



ALMA MATER STUDIORUM
UNIVERSITÀ DI BOLOGNA

DIPARTIMENTO DI SCIENZE E TECNOLOGIE AGRO-ALIMENTARI

CORSO DI LAUREA IN SCIENZE E CULTURA DELLA GASTRONOMIA

CIBO ED EROTISMO TRA PIACERE E DIVIETI MORALI

Tesi di laurea in 96457 – Antropologia Dell'alimentazione

Relatore

Prof. Andrea Maraschi

Presentata da

Camilla Aldrovandi

Sessione unica

Anno Accademico 2023/2024

INDICE

INTRODUZIONE	4
CAPITOLO I	7
CIBO ED EROTISMO COME FONTI DI SODDISFAZIONE DI BISOGNI PRIMARI: TRA PIACERE, SAZIETÀ E FELICITÀ.....	7
1.1 I bisogni fisiologici nella Piramide di Maslow	7
1.2 Il bisogno di mangiare	9
1.2.1 Meccanismi fisiologici correlati all'assunzione di alimenti	10
1.2.2 Il cibo come fonte di soddisfazione di bisogni fisiologici, edonistici e affettivi	11
1.3 Il bisogno di copulare.....	13
1.3.1 Meccanismi fisiologici legati all'esperienza sessuale	13
1.3.2 L'erotismo come fonte di soddisfazione di bisogni fisiologici, edonistici e affettivi.....	14
1.4 La temporaneità del piacere alimentare e del piacere sessuale nel rapporto con sazietà e felicità	18
1.5 Esposizione dei dati del questionario	20
CAPITOLO II.....	25
LA RELAZIONE TRA NUDO E CRUDO A METÀ TRA IL PIACERE E L'OSCENITÀ	25
2.1 Il crudo	25
2.1.1 Il disgusto verso il crudo	26
2.1.2 Il crudo come selvatico	29
2.1.3 Il crudo a metà tra il godimento e il disgusto	32
2.2 Il nudo.....	40
2.2.1 L'oscenità del nudo.....	41
2.2.2 Il nudo come selvatico	44
2.2.3 Il nudo a metà tra l'attraente e l'osceno	47
2.3 Il Nyotaimori.....	49
2.4 Esposizione dei dati del questionario	52
CAPITOLO III	58
IL RAPPORTO ANTITETICO DEI DISTURBI ALIMENTARI CON IL <i>FOOD PORN</i>	58
3.1 L'attenzione al magro e i disturbi del comportamento alimentare.....	58
3.1.1 L'influenza mediatica sull'insorgenza dei disturbi alimentari.....	61
3.2 Il <i>food porn</i> come forma di pornografia alimentare	62

3.2.1 Le origini e la definizione del termine <i>food porn</i>	62
3.2.2 Il <i>food porn</i> come pornografia alimentare.....	65
3.3 Esposizione dei dati del questionario.....	71
CONCLUSIONI	79
BIBLIOGRAFIA	81
SITOGRAFIA	93

INTRODUZIONE

Nel presente lavoro si definiscono le principali connessioni tra la sfera alimentare e quella sessuale, enfatizzando il rapporto tra il piacere e i divieti morali imposti dalla società, soprattutto per quanto riguarda la società occidentale. Il bisogno di mangiare e l'attività sessuale si basano innanzitutto su dei meccanismi biologici¹, che fanno parte della natura umana, ed entrambi sono fonti di felicità per l'individuo², dato che contribuiscono al suo benessere psicofisico e, tramite l'adesione a un sistema di pratiche comuni, lo rendono parte di un gruppo sociale. È evidente come sia il cibo che il sesso entrino costantemente in relazione con il corpo, diventando così dei canali attraverso i quali una persona comunica la propria identità all'interno della società.³ Il corpo è il primo vestito che l'individuo indossa per manifestare la sua identità più profonda: è «un luogo di messa in scena del sé»⁴. Nonostante ciò, è proprio questa espressione più primordiale del sé individuale che la società vuole controllare e disciplinare, trasmettendo dei modelli culturali che variano in base alle circostanze e alla cultura di appartenenza. Nella cultura occidentale la morale sociale influisce frequentemente sul comportamento alimentare e similmente sul comportamento sessuale. Inoltre, esistono dei modelli culturali che sanciscono quali comportamenti sono ritenuti adatti al contesto pubblico e quali sono considerati più corretti in un contesto privato.⁵

La questione ha mosso l'interesse di alcuni studiosi, soprattutto nei tempi odierni, sia per approfondire il concetto di civiltà riconosciuto in uno specifico gruppo socioculturale⁶, sia per le conseguenze in negativo che tali modelli culturali hanno portato⁷. Da una parte, la presenza della società nella vita delle persone è fondamentale: l'essere umano è un essere sociale e l'assenza di un gruppo, che lo educa e che lo forma, implicherebbe l'esclusione dalla vita comunitaria. Dall'altra, è evidente oggi la diffusione di un sistema di condotte alimentari considerate appropriate, alle quali

¹ Maslow, A. H. (1943). "A theory of human motivation". *Psychological Review* 50(4): 370-396; Ciceri, M. R. (2013). *Motivazione*. In Ciceri, M. R., Amoretti, G. F., Feldman, R. S. (eds.), *Psicologia generale*, McGraw-Hill Education, Milano.

² Noriega, J. (2014). *Enigmi del piacere. Cibo, desiderio e sessualità*. EDB Edizioni Dehoniane Bologna, Bologna, p. 8.

³ Si veda Noriega, *Enigmi del piacere*, pp. 99-110.

⁴ Fabietti, U. (II ed. 2019). *Antropologia*, Einaudi (Scuola), Milano, p. 162. L'autore cita Le Breton, D. (2007). *Antropologia del corpo e modernità*, Giuffrè Editore, Milano.

⁵ Ivi, pp. 161-163.

⁶ Si veda Smolina, T. L., Gromkiy, I. S. (2020). "The repression of sexuality and scapegoat theory: the experience of 'otherness'". *Coquocpepa* 1: 161-165; Smith, D. (1999). "'The Civilizing Process' and 'The History of Sexuality': Comparing Norbert Elias and Michel Foucault". *Theory and Society* 28: 79-100; Sereni, D. (2024). *L'integrale selvatico. Cibo e cultura* 9, Iperborea, Milano; Geertz, C. (ed. or. 1988). *Works and lives*, Stanford University Press, Stanford (trad. it. *Opere e vite. L'antropologo come autore*, il Mulino, Bologna, 1990).

⁷ Gabrielli, F., Irtelli, F. (2022). "The Myth of the Perfect Body Image, Body Dysmorphic Disorder, and Bigorexia". In *Body Image and Eating Disorders, An Anthropological and Psychological Overview*, Cambridge University Press, Cambridge, pp. 51-67; Niola, M. (2025). *Homo dieteticus. Viaggio nelle tribù alimentari*, Il Mulino, Bologna.

bisogna conformarsi per restituire l'immagine dei canoni estetici correnti. Ragionando in questi termini, si può osservare come la tendenza a controllare il corpo, attraverso la promozione di ideali di magrezza e perfezione, nonché di stili di vita restrittivi con pratiche compensatorie, non ha fatto altro che aumentare l'incidenza dei Disturbi del Comportamento Alimentare (DCA). L'aspetto più drammatico riguarda il fatto che tale fenomeno si sta diffondendo all'interno di fasce di età sempre più giovani, già a partire dal periodo della scuola elementare primaria. Si ritiene fondamentale che un Professionista esperto in Scienze e cultura della gastronomia sia a conoscenza di tali dinamiche e che sappia analizzarle in modo critico, adottando anche un approccio di studio antropologico. Più nello specifico, nelle attività di pianificazione di interventi atti a valorizzare prodotti e servizi enogastronomici, nello svolgimento di attività di divulgazione mediatica della cultura culinaria e nell'organizzazione di eventi legati alla gestione ecosolidale delle risorse alimentari, è necessario essere in grado di individuare le dinamiche socioculturali che possono influenzare maggiormente il comportamento alimentare. Su questo punto si dovrebbe considerare l'opportunità di mettere a confronto gli aspetti socioculturali che interagiscono con l'alimentazione con le similarità che si riscontrano su altri piani dell'esistenza umana (come, appunto, la sessualità); in questo modo, si otterrebbe un'attenta valutazione e comprensione del fenomeno.

Gli obiettivi del lavoro in questione sono essenzialmente tre: 1) rendere noti gli elementi che accomunano la sfera alimentare a quella sessuale, valutando come lo studio di tali tematiche nel campo dell'antropologia possa portare alla luce delle questioni degne di approfondimento; 2) osservare come certi modelli culturali, che vengono incorporati e interpretati come dei vincoli assoluti e giusti a priori, siano in realtà il frutto di un processo attraverso il quale la società vuole affermare una propria "marca di identità"⁸; 3) comprendere se esistano dei risvolti positivi che possono giustificare tali modelli culturali (o divieti morali) e quali siano, invece, i risvolti negativi da prevenire.

Per quanto riguarda l'approccio metodologico, la ricerca è iniziata con la preparazione di un questionario di indagine con lo scopo di restituire un riscontro pratico degli argomenti teorici che vengono affrontati nel corso dell'elaborato. In totale sono state formulate 12 domande chiuse a risposta multipla (esclusa la prima, che è di carattere più generale, volta a rilevare l'età dell'intervistato): 4 per il primo capitolo, 5 per il secondo capitolo e 3 per il terzo capitolo. Per ogni quesito è stata lasciata la possibilità di aggiungere un commento a discrezione. Il questionario è stato creato con Google Moduli ed è stato somministrato a un campione molto ampio con il proposito di estenderne la compilazione a diverse generazioni di età. La diffusione è avvenuta attraverso la

⁸ Fabietti, *Antropologia*, p. 162.

condivisione di un link sui contatti personali di WhatsApp e di un QR code sulla pagina Instagram e su alcuni volantini. L'esposizione e l'analisi critica dei risultati è stata inserita alla fine di ogni capitolo, in base all'attinenza degli argomenti trattati, con l'obiettivo di confermare o smentire i contenuti teorici esposti. Oltre al questionario, sono state consultate numerosi fonti, sia secondarie (letteratura scientifica) che primarie (documenti storici). Il criterio seguito è stato quello di consultare materiale relativo a diversi ambiti di indagine (dalla psicologia alla psichiatria, dall'antropologia alla sociologia, dalla nutrizione alla gastronomia, dalla storia alla comunicazione, ecc.), per poi analizzarlo in modo critico e adottando uno sguardo antropologico.

Il lavoro è suddiviso in tre capitoli. Il primo capitolo pone le basi per affrontare il tema della relazione tra la sfera alimentare e quella sessuale nel rapporto tra piacere e divieti morali. Nello specifico, si introducono le connessioni più basilari dal punto di vista dei bisogni primari, illustrando innanzitutto la teoria della piramide dei bisogni di Abraham Harold Maslow (1908-1970)⁹. Successivamente si approfondisce l'analogia tra il bisogno di mangiare e il bisogno di praticare attività sessuale mettendoli a confronto sugli stessi termini: i meccanismi fisiologici che si instaurano nel momento in cui il cibo e il sesso entrano in relazione con il corpo, valutando in particolare il passaggio tra uno stato di tensione e uno stato di rilassamento; le dimensioni fisiologiche, edonistiche e affettive correlate alla soddisfazione del bisogno; la temporaneità del piacere alimentare e del piacere sessuale nel rapporto con sazietà e felicità.

