. Uscire dal regime d'emergenza significa cambiare la domanda: non “come distribuire meglio?”, ma “perché distribuiamo e quanto la distribuzione si sta sostituendo a politiche di reddito e servizi pubblici?”.

Un secondo passaggio riguarda la multidimensionalità della povertà alimentare. Essa non coincide con la sola mancanza di cibo né con la “scarsità calorica”: è un fenomeno che intreccia disuguaglianze economiche e territoriali, dimensioni relazionali e culturali, condizioni abitative e temporali, aspetti

psicologici e simbolici. Il cibo è insieme bene materiale, simbolico e sociale: veicolo di salute, identità, appartenenza, ma anche possibile luogo di esclusione, vergogna, stigma. Se questo è vero, la tradizionale logica di filiera (donatore → intermediario → beneficiario) mostra il suo limite: organizza i flussi, ma non tocca le determinanti. Serve una logica di sistema che intrecci il cibo con le politiche dell'abitare, del lavoro, dei tempi di vita e del *welfare* territoriale, oltre che con le reti di prossimità.

5.10.3. Innovare come pratica politica: dalla solidarietà assistenziale a quella trasformativa

Dentro questo cambio di prospettiva, l'innovazione delle pratiche non riguarda l'efficienza delle filiere, ma la loro capacità di trasformare l'aiuto in relazione, cura e partecipazione. Le esperienze realmente trasformative non si limitano a fornire cibo o a ottimizzarne la distribuzione: usano il cibo come mezzo per generare valore sociale, costruire relazioni di reciprocità e rafforzare le capacità individuali e collettive (Augusto, 2024).

In queste pratiche, il cibo non è un fine in sé, ma un veicolo di inclusione e benessere condiviso. Cucine comunitarie, orti condivisi, cooperative di consumo, food hub o

empori solidali che introducono elementi di scelta e costruiscono percorsi di trasformazione del cibo rappresentano un'evoluzione del modello tradizionale di aiuto alimentare, quando si radicano in una visione di sistema. La rigenerazione del valore del cibo non coincide con il mero recupero o con l'efficientamento delle filiere, ma con la capacità di attivare processi sociali in cui la comunità partecipa alla creazione di nuovo valore condiviso.

In questa prospettiva, la riflessione sulla cura offre una chiave per comprendere il senso politico dell'innovazione. Parlare di cura significa interrogarsi su che cosa sostenga realmente la vita delle persone e delle comunità e su come le istituzioni possano farsi carico di questa responsabilità collettiva. La cura, in questa visione, non è un atteggiamento morale o individuale, ma una pratica politica: riconosce che la sopravvivenza quotidiana dipende da reti di interdipendenza economiche, sociali e affettive. Applicata al campo dell'aiuto alimentare, implica costruire istituzioni e pratiche capaci di redistribuire non solo risorse, ma anche tempo, attenzione, sicurezza e riconoscimento (Woodly *et al.* 2021; Augusto 2024).

L'innovazione delle pratiche, come si è visto, non riguarda quindi l'efficienza della distribuzione, ma la capacità di trasformare l'aiuto da gesto di beneficenza a

responsabilità pubblica. Una pratica può dirsi innovativa quando riconosce la povertà alimentare nella sua natura multidimensionale e costruisce risposte che tengano insieme bisogni materiali, sociali e simbolici. L'innovazione politica implica un passo ulteriore: riportare la povertà alimentare nello spazio pubblico delle decisioni, riconoscendola come questione di giustizia e di responsabilità collettiva.

In questa direzione, la voce dei soggetti coinvolti e dei territori non rappresenta un elemento accessorio o meramente partecipativo, ma una forma di potere decisionale che orienta le scelte e le priorità dell'intervento. Nei territori si sperimentano approcci integrati alla povertà alimentare; a livello nazionale si ridefiniscono le politiche di *welfare* affinché l'aiuto non resti una supplenza permanente, ma torni a essere parte di una responsabilità pubblica e strutturale.

A questo punto, la domanda sull'utilità delle pratiche di aiuto va capovolta: non "servono o non servono?", ma "a che cosa servono e fino a dove?". Servono quando riducono lo stigma, costruiscono appartenenze, aprono accessi, restituiscono tempo e capacità; non servono – o meglio, non bastano – quando vengono chiamate a sostituire il reddito o il *welfare*.

Questa trasformazione non può avvenire senza un riposizionamento esplicito della solidarietà (Schmitt, 2022; Hill e Lared, 2024; Jennings, 2018). Troppo spesso ridotta a intervento emergenziale o assistenziale, la solidarietà di cui c'è bisogno è trasformativa: non si limita a rispondere ai bisogni, ma genera relazioni, attiva consapevolezza, riconosce soggettività e costruisce alternative condivise al modello che produce disuguaglianze. È un campo politico, non un sentimento: connette prossimità e trasformazione, cura e conflitto, quotidianità e visione.

Non si tratta di sostituire l'aiuto, ma di ridurne la necessità. Senza un reddito adeguato e protezioni sociali efficaci, l'aiuto alimentare resta spesso l'unico passo possibile, ma proprio per questo il suo compito non può essere rimpiazzare soluzioni strutturali, bensì aprirle e solleccitarle. Una società capace di promuovere il benessere alimentare non è quella che distribuisce più pacchi, ma quella che garantisce tempo, reddito, spazi e relazioni per vivere il cibo come esperienza di autonomia, salute e partecipazione.

In conclusione: insieme al reddito, non attraverso il cibo; dall'emergenza al diritto; dalla filiera al sistema; dall'aiuto alla cura; dalla prossimità assistenziale alla solidarietà trasformativa. Questo è il perno politico e operativo su cui riorientare pratiche e politiche,

partendo dall'unico punto di vista che consente di non smarrire la realtà: quello delle persone.

Bibliografia

- ActionAid. (2020). La pandemia che affama l'Italia. Covid-19, povertà alimentare e diritto al cibo. Milano.
- ActionAid. (2021). La fame non raccontata. La prima indagine multidimensionale sulla povertà alimentare in Italia e il Covid-19, Milano.
- ActionAid. (2022). Cresciuti troppo in fretta. Gli adolescenti e la povertà alimentare in Italia. Milano.
- ActionAid. (2023). Frammenti da ricomporre: Numeri, strategie e approcci in cerca di una politica. ActionAid.
- ActionAid. (2025). Fragili Equilibri. I numeri della povertà alimentare tra disuguaglianze, esperienze vissute e dimensioni invisibili. ActionAid.
- Alexander, K. (2024). Truffles and trash: Recirculating food in a social welfare state. University of North Carolina Press.
- Allegretti, V., e Toldo, A. (2024). *Una nuova prospettiva analitica sul welfare alimentare? Prime riflessioni sul caso di Torino*. Biblioteca della Libertà, LIX. https://doi.org/10.23827/BDL_2024_23
- ANCI. (2024, 30 ottobre). Comitato direttivo – Punto 2: Aggiornamento su attuazione delle misure per le Politiche di Coesione. Comuni e Città nel ciclo di programmazione 2021-2027. Associazione Nazionale Comuni Italiani.
- Andriessen, T., van der Horst, H., e Morrow, O. (2025). Forms of autonomy and dependence in food aid: Unravelling how they are related and perceived by recipients. *Agriculture and Human Values*, 42(3), 1723–1737. <https://doi.org/10.1007/s10460-025-10715-2>
- Andriessen, T., e van der Velde, L. A. (2024). How the social dignity of recipients is violated and protected