Il secondo capitolo propone una comparazione tra due dimensioni dell'esperienza umana: il disgusto verso il crudo e l'oscenità del nudo. L'obiettivo è quello di osservare quanto questi concetti, che vengono incorporati come delle verità assolute, facciano parte di categorie di pensiero relative e dettate da ciò che nella cultura di appartenenza è considerato un'immagine di civiltà. Sulla base di questo si analizzano le categorie di crudo e nudo insieme alla definizione di selvatico. Inoltre, si cerca di individuare i processi di mediazione culturale che gli individui mettono in atto per esorcizzare l'idea del crudo e l'immagine del nudo osceno. Nella sezione finale si affronta il tema del feticismo sessuale alimentare con particolare riferimento al Nyotaimori e quanto quest'ultimo risulti piuttosto ambiguo nella cultura occidentale.

Nel terzo capitolo l'analogia tra il cibo e il sesso si sposta infine sul tema del food porn, che viene avvicinato all'ambito della pornografia erotica per le tecniche di ripresa e le modalità di fruizione. Da un punto di vista antropologico si osserva un nuovo fenomeno in linea con gli stili di vita restrittivi improntati sulla ricerca di un ideale di autocontrollo e perfezione, ovvero la trasformazione del food porn in una sorta di tempio alimentare dove è possibile "cibarsi di immagini".

⁹ Maslow, A. H. (1943). "A theory of human motivation". *Psychological Review* 50(4): 370–396.

CAPITOLO I

CIBO ED EROTISMO COME FONTI DI SODDISFAZIONE DI BISOGNI PRIMARI: TRA PIACERE, SAZIETÀ E FELICITÀ

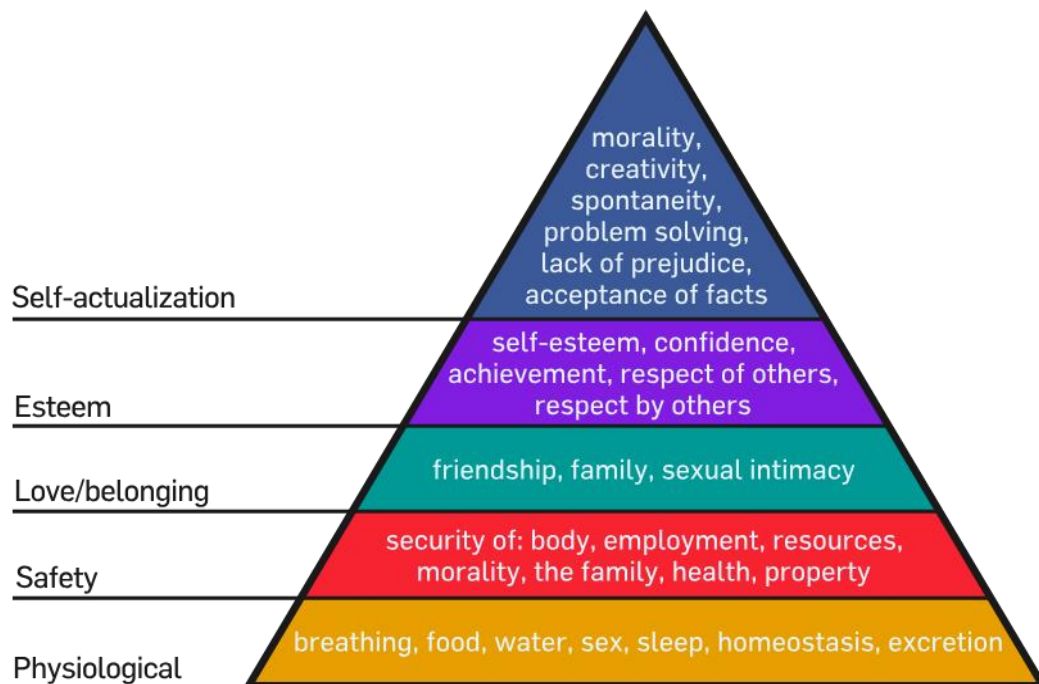
1.1 I bisogni fisiologici nella Piramide di Maslow

Mangiare e copulare sono due dimensioni dell'esistenza umana con le quali l'individuo entra in relazione costantemente per diverse ragioni. Talvolta, il comportamento alimentare e quello sessuale sono determinati da ragioni più edonistiche, legate cioè alla dimensione del piacere, influenzando sulle emozioni e sullo stato d'animo di colui che ne fa esperienza. Anche stati di ansia, rabbia, frustrazione, angoscia etc., sono in grado di spingere l'individuo a consumare determinati cibi, o a ricercare qualche oggetto del piacere sul quale possa sfogare le sue emozioni represses. Tuttavia, per affrontare i temi è necessario partire dalle basi, cioè dal piano più primordiale che giustifica il bisogno dell'uomo di assumere cibo e di praticare sesso: la sopravvivenza.

Uno dei primi studiosi a individuare l'alimentazione e la sfera sessuale quali meccanismi alla base dell'esistenza umana, in quella che si può definire come una "piramide della vita", fu Abraham Harold Maslow (1908-1970). Maslow era un noto psicologo statunitense, originario di New York, famoso soprattutto per essere stato l'ideatore della "*piramide dei bisogni*"¹⁰. Maslow elaborò una vera e propria gerarchia dei bisogni umani, ponendo alla base della piramide i "bisogni di mancanza" e nei gradini più alti i "bisogni di crescita". Il termine "gerarchia" può lasciare intendere che egli considerasse di grande importanza alcuni bisogni umani e che attribuisse una scarsa rilevanza ad altri, ma non è assolutamente così (nonostante le sue teorie siano state oggetto di numerose discussioni ed errori di interpretazione¹¹). In realtà, Maslow riteneva che alcuni bisogni dovessero essere considerati più elementari, e che solo la primaria soddisfazione di questi ultimi avrebbe consentito all'individuo di dedicarsi ad attività più elevate, sviluppando molteplici potenzialità e raggiungendo, così, una piena autorealizzazione di se stesso.

¹⁰ Maslow, "A theory of human motivation".

¹¹ Per ulteriori approfondimenti, si veda le fonti: Geller, L. (1982). "The Failure of Self-Actualization Theory: A Critique of Carl Rogers and Abraham Maslow". *Journal of Humanistic Psychology* 22(2): 56-73; Wahba, M. A., Bridwell, L. G. (1976). "Maslow reconsidered: A review of research on the need hierarchy theory". *Organizational behavior and human performance* 15(2): 212-240; Neher, A. (1991). "Maslow's Theory of Motivation: A Critique". *Journal of Humanistic Psychology* 31(3): 89-112.



Mazlow's Hierarchy of Needs

Factoryjoe (2009), <https://commons.wikimedia.org/>.

L'interesse della tesi si concentra in particolare sui bisogni fisiologici, ma un breve accenno agli altri può aiutare a comprendere il contorno generale della teoria. Il dott. Maslow individuò ben cinque livelli gerarchici: 1) i *bisogni fisiologici*, connessi alla sopravvivenza fisica dell'individuo; 2) i *bisogni di sicurezza e protezione*, legati alla necessità, soprattutto infantile, di vivere in un contesto di tutela e, quindi, sicuro; 3) i *bisogni sociali e di appartenenza*, che riguardano il bisogno dell'individuo di riconoscersi parte di un gruppo sociale; 4) il *bisogno di stima e di autostima*, che coincidono con la necessità di guadagnarsi l'apprezzamento e la fiducia degli altri nei propri confronti, ma anche la stima verso se stessi; 5) il *bisogno di autorealizzazione*, che consiste nell'esigenza personale di trovare e affermare il proprio ruolo nel mondo.

Tra i bisogni fisiologici è possibile individuare: il bisogno di mangiare, bere, dormire, avere un riparo e un vestiario, e il bisogno di praticare attività sessuale. Senza gli alimenti il corpo dell'individuo è destinato a morire nel breve periodo, mentre l'astinenza dal sesso non comporta il decesso del corpo in poco tempo; tuttavia, la copulazione è necessaria alla sopravvivenza della specie e, insieme all'assunzione di cibo, è l'attività maggiormente premiata dal sistema dopaminergico di ricompensa.

Senz'altro è possibile vivere bene senza praticare attività sessuale, in quanto l'individuo è in grado di sentirsi soddisfatto spostando l'oggetto del piacere su altre attività; ma il cervello umano non lo ricompensa per questo. Oltretutto, bisogna specificare che nei livelli dei bisogni sociali e di stima lo psicologo include anche l'intimità affettivo-amorosa e sessuale.¹²

Maslow definisce i bisogni primari come “*i più prepotenti di tutti i bisogni*”¹³ perché, se nella vita di una persona mancano l'amore, la stima, la sicurezza e il riconoscimento del proprio ruolo nel mondo, e vengono a mancare anche il cibo e il piacere sessuale, questi ultimi emergono con prepotenza e saranno i primi che l'individuo si preoccuperà di soddisfare. Anche le sue capacità gli risulteranno insignificanti e il raggiungimento del gradino più alto, ovvero l'autorealizzazione di sé, diventerà un obiettivo annebbiato, in presenza di un desiderio di fame e di sesso non soddisfatto. Non si può battezzare tale teoria della motivazione come una verità assoluta¹⁴, ma senz'altro si può ragionare sul fatto che certi disturbi, che possono sfociare in casi di dipendenza, e che hanno alla base un rapporto poco sereno con l'alimentazione e/o con la propria sessualità, ostacolano le persone che ne soffrono nel riconoscere l'affetto e l'amore degli altri, e nonché la costruzione della stima verso se stessi.

Sicuramente la piramide dei bisogni è un paradigma interessante per tracciare il profilo motivazionale dell'individuo e per comprendere quali siano le ragioni che lo spingono ad assumere un certo comportamento, nonché l'importanza che attribuisce ad ogni bisogno.

1.2 Il bisogno di mangiare

Domandare a una persona il perché mangia può risultare una domanda abbastanza insensata, poiché la risposta è scontata: si mangia perché si ha fame. Effettivamente, quella sensazione, difficile da descrivere a parole, e spesso definita “buco allo stomaco” o “languore allo stomaco”, è dovuta a un complesso insieme di stimoli, segnali e recettori nervosi, inviati dal centro della fame¹⁵, che innescano

¹² Mengotti, P., Foroni, F. (2015). “Il cibo tra desiderio e inibizione: processi cognitivi e correlati neurali”. *Italian Journal of the Addictions* 17: 45-49.

¹³ Maslow, A. H. (1973). *Motivazione e personalità*. Armando Armando, Roma.

¹⁴ Per ulteriori approfondimenti, si veda Cianci, R. and Gambrel, P. (2003). “Maslow's hierarchy of needs: Does it apply in a collectivist culture?”. *Journal of Applied Management and Entrepreneurship* 8(2): 143–161; Hofstede, G. (1984). “The cultural relativity of the quality of life concept”. *Academy of Management Review* 9 (3): 389–398 (dove l'autore riprende il caso studio contenuto nel testo Haire, M., Ghiselli, E. E., & Porter, L. W. (1966). *Managerial thinking: An international study*, Wiley, New York.).