- across various forms of food aid in high-income countries: A scoping review. *Agriculture and Human Values*, 41(1), 363-379. <https://doi.org/10.1007/s10460-023-10476-w>
- Arcuri, S., Brunori, G., e Galli, F. (2021). The role of food charity in Italy. In H. Lambie-Mumford e T. Silvasti (Eds.), *The rise of food charity in Europe* (pp. 79–110). Bristol University Press.
- Ascoli, U., e Pavolini, E. (Eds.). (2015). *Il welfare in Italia*. Bologna: Il Mulino.
- Augusto, F. R. (2024). Understanding food assistance through care: Theoretical insights. *Sociological Research Online*, 29(4), 1070–1076. <https://doi.org/10.1177/1360780424122617>
- Banco Alimentare Lombardia. (2025). Bilancio sociale 2024 – Lombardia. Banco Alimentare. <https://www.bancoalimentare.it/news/pubblicato-il-bilancio-sociale-2024-di-banco-alimentare-lombardia>
- Barrett, C. B., e Maxwell, D. G. (2005). *Food aid after fifty years: Recasting its role*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203799536>
- Bazerghe, C., McKay, F. H., e Dunn, M. (2016). The role of food banks in addressing food insecurity: A systematic review. *Journal of Community Health*, 41(4), 732–740. <https://doi.org/10.1007/s10900-015-0147-5>
- Bazerghe, C., McKay, F. H., e Dunn, M. (2017). The rise of food banks and the challenge of matching food assistance with potential need: Towards a spatially specific, rapid assessment approach. *Agriculture and Human Values*, 34(4), 899–919. <https://doi.org/10.1007/s10460-017-9783-y>
- Beck, D., e Gwilym, H. (2023). The food bank: A safety-net in place of *welfare* security in times of austerity and the Covid-19 crisis. *Social Policy and Society*, 22(3), 545-561. <https://doi.org/10.1017/S1474746421000907>
- Beck, D., e Gwilym, H. (2020). The moral maze of foodbank use. *Journal of Poverty and Social Justice*, 28(3), 383–399. <https://doi.org/10.1017/S147474642100090>
- Bedore, M. (2018). 'I was purchasing it; it wasn't given to me': Food project patronage and the geography of dignity work. *The Geographical Journal*, 184(3), 218–228. <https://doi.org/10.1111/geoj.12251>
- Bernaschi, D., Caputo, L., Di Renzo, L., Felici, F. B., Frank, G., Giacardi, A., Gualtieri, P., Manetti, I., Marino, D., Minotti, B., Orlando, L., e Scannavacca, F. (2024). Lo stato della povertà alimentare nella Città metropolitana di Roma nel contesto italiano. Report 2024. CURSA – Osservatorio insicurezza e povertà alimentare (OIPA). <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.32159.16801>
- Berti, F., e Valzania, A. (2025). Less state and more solidarity shops: The Italian method to combat food poverty. *Frontiers in Sustainable Food Systems*, 9, 1596425. <https://doi.org/10.3389/fsufs.2025.1596425>
- Blake M. K. (2019), More than just food: Food insecurity and resilient place making through community self-organising. *Sustainability*, 11(10), 2942. <https://doi.org/10.3390/su11102942>
- Bogiatzis- Gibbons, D., Broch- Due, I., Breathnach, S., Evans, A., Gadenne, V., Hardy, T., Holt, M., Manby, A., Vinnitchok, A., e Barnard, M. (2021) National School Breakfast Programme Evaluation Report. Educational Endowment Foundation. <https://www.magicbreakfast.com/wp-content/uploads/2023/11/National-School-Breakfast-Programme.pdf>
- Bosi, L., e Zamponi, L. (2022). Solidarietà, mutualismo, resistenza: l'azione collettiva in Italia dalla crisi economica a

- quella pandemica. *La Rivista delle Politiche Sociali*, 1(2022), 89-106.
<https://www.futura-editrice.it/wp-content/uploads/2022/07/RPS-2022-1-06-Bosi-Zamponi.pdf>
- Brophy, S., e Woolley, K. (2022). School meals case study: Wales (Working paper). Research Consortium for School Health and Nutrition, School Meals Coalition.
https://schoolmealscoalition.org/sites/default/files/2024-05/Brophy_Woolley_2022_School_Meals_Case_Study_Wales.pdf
- Camarlinghi, R., e d'Angella, F. (a cura di). (2023). Il lavoro sociale in ottica di comunità: Idee, visioni, metodi di lavoro. Animazione Sociale.
- Camera dei Deputati. (2025). Misure a sostegno degli indigenti. Camera dei Deputati. Servizio Studi, XIX Legislatura.
<https://temi.camera.it/leg19/temi/politiche-a-sostegno-degli-indigenti.html>
- Caraher M., Furey S. (2017), Is it appropriate to use surplus food to feed people in hunger? Short-term Band-Aid to more deep rooted problems of poverty.
<https://foodresearch.org.uk/publications/is-it-appropriate-to-use-surplus-food-to-feed-people-in-hunger/>
- Caraher M., Furey S. (2018), The economics of emergency food aid provision. Cham, Springer Books.
- Caraher, M. (2015). The European Union Food Distribution Programme for the Most Deprived Persons of the Community, 1987-2013: From agricultural policy to social inclusion policy? *Health Policy*, 119(7), 932-940.
<https://doi.org/10.1016/j.healthpol.2015.05.001>
- Caraher, M., e Furey, S. (2022). The corporate influence on food charity and aid: The "Hunger Industrial Complex" and the death of *welfare*. *Frontiers in Public Health*, 10, 950955.
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.950955>
- Carson, E.A. (2013) Canadian food banks and the depoliticization of food insecurity at the individual and community levels. *Canadian Review of Social Policy*, (70), 7– 21.
<https://crsp.journals.yorku.ca/index.php/crsp/article/view/34781>
- CESCR. (1999). General Comment No. 12: The right to adequate food. UN Committee on Economic, Social and Cultural Rights.
- CESCR. (2000). General Comment No. 14: The right to the highest attainable standard of health. UN Committee on Economic, Social and Cultural Rights.
- Clapp, J. (2021). *Food* (3rd ed.). Cambridge, England: Polity Press.
- Cloke, P., May, J., e Williams, A. (2017). The geographies of food banks in the meantime. *Progress in Human Geography*, 41(6), 703–726.
<https://doi.org/10.1177/03091325166558>
- Collins, P.A., Power, E.M., e Little, M.H. (2014) Municipal- level responses to household food insecurity in Canada: A call for critical, evaluative research. *Canadian Journal of Public Health*, 105, e138– 41.
<https://doi.org/10.17269/cjph.105.4224>
- Commissione Europea. (2022). Decisione di esecuzione della Commissione del 1° dicembre 2022 che approva il Programma Nazionale "Inclusione e lotta alla povertà" 2021–2027 per l'Italia (C(2022) 9029). Bruxelles: Commissione Europea.
https://poninclusionelavoro.gov.it/sites/default/files/documents/03_Decisione-Commissione-n.-9029-final-del-1-12-2022.pdf
- Comune di Roma. (2023). Nota del Consiglio del Cibo – Povertà alimentare. Comune di Roma.
https://www.comune.roma.it/web-resources/cms/documents/Nota_Consiglio_del_cibo_Povert_alimentare.pdf
- De Benedictis, M., Scarafoni, D., e Sforzi, J. (2022). La Rete Empori Solidali Emilia-Romagna. In *Rapporto Giorgio Rota*