¹⁵ Nell'ipotalamo si trovano due centri nervosi: il centro della fame e il centro della sazietà. Questi ultimi sono collegati tra loro e fanno parte di un sistema integrato nel quale si inviano reciprocamente dei segnali. È proprio grazie a questi segnali nervosi che il cervello elabora le risposte necessarie a percepire il senso della fame e della sazietà.

nell'individuo il desiderio di assumere cibo. Tuttavia, dire che si mangia solo quando si ha fame, cioè quando si avvertono appunto quei brontolii nella parte inferiore del ventre, significa non essere del tutto onesti con se stessi; o almeno, ciò è vero solo in parte.

L'atto alimentare, che sia motivato sul piano fisiologico, sul piano edonistico o emotivo, implica sempre una relazione con il corpo. Tale relazione è particolarmente evidente alla fine di un pasto abbondante e squisito, quando si avverte una sensazione di pienezza a livello addominale, nonché quella percezione di sazietà e di appagamento in termini di piacere.

D'altra parte, mangiare – sia per finalità edonistiche che salutistiche – significa prendersi cura del proprio corpo: già i greci utilizzavano il termine “*diaita*”¹⁶ per indicare uno stile di vita che metteva in correlazione una nutrizione adeguata, una regolare attività fisica e un giusto riposo per garantire la salute e il benessere dell'individuo.

1.2.1 Meccanismi fisiologici correlati all'assunzione di alimenti

Se è vero che mangiare implica dapprima una relazione con il corpo, bisogna domandarsi cosa accade all'interno dell'individuo da un punto di vista fisiologico.

Quando giunge l'ora del pasto e si prevede che venga servito un piatto delizioso, le ghiandole presenti nella bocca aumentano la salivazione; le ghiandole dello stomaco iniziano a produrre i succhi gastrici; aumentano i brontolii a livello addominale e il corpo diventa sempre più teso e incontrollabile. Una volta che il piatto è servito, prima di introdurre l'alimento nella bocca, hanno inizio delle operazioni importanti che si differenziano a seconda della consistenza e struttura del cibo (tagliare, mescolare, soffiare etc.). Dopodiché, il cibo viene introdotto nel cavo orale dove viene addentato e, successivamente, ingerito, grazie all'azione meccanica della saliva che facilita lo scivolamento del bolo alimentare verso il basso: dalla faringe¹⁷ giunge all'esofago¹⁸ e poi allo stomaco dove viene disgregato grazie all'azione dell'acido cloridrico. Come giunge del cibo nello stomaco, le pareti di questo organo si dilatano. I recettori nervosi elaborano tale stimolo e inviano gradualmente il segnale al centro della sazietà nell'area cerebrale. Il corpo passa da uno stato di tensione a uno stato di rilassamento.

¹⁶ Il termine greco *διαίτα* (o dal latino “*dieta*”) è la derivazione etimologica della parola “*dieta*” e significa “modo di vivere”.

¹⁷ La faringe è un canale dotato di una struttura muscolo-membranosa che mette in connessione la gola con l'esofago.

¹⁸ L'esofago è un organo di raccordo a forma di tubo che connette la faringe allo stomaco.

Infine, a livello intestinale vengono assorbite le sostanze nutritive, mentre i residui della digestione vengono eliminati sotto forma di feci. Gradualmente lo stomaco si svuota e vengono inviati dei segnali al centro della fame affinché inizi ad attivarsi.¹⁹

1.2.2 Il cibo come fonte di soddisfazione di bisogni fisiologici, edonistici e affettivi

Come già si è detto, il bisogno di mangiare è prima di tutto un bisogno fisiologico, poiché è attraverso il cibo che l'individuo assimila gran parte dei nutrienti necessari alla sopravvivenza. Tale aspetto riconduce l'uomo alla sua natura più "animalesca", ovvero quella stessa natura con la quale i mammiferi superiori individuano la preda e la azzannano; ma, allo stesso tempo, ne prende le distanze. Un leone quando è affamato si mette in movimento in branco per andare a caccia della sua preda ed è qui che emerge il dinamismo del mangiare²⁰ in questa complessa azione di ricerca, individuazione e divoramento della preda. Il leone è completamente guidato dall'istinto che può essere analizzato in una visione meccanicistica²¹ del corpo animale, dal momento che quest'ultimo agisce esclusivamente per placare la sua fame. Per quanto è vero che anche l'uomo è guidato talvolta da comportamenti che si possono definire istintivi, quando l'individuo umano ha fame e cerca del cibo il suo comportamento non è guidato dall'istinto, ma bensì dalla prudenza²²: sono le sue facoltà previdenziali a fargli comprendere quanto è necessario assimilare i nutrienti e le energie che ne derivano per affrontare la giornata al meglio; quindi, la prudenza è funzionale al mantenimento dell'omeostasi²³.

La visione meccanicistica che viene adottata per descrivere il comportamento animale di fronte a una preda non si può considerare valida, allo stesso modo, per il comportamento umano. Nel momento in cui il leone divora una zebra egli non è mosso né dall'odio né dalla vendetta, poiché si tratta di una pura lotta per la sopravvivenza²⁴ che spinge l'animale ad aggredire. Nel caso dell'uomo si può ritenere

¹⁹ Per ulteriori approfondimenti si veda la fonte: Mariani, Costantini, A., Cannella, C., Tomassi, G. (1999). *Fondamenti di nutrizione umana*, Il pensiero scientifico, Roma.

²⁰ Noriega, *Enigmi del piacere*, p. 42.

²¹ Ivi, pp. 40-41. La "visione meccanicistica del corpo" non deve essere confusa con quella concezione filosofica (il meccanicismo) secondo cui la natura è un insieme composito di parti, come se fossero gli ingranaggi di una macchina, che seguono uno schema di tipico meccanico senza uno scopo e senza delle cause. La "visione meccanicistica" fa riferimento a quell'approccio di studio che osserva il comportamento degli esseri viventi sulla base della parte più istintuale che li porta ad agire in modo meccanico, attraverso gli strumenti e gli schemi innati di cui la natura li ha dotati.

²² Ivi, p. 43.

²³ L'omeostasi corporea consiste nella capacità di un organismo di autoregolarsi, mantenendo normali e costanti nel tempo i valori fisiologici come la glicemia, la temperatura corporea, la pressione arteriosa, la frequenza respiratoria etc.

²⁴ Ciullo, D. (2013). "Intelligenza e comportamento animale". *Rivista Italiana di Teosofia* 8-9: 23-28.

che vi siano degli schemi innati, conservati nel suo patrimonio genetico, che si innescano in certe situazioni, ma nelle sue scelte e nei suoi comportamenti è consapevole di se stesso, ed è proprio questa autoconsapevolezza che ha distinto l'umanità dal regno animale nel corso dell'evoluzione. La capacità dell'individuo di operare delle scelte coscienti ha avuto un ruolo determinante, affinché l'assunzione di cibo non fosse riconducibile solo a una questione di sopravvivenza. Si riconosce, in questo modo, l'influenza di fattori culturali, sociali ed esperienziali su tale comportamento.

Come già si è detto, gli animali non aggrediscono se non sono spinti dalla fame e, infatti, è noto che persino i leoni possono convivere in totale armonia con altri animali. Al contrario, l'uomo può avvertire la necessità ad assumere degli alimenti anche quando non ha più la percezione della fame: quante persone si sentirebbero sazie giunte a metà pizza, ma continuano a consumarla per il fatto che è buona? Quante persone, pur essendo piene, non riescono a rinunciare al loro dolce preferito, se gli viene servito? Tra le tante teorie dell'alimentazione, esiste la *teoria dell'incentivo* secondo la quale gli individui – anche in assenza di deficit energetico – possono essere spinti a consumare alimenti in vista degli effetti piacevoli che ne potrebbero ricavare. L'autore più influente in questo ambito teorico fu Frederick Toates²⁵, il quale pose l'attenzione sui “reward edonici”²⁶: esiste uno stimolo (ad esempio, una porzione di patatine fritte, una cioccolata calda, un gelato in piena estate etc.) che incentiva un certo comportamento per i risultati piacevoli che si possono ricavare. Si aggiungono le riflessioni di un altro importante professore, Michel Cabanac²⁷, il quale rifletteva sul fatto che una persona affamata può avere una voglia estrema di consumare il suo piatto preferito; ad esempio, il sushi nella formula “*all you can eat*”. Al contrario, dopo un pasto abbondante di roll di riso e sashimi, il solo pensiero di questi prodotti può risultare stomachevole²⁸. Cabanac è colui che ha scoperto il “fenomeno dell'alliestesia”²⁹: un processo psicofisiologico per il quale una certa esperienza o la percezione di uno stimolo possono risultare gradevoli o sgradevoli a seconda dello stato interiore dell'individuo. Inoltre, se le pulsioni motivazionali – che spingono a cercare piacere – rinforzano l'ascendenza del *reward*, il *reward* esorta ancora di più il comportamento. Questo spiega come mai ci si impone di assaggiare solo una patatina durante l'aperitivo, ma alla fine ci si ritrova a divorarne una porzione intera.

²⁵ Toates F. è un emerito professore di psicobiologia alla The Open University a Milton Keynes, nonché vicepresidente della The Open University Psychology Society.

²⁶ Toates, F. (1986). *Motivational Systems*. Cambridge University Press, Cambridge, pp. 35-56.

²⁷ Michel Cabanac è un importante professore universitario di psichiatria e neuroscienze della Laval University, in Québec, Canada.

²⁸ Sul concetto di alliestesia, si veda Cabanac, M. (1971). “Physiological role of pleasure”. *Science* 173: 1103-1107.

²⁹ Il termine “alliestesia” (dal greco αλλιώς, allíós, “cambiare” e αἴσθησις, aísthis, “percezione sensoriale”) è stato proposto dallo stesso Cabanac per descrivere il fenomeno da lui studiato.

Oltre ai bisogni edonistici, bisogna valutare anche i bisogni affettivi e sociali che demarcano il comportamento alimentare: si pensi alla colazione al bar che diventa un'occasione per scambiare qualche chiacchiera tra amici; o il piatto preferito cucinato dalla nonna che è fonte non solo di nutrimento, ma soprattutto di amore e affetto familiare. L'affetto si esprime nelle emozioni e nei sentimenti che mantengono solidi i rapporti amicali, familiari o amorosi; perciò, un pasto condiviso non alimenta solo il corpo, ma alimenta anche quel rapporto basato sull'affetto.

Inoltre, la condivisione di abitudini alimentari o cibi culturalmente riconosciuti dalla comunità di appartenenza, rispondono al bisogno di sentirsi socialmente parte di un gruppo.

In conclusione, le diverse categorie di bisogno alimentare che sono state valutate (fisiologico, edonistico e affettivo – sociale) permettono di confermare le linee teoriche individuate dal dott. Maslow.

1.3 Il bisogno di copulare

Come già si è detto nel primo paragrafo 1.2, è facile descrivere cosa significa mangiare, ma risulta estremamente complesso definire la ragione per la quale si ingeriscono delle pietanze. Analogamente, è altrettanto complicato dare una risposta al perché si avverte la necessità di entrare in relazione sessuale con qualcuno o con se stessi. Mangiare e copulare sono due azioni fortemente concatenate all'evoluzione dell'umanità, per cui è normale che nessuno si ponga molte domande a riguardo: sono consapevoli e volontarie, ma non derivano da un pensiero razionale che conduce l'individuo ad assumere un certo comportamento alimentare o sessuale; più esattamente, derivano da un dinamismo corporeo³⁰ che li incita. L'incontro sessuale richiede un coinvolgimento sia fisico che psicologico da parte di almeno due soggetti che si desiderano vicendevolmente; pertanto, si abbandonano al loro desiderio consapevoli dei risultati piacevoli che otterranno.

1.3.1 Meccanismi fisiologici legati all'esperienza sessuale

Analogamente allo studio teorico che è stato affrontato per il bisogno di mangiare, anche il bisogno di praticare attività sessuale necessita di un approfondimento circa i meccanismi fisiologici che si

³⁰ Noriega, *Enigmi del piacere*, p. 40.

manifestano quando si fa esperienza sessuale; questo, per la relazione che intercorre tra il desiderio visto su un piano psicologico e le manifestazioni fisiche che ne conseguono. D'altronde, il sesso – così come il cibo – implica, innanzitutto, una relazione con il proprio corpo e, successivamente, una relazione con l'altro corpo.

L'eccitamento sessuale parte innanzitutto da uno stimolo che diventa una percezione erotica³¹: può essere una persona, un video afrodisiaco, un pensiero carnale etc. Il desiderio sessuale è sotto il controllo del sistema nervoso autonomo, la cui attività influenza la concentrazione di diversi ormoni implicati nella regolazione della libido; tra cui il testosterone (presente principalmente nel maschio) e gli estrogeni (presenti principalmente nella donna). Il contatto fisico, le carezze, gli sfioramenti mettono in moto le aree dell'ipotalamo e dell'ipofisi. Con il determinarsi di una nuova concentrazione ormonale, il corpo aumenta il livello di tensione e gli organi genitali iniziano a lubrificarsi. Quando il sesso riguarda un rapporto duale, l'attrazione erotica esorta il dinamismo verso il corpo dell'altra persona. Giunti a questo punto la passione diventa un desiderio carnale che agisce come impulso intenzionale. L'intenzionalità è un elemento importante perché prepara il corpo a fondersi con l'altro, raggiungendo così un'intercorporeità relazionale³². Dopodiché la tensione aumenta di intensità fino al raggiungimento di un apice di piacere, al termine del quale le parti corporee nel loro stato di massimo eccitamento si abbandonano a un processo di rilassamento.

1.3.2 L'erotismo come fonte di soddisfazione di bisogni fisiologici, edonistici e affettivi

Negli animali – una volta raggiunta la maturità sessuale – l'atto sessuale rientra tra quei comportamenti istintuali programmati dalla natura per garantire la sopravvivenza della specie. Anche in questo caso, spesso si tratta di una lotta per la sopravvivenza: un fenomeno molto comune nella maggior parte dei mammiferi e dei volatili è il dimorfismo sessuale tra la femmina e il maschio, che si esprime nelle dimensioni maggiori del maschio rispetto alla femmina³³, nonché nella presenza di caratteri distintivi funzionali a una maggiore aggressività (ad esempio, le corna, le zanne, i canini più affilati etc., a seconda della specie animale). Tutte queste caratteristiche sono il frutto della selezione naturale, che garantisce un successo riproduttivo migliore e il proseguimento della specie.³⁴ Anche

³¹ Ivi, p. 80.

³² Noriega, *Enigmi del piacere*, pp. 81-82.

³³ Hedrick, A. V., "Temeles, E. J. (1989). The Evolution of Sexual Dimorphism in Animals: Hypotheses and Tests". *Tree* 4: 136-138.

³⁴ Ivi. Gli autori riprendono le fonti: Bradbury, J.W., Davies, N.B. (1987). "Relative Roles of Intra- and Intersexual Selection". In Bradbury, I.W. e Andersson, M.B. (eds), *Sexual Selection: Testing the Alternatives*, John Wiley&Sons,

nell'essere umano si verifica qualcosa di simile, ma con alcune differenze che permettono di fare un parallelismo con quanto accade nel comportamento alimentare. Si è valutato che anche l'uomo ha delle tendenze all'istinto, ma in misura decisamente minore rispetto all'animale. Di fatto, se da una parte il comportamento sessuale dell'animale è interamente governato da disposizioni innate, nell'individuo umano il desiderio sessuale deriva, innanzitutto, da processi di seduzione che lo spingono verso l'altro sesso in maniera intenzionale.³⁵ In un certo senso, esiste anche nel consumo alimentare una dimensione legata alla seduzione del commensale: è un percorso dei sensi che parte dalla vista e termina con il gusto; di fatto, affinché un'esperienza gustativa diventi memorabile, il commensale deve "assaporare il cibo, godere di esso [...], poiché godere del cibo, è anch'esso, una passione"³⁶. Invece, nella seduzione carnale il percorso dei sensi procede dalla vista al tatto: nell'esperienza erotico-passionale emerge un contatto fisico reciproco, che stabilisce una connessione con le particolarità dell'altro corpo.

L'intenzionalità è un elemento chiave per distinguere il comportamento animale da quello umano: le bestie non scelgono la loro "preda sessuale" con proposito, ma lo fanno in maniera istintiva. L'uomo, invece, sceglie la persona con la quale vuole unirsi e non deve essere una persona qualsiasi, ma bensì un soggetto che percepisce giusto per sé. Dunque, la seduzione stimola l'intenzionalità ad agire verso l'altro sesso in un dinamismo corporeo che non è governato dall'istinto, ma anche in questo caso dalla prudenza³⁷. Una persona che pratica autoerotismo, o due persone che si accoppiano, non fanno motivare il perché lo fanno, ma riconoscono i benefici che otterranno in termini di piacere e di benessere psicofisico; per esempio, l'attività sessuale riduce lo stress, allevia le tensioni fisico-emotive e facilita l'addormentarsi in caso di difficoltà.³⁸ Tutto ciò riguarda più nello specifico il soddisfacimento dei bisogni fisiologici (inclusa la necessità di procreare): è vero che la mancata realizzazione del bisogno di cibo, a lungo andare, comporta la morte del corpo, ed è altrettanto vero che l'astensione dal sesso non rappresenta una causa diretta della morte; però, bisogna valutare che ciò che rappresenta un beneficio fisiologico non ha come unico obiettivo la sopravvivenza

Chichester, pp. 143-163; Price, T. D. (1984). "The evolution of sexual size dimorphism in a population of Darwin's finches". *Am. Nat* 123: 500-505.

³⁵ Noriega, Enigmi del piacere, p. 49. L'autore riprende Donegà, D. (2011). *L'intenzionalità erotica e l'azione del corpo in Maurice Merleau*, Cantagalli, Siena, p. 207.

³⁶ Ivi, p.103.

³⁷ Ivi, pp. 50-52.

³⁸ Si precisa che i benefici fisiologici che guidano la prudenza umana nel praticare sesso non sono da intendersi per esteso, comprendendo tutti gli effetti positivi che sono stati riscontrati dai recenti studi scientifici. Ad esempio, per il paragrafo in questione è stato consultato l'articolo: Brody, S. (2010). "The Relative Health Benefits of Different Sexual Activities". *Journal of sexual medicine* 7: 1336-1361. che passa in rassegna molti benefici del sesso da un punto di vista medico (miglioramenti cardiovascolari, benefici alla pressione sanguigna, previene il rischio di alcune malattie neuropsichiatriche, benefici ormonali etc.). Tuttavia, nessun individuo fa sesso intenzionalmente per prevenire le cardiopatie o altri disturbi. La prudenza che motiva il comportamento sessuale è orientata semmai a ricercare in generale il benessere psicofisico, allontanando l'individuo da situazioni di stress.

dell'individuo, ma più in generale il suo benessere. Qual è, allora, la linea che divide i bisogni fisiologici da quelli edonistici? Senz'altro, tutto ciò che è riconducibile al fine ultimo del rapporto sessuale, ovvero il raggiungimento dell'orgasmo. Affermare che il fine ultimo del sesso è l'orgasmo potrebbe richiamare la critica della teologia tradizionale che vede nell'atto sessuale un'occasione di unione, dove la relazione amorosa può generare una nuova vita e ritiene che questo sia l'unico senso riconosciuto nell'attività sessuale. Tuttavia, se si osserva la società contemporanea al di fuori della morale religiosa non si può ignorare il fatto che il sesso non è associato necessariamente al concepimento, e spesso neppure alla relazione amorosa; anche perché la morale cattolica è una breve parentesi, seppur importante, nella storia dell'umanità.

L'orgasmo non è solo un climax di piacere, ma la sua importanza nella sessualità può essere studiata su un piano culturale, sociale e relazionale. Basta pensare a come il modo di viverci la sessualità – o più nello specifico l'esperienza orgasmica – cambi profondamente a seconda che si metta in pratica l'autoerotismo, un rapporto occasionale o un rapporto sessuale in una relazione stabile. Alcuni studi condotti dalla sociologa Elisabeth A. Armstrong., e dalla sua *équipe*, hanno evidenziato come nella maggior parte delle esperienze di sesso occasionale – vissute sia da uomini che da donne – emerga un atteggiamento più egoistico mirato a soddisfare il proprio piacere, senza preoccuparsi troppo del piacere dell'altra persona; mentre, l'esatto contrario accade nelle relazioni stabili³⁹. Talvolta nelle relazioni più profonde la necessità di raggiungere l'acme del piacere sessuale non è legata tanto al piacere in sé, quanto più al bisogno di sentirsi apprezzati dal partner o altre volte di avvalorare il partner. Tale riflessione consente di comprendere quanto sia essenziale per le persone ottenere delle conferme sulla solidità del legame affettivo-amoroso che hanno costruito, e spesso il metro di giudizio che rafforza tale legame si riscontra proprio nell'esperienza sessuale.

Come è stato menzionato prima – data la funzione a cui assolve ai fini della riproduzione umana – la sessualità riguarda innanzitutto la sfera della natura; nondimeno, bisogna considerare tutte le influenze socioculturali che agiscono al di sopra degli istinti⁴⁰ e che rendono il comportamento umano più trattenuto e disciplinato. Riprendendo l'espressione che utilizzò Michel Foucault (1926-1984)⁴¹, mentre osservava i meccanismi di coercizione e repressione delle società europee dell'età moderna,

³⁹ Armstrong, E. A., England, P., Fogarty, A. C. K. (2012). "Accounting for Women's Orgasm and Sexual Enjoyment in College Hookups and Relationships". *American Sociological Review* 77: 435-462.

⁴⁰ Smolina, Gromkiy, "The repression of sexuality and scapegoat theory".