2022. Quaderno 15 (pp. 219-236). Centro Einaudi.
https://www.centroeinaudi.it/images/abook_file/15-DeBenedictis-Scarafoni-Sforzi.pdf
- Délano Alonso, A., e Samway, D. (2022). *Migrant community responses to the COVID-19 pandemic: Mutual aid at La Morada*. *International Migration*, 60(6), 255–270.
<https://doi.org/10.1111/imig.13057>
- De Schutter, O. (2014). The right to food: Report of the Special Rapporteur on the right to food. United Nations Human Rights Council.
https://www.ohchr.org/sites/default/files/HRBodies/HRC/RegularSessions/Session25/Documents/A_HRC_25_57_ENG.D_OC
- Dickinson, M. (2017). Free to serve? Emergency food and volunteer labor in a New York pantry. CUNY Academic Works.
https://academicworks.cuny.edu/nc_public/93
- do Paço, A., e Agostinho, D. (2012). Does the kind of bond matter? The case of food bank volunteer. *International Review on Public and Nonprofit Marketing*, 9(2), 105–118.
<https://doi.org/10.1007/s12208-012-0081-5>
- Doustmohammadian, A., Eftekhari, M. H., Shakibazadeh, E., Malekafzali, H., Sadeghi, R., e Azadbakht, L. (2022). Community-based participatory interventions to improve food security and/or its dimensions: A systematic review. *BMC Public Health*, 22(1), 2397.
<https://doi.org/10.3389/fnut.2022.102839>
- Dowler, E. (1998). Food Poverty and Food Policy. *IDS Bulletin*, 29(1), 58–65.
<https://bulletin.ids.ac.uk/index.php/idsbo/article/view/1446>
- Dowler, E. A., e Dobson, B. M. (1997). Nutrition and poverty in Europe: An overview. *Proceedings of the Nutrition Society*, 56(1A), 51–62.
<https://doi.org/10.1079/PNS19970009>
- Dowler, E., e Lambie-Mumford, H. (2015). How can households eat in austerity? Challenges for social policy in the UK. *Social Policy and Society*, 14(3), 417–428.
<https://doi.org/10.1017/S147474641500032>
- Dowler, E., e O'Connor, D. (2012). Rights-based approaches to addressing food poverty and food insecurity in Ireland and the UK. *Social Science e Medicine*, 74(1), 44–51.
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2011.08.036>
- Edwards, F., Sonnino, R., e López Cifuentes, M. (2024). Connecting the dots: Integrating food policies towards food system transformation. *Environmental Science e Policy*, 156, 103735.
<https://doi.org/10.1016/j.envsci.2024.103735>
- European Commission. (2012, October 24). Proposal for a Regulation of the European Parliament and of the Council on the Fund for European Aid to the Most Deprived (COM(2012) 617 final). Brussels: European Commission.
<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=celex:52012PC0617>
- European Court of Auditors. (2019). Special Report 05/2019: FEAD - Fund for European Aid to the Most Deprived: Valuable support but its contribution to reducing poverty is not yet established. Luxembourg: Publications Office of the European Union.
<https://op.europa.eu/webpub/eca/special-reports/fead-5-2019/en/>
- European Food Banks Federation. (n.d.). Our story.
<https://www.eurofoodbank.org/our-story/>
- FAO. (2004). Voluntary guidelines to support the progressive realization of the right to adequate food in the context of national food security. Rome: FAO.
<https://www.fao.org/4/y7937e/y7937e00.htm>

- Feeding Britain. (2025). New report shows the community impact of affordable food clubs and their role in fostering resilience. <https://feedingbritain.org/new-report-shows-the-community-impact-of-affordable-food-clubs-and-their-role-in-fostering-resilience/#:~:text=Based%20on%20new%20data%20from,Food%20Clubs%20help%20their%20food>
- Ferrera, M. (2005). *The boundaries of welfare: European integration and the new spatial politics of social protection*. Oxford University Press.
- Fisher, A. (2017). *Big Hunger: The unholy alliance between corporate America and anti-hunger groups*. MIT Press.
- Fisher, B., e Tronto, J. C. (1990). Toward a feminist theory of caring. In E. K. Abel e M. K. Nelson (Eds.), *Circles of care: Work and identity in women's lives* (pp. 35–62). State University of New York Press.
- Fondazione Comitans, Caritas Roma, e ADRA Italia. (2024). *Garantire a tutti l'accesso a cibo sano e nutriente: Progetto NutriDono – Fase 1*. Roma: EIT Food. <https://fondazionecomitans.org/cosa-facciamo/nutridono/>
- Fong, K. (2016). The cost of free assistance: Why low-income individuals do not access food pantries. *Journal of Sociology e Social Welfare*, 43(1), 71–93. <https://doi.org/10.15453/0191-5096.3999>
- Fossati, G. J. (2020). *E voi state bene? Un diario al tempo del Covid-19. Storie e prospettive delle Brigate di solidarietà*. Interno4.
- Fraser, N. (2016). Contradictions of capital and care. *New Left Review*, 100, 99–117. <https://newleftreview.org/issues/ii100/articles/nancy-fraser-contradictions-of-capital-and-care>
- Gómez Garrido, M., Carbonero Gamundí, M. A., e Viladrich, A. (2018). The role of grassroots food banks in building political solidarity with vulnerable people. *European Societies*, 21(5), 753–773. <https://doi.org/10.1080/14616696.2018.1518537>
- Garthwaite, K. (2016). *Hunger pains: Life inside foodbank Britain*. Policy Press.
- Hamilton, W. L., Cook, J. T., Thompson, W. W., Buron, L. F., Frongillo, E. A., Olson, C. M., e Wehler, C. A. (1997). *Household food security in the United States in 1995: Technical report of the Food Security Measurement Project*. U.S. Department of Agriculture, Food and Consumer Service. <https://fns-prod.azureedge.us/sites/default/files/SUMRPT.PDF>
- Handy, F., e Mook, L. (2011). Volunteering and volunteers: Benefit–cost analyses. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 40(3), 494–510. <https://doi.org/10.1177/1049731510386625>
- Hill, D., Bell, M., e Laredo, E. (2024). *Solidarity is not a dirty word: Exploring and locating solidarity as a theory and model for a radical community social work practice*. *Community, Responsibility and Social Work*, 12(4), 442–455. <https://doi.org/10.1332/20498608Y2024D000000022>
- HLPE. (2020). *Food security and nutrition: Building a global narrative towards 2030*. High Level Panel of Experts on Food Security and Nutrition of the Committee on World Food Security. <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/8357b6eb-8010-4254-814a-1493faaf4a93/content>
- Hume, C., Grieger, J. A., Kalamkarian, A., D'Onise, K., et al. (2022). Community gardens and their effects on diet, health, psychosocial and community outcomes: A systematic review. *BMC Public Health*, 22, 1247. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13591-1>
- Iacovou, M., Pattieson, D. C., Truby, H., e Palermo, C. (2013). Social health and nutrition impacts of community kitchens:

- A systematic review. *Public Health Nutrition*, 16(3), 535–543.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10271777/>
- Inaudi, S. (2015) 'Assistenza ed educazione alimentare: l'Amministrazione per gli Aiuti Internazionali 1947–1965' ['Nutrition assistance and education: the Administration for International Aid 1947–1965'], *Contemporanea*, 18(3): 373–400.
- IFAN. (2023). Cash first: Towards income-based responses to food insecurity. Independent Food Aid Network.
<https://www.foodaidnetwork.org.uk/cash-first>
- IFAN. (2025). Cash first and the Crisis and Resilience Fund – Cash first but not cash only: Note from Crisis Support Working Group. Independent Food Aid Network.
<https://www.foodaidnetwork.org.uk/briefings/cash-first-but-not-cash-only>
- Jarosz, L. (2011). Defining world hunger: Scale and neoliberal ideology in international food security policy discourse. *Food, Culture e Society*, 14(1), 117–139.
<https://doi.org/10.2752/175174411X12810842291308>
- Jennings, B. (2018). Solidarity and care as relational practices. *Bioethics*, 32(9), 553–561.
<https://doi.org/10.1111/bioe.12510>
- Kerins, C., Furey, S., Kerrigan, P., McCartan, A., Kelly, C., Brown, E., Neelakant, N., e Vaughan, E. (2025). 'I suppose language is important': Investigating news media and third sector views on food poverty. *Health Promotion International*, 40(3), daaf073.
<https://doi.org/10.1093/heapro/daaf073>
- Kerrigan, P., McCartan, A., e Vaughan, E. (2024). *Between headlines and hunger: Media framing of food poverty on the island of Ireland*. *Media, Culture e Society*, 47(4).
<https://doi.org/10.1177/01634437241299342>
- Knight, A., Brannen, J., O'Connell, R. E., e Hamilton, L. (2018). How do children and their families experience food poverty according to UK newspaper media 2006–15? *Journal of Poverty and Social Justice*, 26(2), 207–226.
<https://doi.org/10.1332/175982718X15200701225223>
- Lambie-Mumford, H. (2017). *Hungry Britain: The rise of food charity*. Policy Press.
- Lambie-Mumford, H. (2019). The growth of food banks in Britain and what they mean for social policy. *Critical Social Policy*, 39(1), 3–22.
<https://doi.org/10.1177/0261018318765855>
- Lambie-Mumford, H., e Dowler, E. (2015). Hunger, food charity and social policy: Challenges faced by the emerging evidence base. *Social Policy e Society*, 14(3), 497–506.
<https://doi.org/10.1017/S1474746415000172>
- Lambie-Mumford, H., e Silvasti, T. (Eds.). (2021). *The rise of food charity in Europe*. Bristol University Press.
<https://doi.org/10.46692/9781447347576>
- Lambie-Mumford, H., e Kennedy, K. (2025). Commercial determinants of health: A new framework for studying relationships between food corporations and food charities in the UK. *Social Science e Medicine*, 366, 117590.
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2024.117590>
- Lambie-Mumford, H., e Loopstra, R. (2021). Food banks and the UK *welfare* state. In H. Lambie-Mumford e T. Silvasti (Eds.), *The rise of food charity in Europe* (pp. 191–218). Bristol, UK: Policy Press.
- Lang, T. (1985). Let them eat cake: Food, needs and recession. *Critical Social Policy*, 5(13), 10–20.
- Lang, T. (1999). Food policy for the 21st century: can it be both radical and reasonable? In M. Koc, R. MacRae, L. J. A. Mougeot, e J. Welsh (Eds.), *For hunger-proof cities: Sustainable urban food systems* (pp. 216–224). Ottawa:

- International Development Research Centre.
<https://cgspace.cgiar.org/items/40fabe1d-eee4-4c6d-8aa7-ba681446d70a>
- Lang, T. (2020). *Feeding Britain: Our food problems and how to fix them*. London, England: Penguin Books.
- Lang, T. (2023). The intransigence of food insecurity: Questioning the realities. In M. Caraher, J. Coveney, e M. Chopra (Eds.), *Handbook of Food Security and Society* (Cap. 24, pp. 334–352). Edward Elgar Publishing.
- Lawson, V. (2007). Geographies of care and responsibility. *Annals of the Association of American Geographers*, 97(1), 1–11.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-8306.2007.00520.x>
- Lister, R. (2004). *Poverty*. Polity Press.
- Livingstone, N., e Natarajan, L. (2025). *Charity and capitalism*. In Z. Mendly-Zambo e D. Raphael (Eds.), *The politics of food insecurity in Canada and the United Kingdom* (pp. 116–150). Policy Press.
<https://doi.org/10.51952/9781447370710.ch004>
- Lofton S, Kersten M, Simonovich SD, Martin A (2022).. Mutual aid organisations and their role in reducing food insecurity in Chicago’s urban communities during COVID-19. *Public Health Nutrition*.25(1):119-122.
<https://doi.org/10.1017/S1368980021003736>
- Loopstra R e Tarasuk V (2012) The relationship between food banks and household food insecurity among low income Toronto families. *Can Public Policy* 38, 497–514.
<https://doi.org/10.3138/CP.38.4.497>
- Loopstra, R., e Tarasuk, V. (2013). Perspectives on Community Gardens, Community Kitchens and the Good Food Box Program in a Community-based Sample of Low-income Families. *Canadian Journal of Public Health*, 104(e55–e59).
<https://doi.org/10.1007/bf03405655>
- Loopstra, R., e Lambie-Mumford, H. (2023). Food banks: Understanding their role in the food insecure population in the UK. *Proceedings of the Nutrition Society*, 82(3), 253–263.
<https://doi.org/10.1017/s0029665123002720>
- Mabli, J., Ohls, J., Dragoset, L., Castner, L., e Santos, B. (2013). *Measuring the Effect of Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP) Participation on Food Security*. U.S. Department of Agriculture, Food and Nutrition Service.
<https://www.govinfo.gov/content/pkg/GOVPUB-A98-PURL-gpo62712/pdf/GOVPUB-A98-PURL-gpo62712.pdf>
- Madama, I. (2016). *The Fund for European Aid to the Most Deprived: a contested and contentious (but successful) reconciliation pathway* (RESeU Working Paper). Milano: Università degli Studi di Milano.
- Madama, I. (2025). *The politics of European food aid policy from Delors to von der Leyen*. Springer Nature Switzerland AG.
- Maino, F., e De Tommaso, C. V. (2022). Le reti locali multiattore nel contrasto alla povertà alimentare minorile: i casi di Milano e Bergamo. *Rivista Italiana di Politiche Pubbliche*, 39(3), 349-374.
<https://air.unimi.it/handle/2434/949868>
- Maino, F., Lodi Rizzini, C., e Bandera, L. (2016). *Povert  alimentare in Italia: le risposte del secondo welfare*. Bologna: Il Mulino.
- May, J., Williams, A., Cloke, P., e Cherry, L. (2019). Food banks and the production of scarcity. *Transactions of the Institute of British Geographers*, 45(1), 208–222.
<https://doi.org/10.1111/tran.12340>
- Marchetti, S., e Secondi, L. (2022). The Economic Perspective of Food Poverty and (In)security: An Analytical Approach to Measuring and Estimation in Italy. *Social Indicators Research*, 162(3), 995–1020.
<https://doi.org/10.1007/s11205-021-02875-5>