⁴¹ Michel Foucault è stato un importante filosofo, sociologo e storico del XX secolo, nonché una delle personalità più influenti tra i seguaci della corrente filosofico-antropologica strutturalista. Lasciò un'impronta determinante in alcuni suoi studi sulla sessualità, tra i quali si citano: *La volonté de savoir. Histoire de la sexualité I*, (1976), Gallimard, Paris; *L'usage des plaisirs. Histoire de la sexualité II*, (1984), Gallimard, Paris; *Le Souci de soi, Histoire de la sexualité III*, (1984), Gallimard, Paris; *Les aveux de la chair. Histoire de la sexualité IV*, (2018), ed. Gros F., Gallimard, Paris.

il corpo è “culturalmente disciplinato”⁴². I comportamenti sessuali rientrano tra quelle pratiche corporali che vengono orientate verso il compimento dei modelli culturali esistenti. Per una migliore comprensione della questione, si possono citare alcuni studi che sono stati condotti sull’argomento. Per incominciare, sia Norbert Elias (1897-1990)⁴³ che Michel Foucault dedicarono gran parte della loro carriera di studi a indagare come la cultura interviene nel controllo e nella moderazione delle funzioni naturali, tra le quali si include copulare, mangiare e bere.⁴⁴ Entrambi osservarono che alla base della costruzione di un’identità civilizzata nell’Europa moderna vi è l’etica dell’autocontrollo della sfera comportamentale ed emotiva. L’autocontrollo si esterna in due forme: la prima riguarda la capacità di operare un pensiero lungimirante e razionale per limitare le conseguenze negative che possono scaturire dalla parte più istintuale di sé; mentre, la seconda si esprime nell’associazione della sessualità alla vergogna, all’imbarazzo e all’oscenità. Riconoscere e mettere in pratica l’etica dell’autocontrollo è funzionale ad assicurare la propria accettazione nel gruppo sociale di appartenenza.⁴⁵ A titolo esemplificativo si può citare il fatto che si riconoscono delle condotte considerate “adatte” da esibire in pubblico e quali, invece, sono ritenute “scandalose”.⁴⁶ Sulla base di questo, si può notare come la spinta, a garantire la propria sopravvivenza all’interno della rete sociale, riduce la tendenza a seguire i propri impulsi sessuali (ma anche alimentari); sebbene anche questi ultimi sono legati a un concetto di sopravvivenza (del corpo). Così, spesso l’individuo si trova in bilico su un filo tra le pulsioni interiori, da un lato, e la volontà di autocontrollo, dall’altro.⁴⁷ Un altro autore che mise in esame il passaggio dalla dimensione naturale, legata al sesso, alla dimensione culturale è Zygmunt Bauman (1925-2017)⁴⁸, il quale intraprese le sue riflessioni richiamando la nozione di “erotismo” esposta da Octavio Paz (1914-1998)⁴⁹ ⁵⁰. L’attività sessuale è naturale ed è funzionale unicamente alla riproduzione, mentre l’erotismo è associato all’eccesso del desiderio sul

⁴² Foucault, M. (1975). *Surveiller et punir*, Gallimard, Paris.

⁴³ Norbert Elias è stato un sociologo di origine ebraica. È noto soprattutto per il suo impegno nello studio di come la vita in civiltà ha plasmato profondamente gli impulsi e i comportamenti istintuali, attraverso l’etica delle buone maniere e diverse forme di potere. Per una migliore comprensione della questione, si veda Elias, N. (1969). *Über den Prozess der Zivilisation. I. Wandlungen des Verhaltens in den weltlichen Oberschichten des Abendlandes; II. Wandlungen der Gesellschaft. Entwurf zu einer Theorie der Zivilisation*, Suhrkamp, Frankfurt, (trad. it. *Il processo di civilizzazione*, Il Mulino, Bologna, 1982).

⁴⁴ Smith, “‘The Civilizing Process’ and ‘The History of Sexuality’”. L’autore riprende Norbert, E. & Hammer, H (1939). *Über den Prozeß der Zivilisation*, Suhrkamp, Frankfurt. (trad. en. *The Civilizing Process*, Blackwell, Oxford, 1994); Foucault, *L’usage des plaisirs*; Foucault, *Le Souci de soi*.

⁴⁵ Ibidem.

⁴⁶ Fabietti, *Antropologia*, p. 161.

⁴⁷ Smith, “*The Civilizing Process*” and “*The History of Sexuality*”.

⁴⁸ Zygmunt Bauman è stato un sociologo e filosofo di origine polacca. I suoi studi spaziavano dalle dinamiche della modernità a quelle della “post-modernità”, dalla globalizzazione al consumismo, dai pilastri della “società solida” alle condizioni di disgregazione della “società liquida”.

⁴⁹ Octavio Paz è stato uno degli autori più celebri della letteratura spagnola del XX secolo, sia come poeta che come saggista. Nel 1990 vinse addirittura il premio Nobel per la letteratura.

⁵⁰ Paz, O., & Lamberti, M. (1994). *La duplice fiamma: amore ed erotismo*, Garzanti GEMS, Milano.

piano edonistico.⁵¹ Secondo Bauman, la società moderna ha adoperato due strategie culturali per allontanare gli individui dall'erotismo: la prima riguarda i rapporti di potere ideologici che sono stati trasmessi dalla Chiesa e, in parte, dall'educazione scolastica con l'obiettivo di evitare che le esperienze sessuali eccedano oltre il limite della funzione riproduttiva (ad esempio, nella prostituzione, nella pornografia o nei rapporti extraconiugali); mentre, la seconda consiste nella sublimazione del sesso all'immaginario del romanticismo.⁵²

Oltretutto bisogna considerare anche tutte quelle influenze socioculturali che gravano sull'individuo come delle vere pressioni psicologiche. Infatti, non è raro che certe persone vivano il sesso non tanto come una un'esperienza di vita o di crescita personale, quanto più come una prestazione che si misura con il raggiungimento del culmine del piacere. Alcuni studi effettuati su determinati gruppi sociali hanno valutato che negli ultimi anni si è diffusa la tendenza di usare la reputazione personale in termini di "conquiste sessuali" come mezzo per elevare il proprio status all'interno di un gruppo.⁵³ Da questo punto di vista, la quantità di partner sessuali e la capacità di realizzare delle esperienze sessuali soddisfacenti diventano un mezzo per sentirsi socialmente accettati da un gruppo.

In conclusione, come è stato valutato per il bisogno alimentare, anche in questo caso, le diverse categorie di bisogno sessuale che sono state valutate (fisiologico, edonistico e affettivo-sociale) permettono di confermare le linee teoriche individuate da Maslow.

1.4 La temporaneità del piacere alimentare e del piacere sessuale nel rapporto con sazieta e felicità

Ogni volta che l'individuo assume un alimento che lo soddisfa particolarmente, e ogni volta che il desiderio di una fantasia sessuale viene reso concreto, si accoglie in sé uno stato di benessere che annebbia tutti i problemi che affliggono la persona. Tuttavia, questa condizione di illusoria felicità tende a comparire e scomparire nell'arco di poco tempo, e si tornerà nuovamente a desiderare l'oggetto del piacere. I principali responsabili di questo circuito di bisogno, soddisfazione, felicità e, poi, un nuovo bisogno, sono dei neurotrasmettitori che prendono il nome di dopamina, serotonina ed endorfine. Ogni volta che si intraprende una qualche attività che si ritiene piacevole, una quantità

⁵¹ Ibidem.

⁵² Bauman, Z. (ed. or. 2001), (ed. 2013). *On Postmodern Uses of Sex*, (trad. it. *Gli usi postmoderni del sesso*, Il Mulino, Bologna).

⁵³ Meston, C. M., Buss, D. M. (2007). "Why humans have sex". *Archives of Sexual Behavior* 36(4): 477–507.

(non specifica) di tali neurotrasmettitori viene rilasciata in circolo nell'organismo e può generare uno stato emotivo di felicità e, spesso, euforia.

L'assunzione di *comfort food* e le pratiche sessuali risvegliano quei meccanismi neurochimici, che sono fonte di benessere psicofisico e che riducono lo stress cronico. Le aree cerebrali che sono coinvolte nei processi emozionali sono strettamente connesse con l'apparato digerente e riproduttore; perciò, ogni volta che subentrano delle mancanze, l'informazione viene elaborata come stimolo neurale. Quando i livelli di dopamina, serotonina ed endorfine sono bassi, si apre una ricerca compensatoria di *reward* edonici per colmare delle condizioni di vuoto, degli stati di tensione o sofferenza. Questo fenomeno è molto ricorrente nelle persone, ma talvolta può innescare delle pratiche ossessive e compulsive che sfociano nei disturbi dell'alimentazione o nelle dipendenze⁵⁴.

Dinnanzi alla finezza della vita, le persone vorrebbero che i piaceri fossero eterni per godere di una condizione di beatitudine senza fine⁵⁵. In realtà, questa condizione ha caratterizzato le storie dei popoli da molti secoli ed è possibile trovarne traccia all'interno delle mitologie antiche. Si pensi all'immaginario biblico dell'Eden, il Paradiso Terrestre, nel quale il tempo sembra fermarsi in una stagione rigogliosa con i frutti sempre freschi e i prati verdissimi.⁵⁶ Lo stesso si realizza nel sogno del Paese di Cuccagna⁵⁷, dove il cibo e i piaceri terreni sono disponibili in modo inesauribile e dove i rischi e i pericoli sono esclusi dalla vita.⁵⁸ Di questo luogo utopistico se ne può trovare un valido esempio nel Decameron di Giovanni Boccaccio (1313-1375)⁵⁹ nel quale si allude alla contrada di Bengodi: c'è tale abbondanza di cibo che si legano le vigne con le salsicce e con un solo denaro si può comprare un'oca e un papero; perdipiù, si erge una montagna di parmigiano grattugiato che le genti usano per fare i maccheroni e i ravioli.⁶⁰ Un'altra utopia si riscontra nella mitologia germanica che viene rappresentata nell'Edda⁶¹ di Snorri Sturluson (1179-1241)⁶², un manuale in prosa di storie della cultura norrena medievale. Nell'Edda si narra di Saehrimnir, un Grande Maiale, che ogni giorno viene bollito e alla sera si ripresenta di nuovo intero, affinché possa sfamare gli eroi e tutte le genti degne di abitare il Valhalla⁶³. Sono presenti anche Auðhumla, una vacca dalle cui mammelle scorrono

⁵⁴ Questo fenomeno verrà approfondito nel terzo capitolo.

⁵⁵ Noriega, *Enigmi del piacere*, p. 120. L'autore cita Nietzsche, F. (1989). <<L'altra Canzone del Ballo>>, in Id., *Così parlò Zarathustra*, parte III, 3, Melita editori, La Spezia.

⁵⁶ Montanari, M. (2006). *Il cibo come cultura*. Editori Laterza, Bari-Roma, pp. 17-18.

⁵⁷ Per approfondimenti si veda la conferenza Montanari, M. *Il paese di Cuccagna*, tenuta presso l'Università di Scienze Gastronomiche di Pollenzo in data 28 maggio 2020.

⁵⁸ Montanari, *Il cibo come cultura*, p. 18.

⁵⁹ Giovanni Boccaccio è stato uno scrittore e poeta italiano.

⁶⁰ Boccaccio, G. (ed. 2013). *Decameron*, BUR rizzoli classici, Milano, VIII, 3.

⁶¹ Sturluson, S. (2016). *Edda*, Garzanti, Milano.

⁶² Snorri Sturluson è stato un poeta, storico e politico di origine islandese.