- Marks, J.H. (2019) *The Perils of Partnership: Industry Influence, Institutional Integrity, and Public Health*. Oxford University Press.
- McIntyre, L., Tougas, D., Rondeau, K., e Mah, C. L. (2015). "In"-sights about food banks from a critical interpretive synthesis of the academic literature. *Agriculture and Human Values*, 33(4), 843-859. <https://doi.org/10.1007/s10460-015-9674-z>
- Maclean, M., Harvey, C., Yang, R., e Mueller, F. (2021) Elite philanthropy in the United States and United Kingdom in the new age of inequalities. *International Journal of Management Reviews*, 23(3), 330– 52. <https://doi.org/10.1111/ijmr.12247>
- Mendly-Zambo, Z., e Raphael, D. (2019). Competing discourses of household food insecurity in Canada. *Social Policy and Society*, 18(4), 535–554.
- Metis GmbH (in collaborazione con Fondazione G. Brodolini e Panteia). (2018). FEAD Mid-Term Evaluation: Interim Report (Contratto VC/2016/0664). Commissione Europea, Direzione-Generale per l'Occupazione, Affari Sociali e Inclusione. <https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/bdb97849-48fb-11e8-be1d-01aa75ed71a1/language-en>
- Middleton, G., Mehta, K., McNaughton, D., e Booth, S. (2018). The experiences and perceptions of food banks amongst users in high-income countries: An international scoping review. *Appetite*, 120, 698-708. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.10.029>
- Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali. (2022). Programma Nazionale "Inclusione e lotta alla povertà" 2021– 2027. <https://poninclusione.lavoro.gov.it/PN-2021-2027/Pagine/default>
- Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali. (2024). Istruzioni operative n. 99/2024 e successivi Addendum (108/2024, 109/2024, 143/2024, 13/2025). Modalità di gestione e monitoraggio della distribuzione di aiuti alimentari e misure di accompagnamento sociale finanziate dal PN Inclusione e lotta alla povertà 2021– 2027. Roma: MLPS. https://pninclusione21-27.lavoro.gov.it/sites/default/files/2024-09/FAQ_ISTRUZIONI_OPERATIVE_N.%2099-2024_AGEA.pdf
- Moragues-Faus, A., e Morgan, K. (2015). Reframing the foodscape: The emergent world of urban food policy. *Environment and Planning A: Economy and Space*, 47(7), 1558–1573. <https://doi.org/10.1177/0308518X15595754>
- Morgan, K., e Sonnino, R. (2010). *The urban foodscape: World cities and the new food equation*. *Cambridge Journal of Regions, Economy and Society*, 3(2), 209–224. <https://doi.org/10.1093/cjres/rsq007>
- Morgan, K. (2015). The moral economy of food. *Geoforum*, 65, 294–296. <https://doi.org/10.1016/j.geoforum.2015.07.029>
- Nonna Roma. (2024). Nonna Roma lotta contro la povertà alimentare. Recuperato il 17 Settembre 2025, da <https://nonnaroma.it/campagna-politica/nonna-roma-lotta-contro-poverta-alimentare/>
- Ohmer, M. L. (2022). Community engagement: Evolution, challenges and opportunities. *Journal of Community Practice*, 30(3), 229–241. <https://doi.org/10.1080/10705422.2022.2144061>
- Oldroyd, L., Eskandari, F., Pratt, C., e Lake, A.A. (2022) The nutritional quality of food parcels provided by food banks and the effectiveness of food banks at reducing food insecurity in developed countries: a mixed- method systematic review. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*, 35(6), 1202– 29. <https://doi.org/10.1111/jhn.12994>
- Oncini, F. (manuscript in preparation) (2025). Charitable food provision in high-

- income countries: A relational research agenda. Maastricht University.
- Parsell, C., Clarke, A., e Perales, F. (2021) *Charity and Poverty in Advanced Welfare States*. Routledge.
- Pesenti, L., e Rovati, G. (a cura di). (2015). *Food poverty, food bank. Aiuti alimentari e inclusione sociale*. Vita e Pensiero. ISBN 978-88-343-2991-7
- Poppendieck, J. (1998). *Sweet charity? Emergency food and the end of entitlement*. Viking.
- Power, M., e Small, N. (2022). Disciplinary and pastoral power, food and poverty in late-modernity. *Critical Social Policy*, 42(1), 43–63.
<https://doi.org/10.1177/0261018321999799>
- Power, M., Doherty, B., Small, N., Teasdale, S., e Pickering, L. (2017). All in it together? Community food aid in a multi-speed *welfare* state. *Social Policy and Society*, 16(3), 519–528.
<https://doi.org/10.1017/S0047279417000010>
- Radimer, K. L., Olson, C. M., e Campbell, C. C. (1990). Development of indicators to assess hunger. *Journal of Nutrition*, 120(11 Suppl), 1544–1548.
<https://doi.org/10.1093/jn/120.suppl.11.1544>
- Radimer, K. L., Olson, C. M., Greene, J. C., Campbell, C. C., e Habicht, J. P. (1992). Understanding hunger and developing indicators to assess it in women and children. *Journal of Nutrition Education*, 24(1, Suppl), 36S–44S.
[https://doi.org/10.1016/S0022-3182\(12\)80137-3](https://doi.org/10.1016/S0022-3182(12)80137-3)
- Ranta, R., Nancheva, N., Mulrooney, H., Bhakta, D., e Lake, S. (2024). Access, dignity, and choice: Social supermarkets and the end of the food bank model in the UK? *Food, Culture e Society*. Advance online publication.
<https://doi.org/10.1080/15528014.2024.2321409>
- Raphael, D. (2025). Food banks, food diversion, and other responses. In Z. Mendly-Zambo e D. Raphael (Eds.), *The Politics of Food Insecurity in Canada and the United Kingdom*. Bristol University Press; Policy Press.
- Regnier- Davies, J., Edge, S., e Austin, N. (2023) The intersection of structure and *agency* within charitable community food programs in Toronto, Canada, during the COVID- 19 pandemic: cultivating systemic change. *Critical Public Health*, 33(3), 355– 62.
<https://doi.org/10.1080/09581596.2022.2130740>
- Reinhorn, L. J. (2007). Butter mountains and wine lakes. *Economics Letters*, 94(2), 197-201.
<https://doi.org/10.1016/j.econlet.2006.06.029>
- Reynolds, D. e Miroso, M. (2023) Want amidst plenty: food insecurity in rich liberal democracies. In: G. Muschert, K. Budd, C. Christian, B. Klocke, J. Shefner, and R. Perrucci (eds) *Global Agenda for Social Justice* (pp 131– 41). Bristol University Press.
- Ribeiro, G. A. (2023). *Stories of sustenance, nourishment, and feasting: A case study of mutual aid and community-building efforts. Arbutus: The University of Victoria Undergraduate Research Journal*, 14(1), 42–52.
<https://doi.org/10.18357/tar141202321390>
- Riches, G. (2018). *Food Bank Nations: Poverty, Corporate Charity and the Right to Food* (1st ed.). Routledge.
- Riches, G. (Ed.). (1997). *First world hunger: Food security and welfare politics*. London: Macmillan; New York, NY: St. Martin's Press.
- Riches, G., e Silvasti, T. (2014). *First world hunger revisited: Food charity or the right to food?* Palgrave Macmillan.
- Saraceno, C., Benassi, D., e Morlicchio, E. (2022). *La povertà in Italia: Soggetti, meccanismi, politiche*. Il Mulino.
- Saxena, L. P., e Tornaghi, C. (2018). *The Emergence of Social Supermarkets in Britain: Food poverty, Food waste and*

- Austerity Retail. Research Report. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.16479.93601>
- Scannavacca, F., e Manetti, I. (2025, 5 maggio). La geografia diseguale della povertà alimentare. DiTe – Rivista online di AISRe. <https://www.dite-aisre.it/la-geografia-diseguale-della-poverta-alimentare/>
- Schmitt, C. (2022). Solidarity: A key concept for social work. *Österreichisches Jahrbuch für Soziale Arbeit*, 1, 45–63. <https://doi.org/10.30424/OEJS2204045>
- Saxena, L. P., e Tornaghi, C. (2018). *The emergence of social supermarkets in Britain: Food poverty, food waste and austerity retail*. Coventry University, Centre for Agroecology, Water and Resilience (CAWR). <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.16479.93601>
- Sen, A. (1981). *Poverty and famines: An essay on entitlement and deprivation*. Oxford University Press.
- Silvasti, T. (2015). Food Aid – Normalising the Abnormal in Finland. *Social Policy and Society*, 14(3), 471–482. <https://doi.org/10.1017/S147474641500123>
- Simmet, A., Depa, J., Tinnemann, P., e Stroebele-Benschop, N. (2017) The nutritional quality of food provided from food pantries: a systematic review of existing literature. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 117(4), 577– 88. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2016.08.015>
- Social Innovation Plus. (2024). Exploring ESF+ practices for addressing material deprivation across Member States. European Competence Centre for Social Innovation. <https://socialinnovationplus.eu/app/uploads/2024/10/Exploring-ESF-Practices-for-Addressing-Material-Deprivation-Across-Member-States.pdf>
- Sonnino, R. (2016). The new geography of food security: Exploring the potential of urban food strategies. *The Geographical Journal*, 182(2), 190-200. <https://doi.org/10.1111/geoj.12129>
- St Mary's Food Bank. (2021) Filling hungry stomachs for 50 years! Recuperato il 10 Settembre, da <https://www.firstfoodbank.org/about/>
- Strong, S. (2019). The vital politics of foodbanking: Hunger, austerity and biopower. *Geoforum*, 98, 144–152. <https://doi.org/10.1016/j.geoforum.2018.09.023>
- Sullivan, P. (8 Ottobre 2005). John van Hengel Dies at 83; Founded 1st Food Bank in 1967. *Washington Post*. Recuperato il 10 settembre, da <https://www.washingtonpost.com/archive/local/2005/10/08/john-van-hengel-dies-at-83/43d8b076-f3ed-4cee-82a7-d60a6f47e93a/>
- Söderberg, M., Sandberg, E. L., e Linde, S. (2025). Food aid professionals' thoughts on the dignity of visitors while maintaining their own. *Voluntary Sector Review*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/2156857X.2025.2451673>
- Tarasuk, V., Dachner, N., e Loopstra, R. (2014). Food banks, *welfare*, and food insecurity in Canada. *British Food Journal*, 116(9), 1405-1417. <https://doi.org/10.1108/BFJ-02-2014-0077>
- Tarasuk, V., Fafard St-Germain, A. A., e Loopstra, R. (2019). The Relationship Between Food Banks and Food Insecurity: Insights from Canada. *Voluntas*. <https://doi.org/10.1007/s11266-019-00092-w>
- Tarasuk, V., Fafard St-Germain, A. A., e Loopstra, R. (2020). The relationship between food banks and food insecurity: insights from Canada. *Voluntas*, 31, 841-852. <https://doi.org/10.1007/s11266-019-00092-w>
- Taylor, N., Loopstra, R., e Lambie-Mumford, H. (2024). Conceptualising food banking in the UK: From drivers of use to

- impacts on food insecurity. *Appetite*, 197, 107598. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2024.107699>
- Tronto, J. C. (2013). *Caring democracy: Markets, equality, and justice*. New York University Press.
- Ueda, H. (2023). Multidimensional food poverty: Evidence from lowincome single mothers in contemporary Japan. *Food Ethics*, 8(2), 13. <https://doi.org/10.1007/s41055-023-00123-9>
- Unimpresa. (2023, 7 febbraio). Dal 2022 pane, latte e pasta aumentati fino a +70%. Unimpresa. Recuperato il 12 Settembre, da <https://www.unimpresa.it/borsa-italiana-caro-spesa-unimpresa-da-2022-pane-latte-e-pasta-aumentati-fino-a-70/67521>
- Unione Europea. (2021). Regolamento (UE) 2021/1057 del Parlamento europeo e del Consiglio del 24 giugno 2021 che istituisce il Fondo sociale europeo Plus (FSE+). Gazzetta ufficiale dell'Unione europea, L 231/21. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/IT/TXT/PDF/?uri=CELEX:32021R1057>
- U.S. President (1984). Task Force on Food Assistance. <https://dp.la/item/2cd4f65705221263b5568c235a7640b0>
- Vernon, J. (2007). *Hunger: A modern history*. Harvard University Press.
- Wells, R., e Caraher, M. (2014). UK print media coverage of the food bank phenomenon: From food *welfare* to food charity? *British Food Journal*, 116(9), 1426–1445. <https://doi.org/10.1108/BFJ-03-2014-0123>
- Williams, C. (2016). Beyond the Soup Kitchen. In: Williams, C. (eds) *Social Work and the City*. Palgrave Macmillan, London. https://doi.org/10.1057/978-1-137-51623-7_2
- Woodly, D. R., Harris, A., Threadcraft, S., e Tickin, M. (2021). The politics of care. *Signs: Journal of Women in Culture and Society*, 46(4), 999–1024. <https://doi.org/10.1086/713557>
- World Food Programme. (s.d.). Assistenza alimentare. Recuperato il 17 settembre 2025, da <https://it.wfp.org/assistenza-alimentare>

APPENDICE METODOLOGICA

Monica Palladino

Per offrire la massima trasparenza sul percorso di ricerca seguito per arrivare ai risultati presentati in questo rapporto, questa appendice descrive in dettaglio alcuni elementi più tecnici della metodologia adottata, ad integrare quanto presentato nel Capitolo 2. In particolare, qui vengono descritti i criteri e le modalità di selezione del campione di adolescenti da intervistare, alcuni adattamenti resosi necessari e le relative soluzioni adottate in corso d'opera per raggiungere un livello accettabile di "saturazione" delle informazioni raccolte attraverso le interviste³⁹. Sono inoltre riportate alcune delle indicazioni ottenute dagli esperti consultati in preparazione dell'indagine e che sono risultate utili a orientare l'approccio e a condurre le interviste nel miglior modo possibile. Infine, questa appendice include il prospetto dell'analisi, che sintetizza le principali dimensioni di indagine e ne mostra l'organizzazione complessiva.

Inquadramento dell'indagine

L'analisi delle interviste qualitative presentata in questo rapporto ha l'obiettivo di contribuire all'affinamento della concettualizzazione teorica dell'esperienza di povertà alimentare tra gli adolescenti. Tale approfondimento, insieme alla revisione della letteratura, costituisce il nucleo centrale del *Work Package 2* del progetto DisPARI *Disentangling inequality and food Poverty amongst Adolescents: concepts, measures and local action strategies*), finanziato da Fondazione Cariplo nell'ambito del bando "*Inequalities Research – Generare conoscenza per ridurre le disuguaglianze*" (Edizione 2023), realizzato con la partecipazione di ActionAid e del Dipartimento di Scienze Politiche e Sociali dell'Università degli Studi di Milano. Parallelamente, da una lettura "semplificata" delle interviste — che sarà illustrata in un documento progettuale distinto —

³⁹ Le interviste sono state condotte seguendo apposite linee guida, integrate nel protocollo di ricerca e comprensive delle modalità di coinvolgimento dei minori, che sono state esaminate e approvate dal Comitato etico dell'Università di Milano, che ne ha validato la conformità agli standard di tutela e rispetto dei partecipanti.

sono state tratte le basi per la costruzione di uno strumento quantitativo volto a rilevare il disagio emotivo associato alla povertà alimentare negli adolescenti, attività strettamente collegata agli obiettivi del Work Package 3.