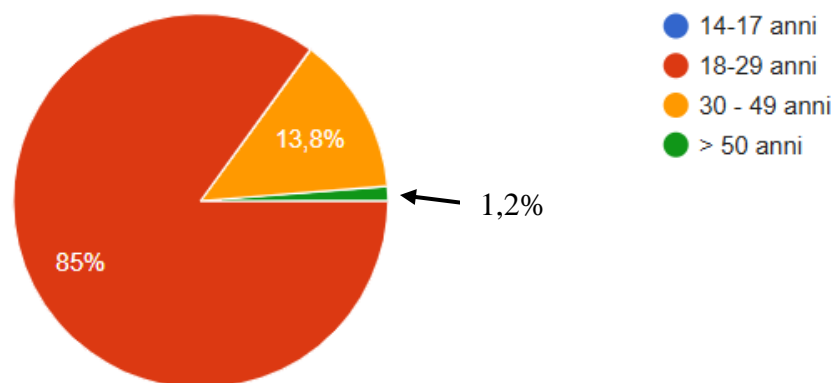
⁶³ Nella lingua norrena antica il Valhalla si pronunciava Valhöll ("Valr", "massacro" e "höll", "luogo" o "stanza") e raffigurava una sala maestosa situata presso le terre di Ásgarðr, ovvero il mondo divino governato da Odino (il Dio supremo e padre di tutti gli uomini nella mitologia norrena).

ben “quattro fiumi di latte”, e Heiðrún, una capra che produce idromele.⁶⁴ Tuttavia, nulla è eterno e neanche i piaceri; soprattutto, se questi ultimi sono legati all’azione da parte dell’uomo. Ogni fonte di appagamento richiede che l’individuo si metta in moto per ottenerla. D’altronde, il piacere deriva dalla soddisfazione di un bisogno, ed è possibile solo attraverso una scelta e una successiva azione.⁶⁵ Perciò, una volta che il processo di digestione degli alimenti si è concluso, e una volta che la condizione di rilassamento corporeo ha lasciato spazio a nuovo stato di eccitamento, l’individuo ritornerà ad avere il bisogno di consumare quell’alimento che tanto gradisce o di ricorrere all’oggetto delle sue fantasie sessuali.

1.5 Esposizione dei dati del questionario

1) Indica la tua fascia di età (max 1 risposta)

80 risposte



Al fine di fornire un riscontro pratico rispetto alle nozioni teoriche che vengono affrontate nella tesi, si è preparato un questionario che è stato pubblicato online e somministrato ai propri contatti.

Gli intervistati che hanno svolto il questionario sono 80.

La domanda 1 mira a individuare la fascia di età dell’intervistato, come dato socio-anagrafico, per comprendere se vi siano delle correlazioni tra le risposte date e la generazione di appartenenza, ma,

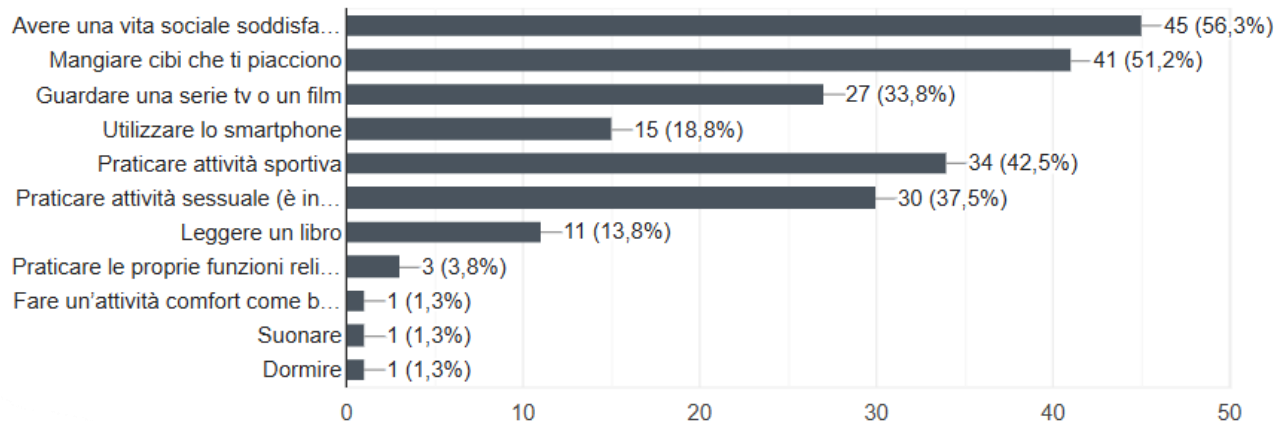
⁶⁴ Montanari, M. (1997). *La fame e l’abbondanza*. Editori Laterza, Bari-Roma, p. 16.

⁶⁵ Noriega, *Enigmi del piacere*, p. 121.

data la cospicua prevalenza di soggetti con età 18-29 anni (85%) e la scarsa partecipazione di soggetti appartenenti alle altre fasce di età, non è possibile eseguire questo tipo di analisi in modo imparziale.

2) Quali tra queste attività ti aiutano maggiormente a ridurre lo stress in momenti di ansia, rabbia o difficoltà? (max 3 risposte)

80 risposte



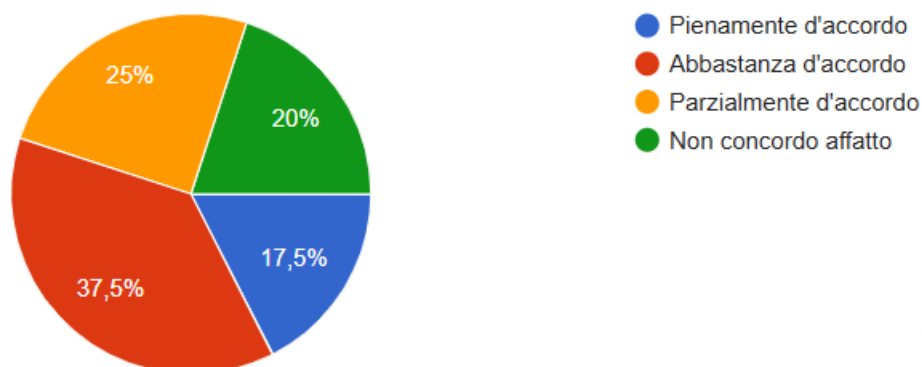
La domanda 2 è volta a valutare se alcune attività siano maggiormente ricercate in situazioni di stress emotivo. Si osserva una distribuzione disorganica delle risposte, in quanto le attività che risultano maggiormente selezionate sono:

- 1) Avere una vita sociale soddisfacente (56,3%);
- 2) Mangiare cibi che ti piacciono (51,2%)
- 3) Praticare attività sportiva (42,5%)
- 4) Praticare attività sessuale (37,5%)
- 5) Guardare una serie tv o un film (33,8%)

I dati dimostrano come nell'individuo possano emergere dei bisogni edonistici o emotivi che in situazioni di stress devono essere soddisfatti attraverso delle attività che determinino una liberazione delle energie. Come è stato valutato nel paragrafo 1.4, la socialità, il piacere di mangiare e l'attività sessuale sono incluse tra quelle attività che aumentano la concentrazione di neurotrasmettitori (fonte di benessere psico-fisico).

3) Pensa a un cibo che ti piace tanto e che spesso ti suscita delle voglie incontrollabili. Pensa alla situazione in cui hai fatto un pasto abbondante a base di quel prodotto, tanto da sentirti esageratamente pieno: il solo pensiero di quel cibo, che ti piace tanto, ora diventa stomachevole (max 1 risposta)

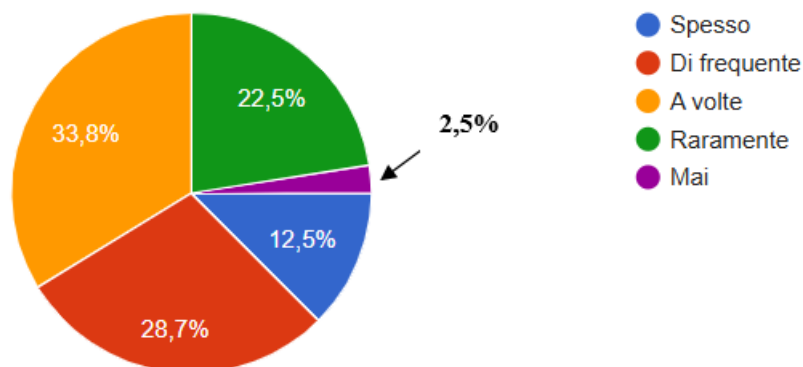
80 risposte



La domanda 3 ha come obiettivo quello di stimare quanto, talvolta, il bisogno di consumare il proprio alimento preferito sia influenzato dalla situazione psico-fisica dell'individuo nel momento del pasto. Effettivamente, poco più della metà degli intervistati (55%) possono confermare, all'incirca, la teoria del dott. Michel Cabanac. È opportuno precisare che il dato dipende dal campione dei soggetti presi in esame; perciò, non si esclude che possano emergere dei risultati differenti se il campione fosse differente. Nello specifico, 14 persone (17,5%) hanno risposto di essere “pienamente d'accordo” e 30 persone (37,5%) hanno risposto di essere “abbastanza d'accordo”. Per contro, quasi la metà del campione pare mostrare una predilizione piuttosto intensa per certi cibi, tanto che non ne proverebbe disgusto nemmeno dopo averne fatto un consumo snodato. Nello specifico, 20 persone (25%) hanno risposto di essere “parzialmente d'accordo” e 16 persone (20%) hanno risposto “non concordo affatto”.

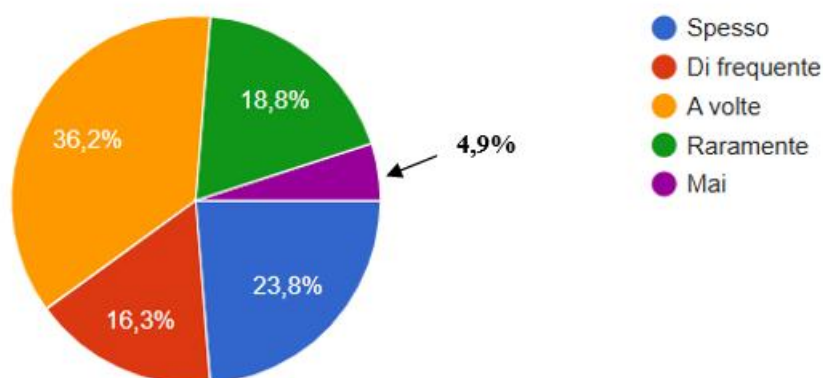
4) Ogni quanto ti capita di percepire un forte desiderio di consumare un cibo che ti piace molto, tanto da doverlo soddisfare a tutti i costi e, appena lo assumi, il desiderio si inibisce per poi ripresentarsi dopo poco tempo (almeno entro due settimane)? (max 1 risposta)

80 risposte



5) Ogni quanto ti capita di percepire un forte desiderio di praticare attività sessuale (incluso l'autoerotismo), tanto da doverlo soddisfare a tutti i costi e, appena lo soddisfi, il desiderio si inibisce per poi ripresentarsi dopo poco tempo (almeno entro due settimane)? (max 1 risposta)

80 risposte



Le domande 4 e 5 mirano a comprendere la frequenza del fenomeno per il quale un certo bisogno alimentare o sessuale si ripresenta, dopo che è stato precedentemente soddisfatto. È interessante notare come vi sia una distribuzione delle risposte abbastanza bilanciata tra le domande 4 e 5, relativamente a chi ha selezionato “a volte”, “raramente” e “mai”. La maggior parte degli intervistati hanno espresso una frequenza intermedia, sia per quanto riguarda il proprio comportamento

alimentare (27 persone, 33,8%), sia per quanto riguarda il proprio comportamento sessuale (29 persone, 36,2%). Invece, risulta una distribuzione meno somigliante delle risposte rispetto alle altre due frequenze. 10 persone (12,5%) hanno ammesso che gli capita “spesso” di percepire un forte desiderio di consumare un cibo gratificante in modo reiterato nel tempo e 23 persone (28,7%) hanno espresso che capita loro “di frequente”. Invece, per quanto riguarda il fenomeno sessuale, le risposte risultano ribaltate rispetto al fenomeno alimentare: 19 persone (23,8%) hanno espresso che capita loro “spesso” di percepire un forte desiderio di praticare attività sessuale in modo reiterato nel tempo e 13 persone hanno espresso che capita loro “di frequente” (16,3%).

CAPITOLO II

LA RELAZIONE TRA NUDO E CRUDO A METÀ TRA IL PIACERE E L'OSCENITÀ

2.1 Il crudo

Storicamente l'alimentazione a livello mondiale si è basata prevalentemente sull'assunzione di alimenti cotti, o minimamente processati, rispetto a quelli crudi.⁶⁶ Tuttavia, negli ultimi anni è esplosa l'ossessione per il sushi e per il poké, che ha influito sull'incremento del consumo di prodotti crudi di pesce e di carne, persino in quelle società dove emerge una cultura alimentare legata principalmente alla cottura dell'alimento (soprattutto se quest'ultimo è di origine animale).⁶⁷ Nonostante le tartare e i sashimi aggradino il palato di molte persone, l'immagine delle parti crude dell'animale, lasciate appese nella macelleria e sezionate successivamente, sono ritenute (generalmente) disgustose.⁶⁸ Si tiene a precisare che le osservazioni che verranno prese in esame non vogliono enfatizzare l'assunzione di carne cruda nella propria alimentazione, ma mirano a comprendere se le ragioni che motivano tale ripugnanza siano collegate esclusivamente alla pericolosità che può comportare la crudità della carne⁶⁹; oppure, se sussistano delle spiegazioni di carattere più culturale.

⁶⁶ Nel corso dell'evoluzione la cottura ha ridotto le spese energetiche necessarie alla digestione, rendendo i cibi più facilmente metabolizzabili all'interno dell'organismo; perciò, nel corso della storia, le società umane hanno manifestato la necessità di assumere alimenti qualitativamente superiori da un punto di vista nutrizionale. Si veda Gowlett, J. A. J., Wrangham, R. W. (2013). "Earliest fire in Africa: towards the convergence of archaeological evidence and the cooking hypothesis". *Azania: Archaeological Research in Africa* 48(1): 5–30. L'autore cita Carmody, R.N., Wrangham, R.W. (2009). "The energetic significance of cooking". *Journal of Human Evolution* 57: 379-391; Wrangham, R.W., Conklin-Brittain (2003). "Cooking as a biological trait". *Comparative Biochemistry and Physiology Part A*, 136: 35-46.

⁶⁷ Si veda Bestor, T. C. (2000). "How Sushi Went Global". *Foreign Policy* 121: 54-63. L'autore ricostruisce il contesto storico e socioculturale nel quale il sushi è passato dall'essere un prodotto tipico giapponese a un fenomeno globale. In particolare, osserva come, fino agli anni 90' del secolo scorso, l'idea di consumare il pesce crudo non ha mai allettato il gusto delle società occidentali. Già nel 1929, il Ladies Home Journal provò ad avvicinare l'interesse delle donne nordamericane alle ricette della cucina giapponese, ma decise volutamente di omettere qualsiasi riferimento al crudo. Per diversi anni la cultura alimentare giapponese rappresentava un argomento di scarso interesse. Solo negli anni 60', nell'ambito del giornalismo di lifestyle, iniziarono ad emergere alcuni articoli sul sushi e, intorno al 1990, negli USA il tonno rosso di qualità, leggermente marezzato e con qualche venatura di grasso, divenne particolarmente ricercato. Questa maggiore apertura verso il consumo di pesce crudo condusse alla crescita di una vera e propria "mania" per il sushi negli anni successivi, che si estese rapidamente all'interno degli stati europei. Inoltre, si veda la tesi "Geri, N. (A.A. 2011/2012). *How Sushi went popular in Italy: the role of producers and consumers*, Corso di laurea magistrale in Lingue e istituzioni economiche e giuridiche dell'Asia e dell'Africa mediterranea dell'Università di Ca' Foscari Venezia.

⁶⁸ Borkfelt, S. (2022). *Reading Slaughter. Abattoir Fictions, Space, and Empathy in Late Modernity*, Palgrave Macmillan, Cham.

⁶⁹ Baldassarre, A., Dragonieri, S., Macinagrossa, L., Longo, A., Gatti, M. F., Dambrosio, A., Caggiano, G., Vimercati, L., Musti, M. (2015). "Rischio biologico da *Staphylococcus Aureus* Meticillino-Resistente nella filiera delle carni". *La*

2.1.1 Il disgusto verso il crudo

Se l'obiettivo è individuare le origini socioculturali degli atteggiamenti avversi rispetto a tutto ciò che si definisce “nudo e crudo”, occorre partire dalle categorie di gusto e disgusto. È necessario evitare di ridurre questi concetti a dei meri gusti personali (come, per esempio, una propria repulsione verso le verdure); al contrario, bisogna pensare i gusti e i disgusti in una dimensione più ampia che si riflette su un intero gruppo socioculturale.⁷⁰ Nel corso della storia il cibo è diventato un marcatore sociale di appartenenza ad un certo gruppo, caratterizzato da pratiche alimentari e concetti di commestibilità culturalmente condivisi.⁷¹ Tra gli studiosi del gusto non si può non citare Pierre Bourdieu (1930-2002)⁷², il celebre autore della “teoria del gusto”⁷³ che elaborò tra gli anni '60 e '70 mentre si interessava alle pratiche di distinzione sociale delle classi dominanti nella società francese.

Il sociologo francese osservò come gli attori sociali interpretano i gusti come un fenomeno del tutto naturale e assolutamente giusto dal loro punto di vista; ma il gusto è il riflesso del mondo sociale nel quale viene prodotto, per cui non vi è nulla di naturale alla base. Fu proprio questo a condurre Bourdieu a considerare il gusto come una “categoria culturale naturalizzata”, poiché incorpora il sistema di pratiche e principi comuni che unificano un certo gruppo sociale e che lo differenziano dagli altri.⁷⁴ Tale sistema induce a definire certi comportamenti come giusti o sbagliati a prescindere: in particolare, nella sfera alimentare ricade sulle norme del galateo e sulle definizioni di commestibilità⁷⁵. Queste ultime incarnano delle concezioni del tutto culturali, che allontanano gli individui da certe condotte considerate oltre i limiti dell'oscenità e del disgusto.

Per utilizzare un approccio più concreto a riguardo, si pensi ai diversi piatti della tradizione culinaria giapponese che hanno suscitato molto scalpore soprattutto nelle popolazioni occidentali.⁷⁶ Il *Fugu* è tra i più popolari al centro della discussione: consiste in una pietanza piuttosto costosa, a base di pesce

medicina del lavoro 106: 25-26; Mataragas, M., Skandamis, P. N., Drosinos, E. H. (2008). “Risk profiles of pork and poultry meat and risk ratings of various pathogen/product combinations”. *International Journal of Food Microbiology* 126: 1-12; Daschner, A. (2016). “Risks and Possible Health Effects of Raw Fish Intake”. In Raatz, S. K., Bibus, D. M. (eds.), *Fish and Fish Oil in Health and Disease Prevention*, Academic Press, pp. 341-353.

⁷⁰ Koenlsler, A. e Meloni, P. (1997). *Antropologia dell'alimentazione. Produzione, consumo, movimenti sociali*, Carocci editore, Roma, pp. 73-81.

⁷¹ Ivi, p. 73.

⁷² Bourdieu P. è stato un sociologo e antropologo francese, ed è considerato come uno degli intellettuali più influenti nell'ambito delle scienze umane e sociali del XX secolo.

⁷³ Si veda Bourdieu, P. (ed. or. 1979). *La distinction. Critique sociale du Jugement*, Minuit, Paris. (trad. it. *La distinzione. Critica sociale del gusto*, Il Mulino, Bologna, 2012); Maraschi, A., Tasca, F. (2024). *Food, Heresies, and Magical Boundaries in the Middle Ages*, Amsterdam University Press, Amsterdam.

⁷⁴ Koenlsler e Meloni, *Antropologia dell'alimentazione*, p. 74.

⁷⁵ Ibidem.

⁷⁶ Chan, T. (2024). *Savoring stereotypes: exploring orientalized narratives through american reactions to east asian foods on youtube*. Master of Arts, Faculty of Purdue University.

palla, che viene comunemente servita cruda come sashimi (*fugu sashi*), anche se è presente anche nelle varianti fritte o bollite. Il pesce palla appartiene alla famiglia delle Tetraodontidae e il commercio di prodotti a base di specie ittiche appartenenti a questa famiglia è vietato per legge in molti paesi. Tale divieto è stato imposto in Italia nel 1992 e poi è stato esteso in tutti i paesi dell'Unione Europea nel 2004⁷⁷. Ciò che incute maggiore timore in questo prodotto, oltre alla tipologia di pesce, è la potenziale pericolosità della sua carne.⁷⁸ Si ritiene che sia uno dei pesci più velenosi al mondo a causa di una tossina, nota come tetrodotossina (TTX), che è 1250 volte più letale del cianuro di sodio⁷⁹. Il suo consumo al ristorante non dovrebbe rappresentare un pericolo, perché solo il personale provvisto di un apposito patentino⁸⁰, rilasciato dal Ministero della Salute giapponese, è in grado di eliminare accuratamente la sostanza. È importante provvedere a una rimozione totale delle parti del pesce che contengono la carica tossinica più alta, ossia le ovaie, il fegato, l'intestino, i reni e la pelle,⁸¹ sebbene sembrerebbe che non tutte le specie rappresentino un reale pericolo per la salute umana⁸² e che la maggior parte delle intossicazioni da tetrodotossina riguardano tentativi casalinghi di cucinare il pesce palla, essendo privi di conoscenze adeguate a distinguere le specie velenose da quelle commestibili.⁸³

⁷⁷ Regolamento (CE) N° 854/2004 del Parlamento Europeo e del Consiglio del 29 aprile 2004: “Capo II: Controlli ufficiali sui prodotti della pesca (omissis)...g.) prodotti della pesca velenosi - i controlli sono tesi a verificare che i seguenti prodotti della pesca non siano immessi sul mercato:

1. non sono immessi sul mercato i pesci velenosi delle seguenti famiglie: Tetraodontidae, Molidae, Diodontidae e Canthigasteridae;

2. i prodotti della pesca contenenti biotossine, quali ciguatera o altre tossine pericolose per la salute umana ecc.”

⁷⁸ Roderick, J. (1975). “Japanese Actor Poisoned”. (ed. or.) *The Leader-Post*, p. 10.

⁷⁹ Sietsma, R. (1997). “Sashimi to die for”. *The Village Voice*: 46-47.

⁸⁰ La licenza: “*Fugu Chorishi Menkyo*”.

⁸¹ Zhang, X., Zong, J., Chen, S., Li, M., Lu, Y., Wang, R., Xu, H. (2020). “Accumulation and Elimination of Tetrodotoxin in the Pufferfish *Takifugu obscurus* by Dietary Administration of the Wild Toxic Gastropod *Nassarius semiplicata*”. *Toxins* 12(5): 278.