Campionamento

L'individuazione del campione di adolescenti ha richiesto alcuni adattamenti rispetto alla pianificazione iniziale, che prevedeva la collaborazione con scuole e centri di aggregazione di Milano per selezionare 25–30 ragazzi/e tra i 14 e i 17 anni, stratificati per sesso, età, origine familiare, tipologia familiare e condizione socioeconomica. La selezione è stata affidata ad un gruppo di associazioni, lasciando loro piena discrezionalità soprattutto nella valutazione della situazione socioeconomica, al fine di tutelare la riservatezza dei/delle partecipanti.

A causa di difficoltà organizzative, l'area di indagine è stata estesa oltre Milano, includendo anche associazioni attive a Roma e Napoli. Ciò ha consentito di completare la raccolta dati e di raggiungere un livello di saturazione coerente con gli obiettivi della ricerca. Il campione finale, composto da 24 adolescenti, è sufficientemente eterogeneo per rispondere al duplice obiettivo – comprendere a fondo il fenomeno e derivare domande per uno

strumento di rilevazione – ed è composto da due gruppi:

Gruppo 1 – Adolescenti che si trovano ancora o che hanno fatto di recente in qualche modo esperienza della povertà alimentare (17 adolescenti):

Questo gruppo ha rappresentato il cuore dell'indagine qualitativa. Le interviste hanno permesso di raccogliere dati dettagliati sull'esperienza diretta della povertà alimentare, in linea con l'approccio fenomenologico adottato. Tali testimonianze hanno offerto un contributo fondamentale per:

- approfondire la comprensione del fenomeno dalla prospettiva soggettiva dei ragazzi/e intervistati/e;
- validare e integrare i risultati ottenuti in preparazione del rapporto ActionAid 2022;
- ispirare e definire in modo più mirato le domande del questionario che è stato costruito nella fase quantitativa.

Gruppo 2 – Ragazze e ragazzi che non hanno mai vissuto una condizione che possa essere definita di povertà alimentare (7 adolescenti):

I racconti di questo secondo gruppo hanno una funzione di confronto, utile per individuare le percezioni comuni, gli stereotipi e le difficoltà nel riconoscere segnali di disagio non vissuti in prima persona,

contribuendo alla comprensione della rappresentazione sociale (Moscovici 2001)⁴⁰ che, nel complesso, i ragazzi e le ragazze hanno della povertà alimentare. Le loro risposte hanno anche contribuito in maniera fondamentale a calibrare il linguaggio e la formulazione delle domande del questionario, con l'obiettivo di renderlo comprensibile e accessibile anche a chi non ha un'esperienza diretta del fenomeno.

In linea con l'obiettivo principale dello studio – ovvero esplorare in profondità l'esperienza vissuta della povertà alimentare – è stato assegnato maggiore peso al primo gruppo, sia in termini numerici sia nella rilevanza attribuita durante l'analisi.

Per quanto riguarda l'età dei partecipanti, lo studio era inizialmente rivolto ad adolescenti tra i 14 e i 17 anni. Durante la raccolta dati, sono stati intervistati anche tre partecipanti più giovani – uno di 12 anni e due di 13 anni – la cui età è emersa solo al momento del colloquio. Le loro testimonianze, tuttavia, sono state considerate in ogni caso, in virtù della loro prossimità al target previsto.

Le difficoltà logistiche cui si è accennato, determinate come già

detto principalmente da vincoli temporali e organizzativi legati alla durata complessiva del progetto e dalla disponibilità disomogenea dei partecipanti nei diversi contesti – difficoltà, peraltro, non nuove in questo tipo di indagini (si veda ad esempio Ritchie *et al.*, 2014), hanno portato a condurre le 24 interviste valide in tre località, nelle aree metropolitane di Milano (16), Roma (4) e Napoli (4). Anche se il numero di partecipanti non è uniforme tra le tre aree metropolitane, con la maggior parte dei casi raccolti nel milanese, riteniamo che questo squilibrio non abbia implicazioni negative sulla validità dei risultati, dati gli obiettivi della ricerca. Anzi, estendere l'area di indagine verso una maggiore diversificazione geografica ha permesso di accedere a esperienze variegata e aumentare la ricchezza informativa dei dati raccolti, rivelandosi molto utile nel senso che ha consentito di cogliere prospettive eterogenee, legate a contesti territoriali potenzialmente differenti, permettendo di arricchire l'interpretazione del fenomeno.

Nel campione si è deciso di includere varie coppie di adolescenti di una stessa famiglia, anche questa una scelta dettata da ragioni pragmatiche: in un momento

⁴⁰ Secondo Moscovici (2001), le rappresentazioni sociali sono un insieme organizzato e gerarchico di opinioni, atteggiamenti e informazioni che un dato gruppo sociale elabora a proposito di un fenomeno. Tale definizione permette di analizzare le immagini collettive, gli stereotipi e le percezioni che si formano attorno al fenomeno, anche in assenza di esperienza diretta.

di difficoltà nel reperimento dei partecipanti, l'inclusione di fratelli e sorelle ha rappresentato un'opportunità concreta per raccogliere più dati in meno tempo. Anche se, a rigor di termini, dal punto di vista metodologico questa configurazione potrebbe presentare alcuni limiti – in particolare legati alla possibile riduzione della varietà esperienziale a parità di numero di interviste – si è deciso di procedere in tal senso per ragioni pragmatiche. Come ricorda Patton (2014), strategie di campionamento orientate alla “massima variazione” sono utili per esplorare più punti di vista possibili, mentre l'inclusione di partecipanti legati tra loro potrebbe limitarne la diversità interna. Tuttavia, si è cercato di preservare, per quanto possibile, l'autenticità e l'autonomia delle risposte di ogni singolo intervistato, avendo cura di condurre le interviste indipendentemente e mai in presenza di altri (inclusi i fratelli o le sorelle intervistati nella stessa famiglia). Pur rappresentando una potenziale riduzione della diversità interna del campione, questo aspetto è stato trattato con consapevolezza durante l'analisi, evitando generalizzazioni affrettate.

Spunti metodologici derivati dalle interviste ai testimoni privilegiati

In linea con l'obiettivo di esplorare il fenomeno da diverse prospettive, si è ritenuto essenziale includere il contributo di testimoni privilegiati, selezionati per la loro esperienza diretta e la competenza maturata nel lavoro con gli adolescenti⁴¹. Il confronto con loro ha permesso di affinare gli strumenti di indagine, ridurre i rischi connessi all'intrusività di alcune domande e individuare modalità concrete per creare un ambiente di ascolto sicuro e rispettoso.

È stato più volte sottolineato quanto sia fondamentale costruire un clima di fiducia, in cui ogni domanda venga posta con sensibilità, senza pressioni né giudizi. Come ha osservato la psicoterapeuta, è importante *«evitare improvvisazioni quando un ragazzo chiede aiuto, rispondere con attenzione e indirizzarlo verso figure competenti, in grado di offrirgli un supporto adeguato»*. Creare uno spazio non giudicante consente infatti all'adolescente di esprimere anche i vissuti più intimi senza sentirsi stigmatizzato.

⁴¹ Tutti i partecipanti sono stati informati degli obiettivi della ricerca e hanno dato il proprio consenso all'utilizzo delle interviste. Il consenso è stato raccolto in forma scritta via e-mail, (in alcuni casi tramite messaggio WhatsApp), dopo aver condiviso con ciascun partecipante sia la trascrizione che il testo derivato. Ai partecipanti è stata data la possibilità di fare correzioni, omissioni o l'anonimizzazione dei dati riportati.

Tra le strategie considerate più efficaci per porre domande delicate vi è quella di presentarle come esperienze comuni. Espressioni come *«Molti ragazzi raccontano che... è successo anche a te?»* oppure *«Alcuni adolescenti hanno vissuto situazioni simili... ti è capitato qualcosa del genere?»* aiutano a ridurre vergogna e senso di isolamento, favorendo la condivisione graduale. Questa modalità è stata indicata come particolarmente importante per affrontare aspetti intimi come la povertà alimentare, rassicurando i ragazzi sul fatto che la loro esperienza non diminuisce il loro valore né rappresenta un ostacolo insormontabile.

L'assistente sociale ha richiamato l'attenzione sull'importanza di garantire sempre l'anonimato delle risposte: *«Ci sono situazioni in cui i genitori non sono proprio i migliori genitori del mondo [...]. Alla meglio uno non risponde per paura di ripercussioni, alla peggio si mette a disagio. Quindi è meglio specificarlo, così uno si sente più libero di parlarne.»* Lo stesso testimone ha inoltre suggerito di adottare un approccio basato sull'informalità e sulla vicinanza, senza però scivolare in un atteggiamento artificialmente paritario: *«Nessuno di noi fa finta di avere 13 anni o 18, però sicuramente un approccio informale».*

Nel complesso, i contributi dei testimoni privilegiati hanno offerto indicazioni preziose sia sul piano metodologico — per rendere più chiare e pertinenti le domande — sia sul piano etico, rafforzando l'attenzione alla tutela, al rispetto e al benessere psicologico degli adolescenti coinvolti.

Analisi dei risultati

La progettazione e la realizzazione di questa ricerca qualitativa hanno richiesto, fin dall'inizio, lo sforzo di mantenere un costante equilibrio tra principi metodologici e contesto operativo.

Durante il lavoro di campo, alcune scelte si sono rivelate necessarie per adattarsi alle condizioni reali, a volte non pienamente coerenti con i criteri previsti inizialmente. È il caso, ad esempio, dell'inclusione di due partecipanti fuori target per età o dello sbilanciamento numerico delle interviste tra le città coinvolte. Tuttavia, ogni intervista è stata trattata come unità di senso autonoma (Patton (2014)), e l'intero percorso interpretativo è stato inoltre guidato da criteri di coerenza e trasparenza, fondamentali nella ricerca applicata. La scelta di coinvolgere anche adolescenti che presumibilmente non avessero una esperienza diretta di povertà alimentare è nata innanzitutto dall'esigenza di essere certi di poter poi progettare in modo più accurato il questionario, che si intende proporre per indagini sulla

popolazione generale degli adolescenti. Questo gruppo ha infatti permesso di esplorare come viene percepito il fenomeno della povertà alimentare anche da chi lo osserva dall'esterno, il che ha offerto spunti preziosi per formulare domande da includere nel questionario che fossero meglio mirate, comprensibili e culturalmente sensibili. Al tempo stesso, anche se non possono essere considerate testimonianze dirette dell'esperienza, queste interviste hanno arricchito anche la lettura qualitativa, ampliando la gamma di rappresentazioni ed emozioni emerse, e rendendo più sfaccettata la restituzione finale. In definitiva, come già detto, i risultati vengono qui restituiti in modo trasversale, privilegiando la coralità delle voci più che l'enfasi sui singoli racconti.

Nella restituzione dei risultati, si è deciso di non operare una distinzione sistematica tra le città o tra i diversi gruppi, coerentemente con l'approccio qualitativo adottato, dato che il valore di questi dati risiede nella profondità e nella significatività delle narrazioni, più che nella loro distribuzione demografica o geografica (Tracy 2010). Si è quindi privilegiata una lettura trasversale delle interviste, valorizzando i contenuti comuni emersi nella complessità dei racconti individuali, indipendentemente dalla provenienza o dalla composizione

familiare dei partecipanti. Eventuali differenze legate al contesto o all'età sono state tuttavia attentamente considerate e discusse laddove emerse come rilevanti per la comprensione del fenomeno.

Le interviste sono state trascritte integralmente e i testi sottoposti ad analisi tematica sistematica e completa, seguendo un percorso strutturato in tre fasi e ispirato al modello di codifica progressiva proposto da Charmaz (2014) e Saldaña (2016), che distingue tra una fase di codifica iniziale (*open coding*) e una successiva di codifica focalizzata (*focused coding*), funzionale allo sviluppo di categorie e temi analitici:

- Codifica iniziale (*open coding*) – ogni segmento di testo è stato analizzato in profondità e codificato con etichette descrittive, quanto più vicine alle parole dei partecipanti;
- Codifica focalizzata (*focused coding*) – i codici iniziali sono stati raggruppati e riorganizzati in categorie intermedie, in base alla loro rilevanza per le domande di ricerca;
- Sviluppo dei temi – i temi finali sono stati costruiti come narrazioni coerenti, in grado di raccontare l'esperienza dei partecipanti e rispondere in modo esaustivo agli obiettivi dello studio.

Questa fase ha permesso di valorizzare la dimensione più profonda, fenomenologica e interpretativa del materiale raccolto, restituendo un quadro ricco, articolato e sensibile alla complessità del fenomeno che qui indichiamo come povertà alimentare, così come percepito dai ragazzi che abbiamo intervistato.

Ad ogni macro-tema è stato attribuito un titolo tematico (o analitico) che ne sintetizza il contenuto emerso dal processo di codifica, e un titolo narrativo, più aderente al linguaggio dei/delle partecipanti e alla forma discorsiva della restituzione.

Inquiry 16 (10): 837–51.

<https://doi.org/10.1177/1077800410383121>.

Bibliografia

- Charmaz, Kathy. 2014. Constructing Grounded Theory. 2nd edition. Introducing Qualitative Methods. Sage.
- Moscovici, Serge. 2001. Social Representations : Explorations in Social Psychology. New York University Press.
- Patton, Michael Quinn. 2014. Qualitative Research e Evaluation Methods: Integrating Theory and Practice. Fourth edition. SAGE Publications, Inc.
- Ritchie, Jane, Jane Lewis, Carol McNaughton Nicholls, e Rachel Ormston, a c. di. 2014. Qualitative Research Practice: A Guide for Social Science Students and Researchers. Second Edition. SAGE Publications. <http://choicereviews.org/review/10.5860/CHOICE.41-1319>.
- Saldaña, Johnny. 2016. The Coding Manual for Qualitative Researchers. 3E [Third edition]. SAGE.
- Tracy, Sarah J. 2010. «Qualitative Quality: Eight “Big-Tent” Criteria for Excellent Qualitative Research”. Qualitative



act:onaid

— REALIZZA IL CAMBIAMENTO —

Via Carlo Tenca, 14
20124 – Milano
Tel. +39 02 742001
Fax +39 02 29533683

Via Ludovico di Savoia, 2B
00185 – Roma
Tel. +39 06 45200510
Fax +39 06 5780485

Via San Biagio dei Librai, 39
80138 – Napoli
Tel. +39 3452604842

Codice Fiscale
09686720153



informazioni@actionaid.org
www.actionaid.it