⁸² Il Ministero della Salute, del Lavoro e delle Politiche sociali giapponese ha illustrato le 21 specie di pesce palla innocue al consumo (Fisheries industry fugu, 2014), tra cui pesce palla tigre (*Takifugu rubripes*), pesce palla corvo (*Takifugu chinensis*) e il pesce palla striato (*Takifugu xanthopteron*). Per approfondimenti, si veda lo studio condotto dal Toxic and Shellfish Review Committee.

⁸³ Cultural Heritage online, “Satohama shell midden”, Agency for Cultural Affairs, consultato il 15/12/2024 su <https://bunka.nii.ac.jp/heritages/detail/209550>.



Surianto J. (2021), <https://www.pexels.com/it-it/>.



Kaminski P. (2006), <https://commons.wikimedia.org/>.

Oltre al Fugu, in Giappone è possibile consumare i fegati di manzo e di suino serviti crudi (*Nemarebaa*), i prodotti ottenuti dalla lavorazione delle sacche di liquido seminale di diverse specie ittiche (*Shirako*), i legumi di soia fermentati dalla consistenza appiccicosa e con un forte sentore ammoniacale (*Natto*) etc. È inevitabile citare questi esempi, poiché hanno lasciato inorridita l'opinione pubblica al di fuori dei confini nipponici. In realtà, la cucina giapponese non si esaurisce con questi prodotti: vanta di un patrimonio culinario immenso, che coniuga il sapere tecnico nel manipolare materie prime di qualità con il gusto estetico verso il piatto; tanto che nel 2013 la cucina giapponese è stata ritenuta degna di appartenere alla lista del Patrimonio culturale immateriale dell'UNESCO.⁸⁴ Tuttavia, è curioso come negli ultimi anni predominino due schieramenti, tra i tolleranti e i diffidenti. Da una parte emergono coloro che si autoconvincono di spaziare in una cultura alimentare diversa dalla propria: si addentrano in un mondo di rolls di sushi farciti con mango, salmone, Philadelphia e mandorle tostate, e dorayaki farciti con la Nutella; nonostante queste siano delle versioni piuttosto occidentalizzate, rispetto alla ricetta originale, per adattare ad un gusto più locale.⁸⁵ Dall'altra parte si distinguono coloro che ritengono sufficienti gli esempi precedenti di “piatti ambigui” per impregnare di disgusto l'immagine della cucina giapponese: per motivazioni di carattere igienico, religioso, estetico etc. mangiarli costituirebbe un atto contro la natura;⁸⁶ malgrado alcuni prodotti – come il lattume⁸⁷ – siano caratterizzanti di altre tradizioni culinarie a livello storico ed europeo.

2.1.2 Il crudo come selvatico

⁸⁴Si veda: Bulian, G. (2024). “Il mito del "washoku": le ambivalenze della cultura gastronomica giapponese”. *Georgofili INFO – Notiziario di informazione a cura dell'Accademia dei Georgofili*, consultato il 22/11/2024 su https://iris.unive.it/retrieve/ea30f572-a068-4e7f-abb0-4fd43816b8b7/II%20mito%20del%20washoku_%20le%20ambivalenze%20della%20cultura%20gastronomica%20giapponese%20-%20Accademia%20dei%20Georgofili.pdf;

Kohsaka, R. (2017). “The myth of washoku: a twisted discourse on the “uniqueness” of national food heritages”. *Journal of Ethnic Foods* 4: 66-71; Shoda, H. (2019). *Washoku. L'arte della cucina giapponese. Tecniche e strumenti*, Giunti Editore, Firenze.

⁸⁵ Per approfondimenti si veda McDonald, E. V. (2016). *American attitudes toward sushi as a reflection of attitudes toward globalization and culture*. Master of Arts of Anthropology, The Faculty of the Department of Anthropology, University of Houston.

⁸⁶ Koensler e Meloni, *Antropologia dell'alimentazione*, p. 76.

⁸⁷ Il lattume è lo sperma del pesce. Ad esempio, il lattume che si ricava dalle gonadi del tonno rosso è la base di alcune preparazioni culinarie siciliane e sarde. A titolo esemplificativo, si veda Allotta, A. (2019). *La cucina siciliana in 1000 ricette. Dalla pasta con le sarde alla cassata: i segreti di una tradizione culinaria ricca di sapori antichi*, Newton Compton Editori, Roma.

Il compiacimento verso la crudità di carne, pesce, frutti, ortaggi e tuberi è stato associato storicamente a una natura bestiale e selvaggia. Per una migliore comprensione della questione bisogna approfondire l'origine di tale concetto culturale.

La nascita della vita in civiltà viene fatta coincidere con l'introduzione dell'agricoltura nell'area della "Mezzaluna fertile", tra il Vicino e il Medio Oriente, circa 10.000 anni fa. L'agricoltura ha reso stanziali le piccole società di cacciatori-raccoglitori con l'approvazione di specifiche regole di convivenza e l'inserimento delle prime forme di addomesticazione di piante e animali.⁸⁸ E fu così che le prime società agricole costruirono l'idea di un "uomo civile"⁸⁹ che trasforma ciò che è presente in natura e che viene coltivato da lui per ottenere un prodotto artificiale: come, ad esempio, la farina dal grano e, poi, il pane dalla farina.⁹⁰ Tuttavia, va ricordato che le prime forme di cultura subentrarono molto prima, con una scoperta portata avanti dall'*Homo erectus* (o *ergaster*)⁹¹: la scoperta del fuoco, intorno a 1,4-2,3 mln di anni fa.⁹² Fino a quel momento, i più lontani antenati dell'uomo (gli australopitechi) e i primi rappresentativi del genere *Homo* (*Homo habilis*) masticavano perlopiù alimenti crudi: come semi, noci, tuberi e frutti.⁹³ Sebbene con la cottura non si ottenesse un prodotto del tutto diverso da quello presente in natura, l'alimento cotto costituiva una prima forma di cucina e, quindi, una prima evidenza culturale. Perdi più la cottura consentì di esplorare una prima forma di desiderio: il fuoco è in grado di produrre nuovi sapori, nuovi sapori spronano alla ricerca di altri ancora, e così via. Fu, soprattutto, la cottura della carne a segnare un netto confine tra gli animali, che divoravano altri animali, e le creature del genere *Homo*, che praticavano delle attività del tutto umane. A mano a mano che le tecniche di cottura e di cucina si facevano sempre più complesse, la trasformazione del prodotto dal suo stato grezzo è diventato via via una questione identitaria;⁹⁴ perciò, il rifiuto della cucina e della cottura avrebbe implicato un rifiuto della propria civiltà.⁹⁵ La cottura è, sicuramente, la preparazione culinaria che riesce a mutare maggiormente la materia grezza e selvaggia, facendole assumere un aspetto più raffinato e civilizzato.⁹⁶

⁸⁸ Montanari, *Il cibo come cultura*, pp. 5-10.

⁸⁹ Sereni, *L'integrale selvatico*, pp. 2-3.

⁹⁰ Montanari, *Il cibo come cultura*, pp. 5-10.

⁹¹ L'evoluzione del genere *Homo* ha visto principalmente due "forme di transizione", entrambe riscontrate in Africa Orientale: l'*Homo habilis* (2,8-1,6 mln anni fa) e l'*Homo ergaster* (2,5-1,9 mln anni fa).

⁹² Gowlett, & Wrangham, "Earliest fire in Africa". L'autore cita Organ, C.L., Nunn, C.L., Machanda, Z., Wrangham, R.W. (2011). "Phylogenetic rate shifts in chewing time during the evolution of *Homo*". *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 108: 14555-14559.

⁹³ Ivi. L'autore cita Laden, G., Wrangham, R.W. (2005). "The rise of the hominids as an adaptive shift in fallback foods: plant underground storage organs (USOs) and australopith origins". *Journal of Human Evolution* 49: 482-498.

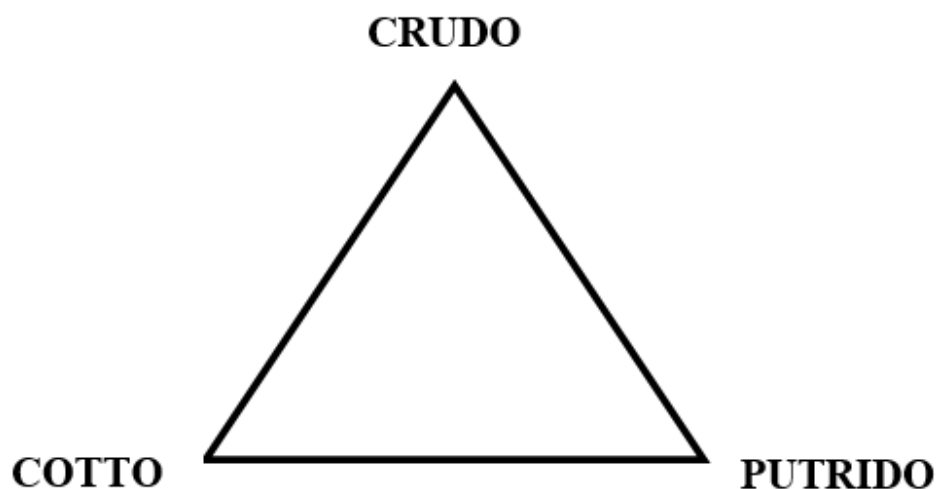
⁹⁴ Montanari, *Il cibo come cultura*, pp. 35-40.

⁹⁵ Ivi, p. 37.

⁹⁶ Il concetto di civiltà si attribuisce sulla base dei processi di raffinamento delle tecniche, del sapere scientifico, dei modi di agire e di pensare nella sfera sociale, religiosa, politica ed economica. Per approfondimenti, si veda Elias, *Il processo*

Una branca dell'antropologia che ha ragionato in merito al rapporto tra natura e cultura, tra crudo e cotto è l'antropologia strutturalista che si inserisce all'interno del campo di studi dello strutturalismo. Quest'ultimo ebbe come padre fondatore Ferdinand de Saussure (1857-1913)⁹⁷, il quale ragionava nell'ambito della semiotica e della linguistica: egli voleva individuare le strutture elementari della lingua, cioè quelle categorie universali che accomunano ogni lingua del mondo (vocali, consonanti, morfemi, fonemi etc.). L'obiettivo era quello di dimostrare che una lingua è una struttura composta da segni, i quali assumono un valore solo se esiste una nella relazione tra di loro.⁹⁸

È proprio dagli studi di de Saussure che Claude Lévi-Strauss (1908-2009)⁹⁹, il maggiore esponente dell'antropologia strutturalista, pensò la cultura proprio come un linguaggio; ovvero, come un sistema complesso di segni elementari che producono un significato diverso a seconda di come si relazionano. I suoi studi si concentrarono sulla cucina, analizzando il cibo come un campo semantico. Ragionò sul fatto che, se non esiste società che non abbia codificato un proprio linguaggio, non esiste alcuna società che non cucini il proprio cibo. Sulla base di questo, si mise alla ricerca di “strutture elementari della cucina”, cioè di metodi di preparazione che rappresentassero un comune denominatore tra le diverse società del mondo.¹⁰⁰ Attraverso i risultati ottenuti, arrivò ad elaborare il triangolo culinario¹⁰¹, posizionando ai vertici i tre principali modi di preparare il cibo: crudo, cotto e putrido.



di civilizzazione, pp. 113-120. Per ulteriori approfondimenti si veda Grazioli, F. (2024). “Appetiti bestiali”. In Sereni (ed.), *L'integrale selvatico*, p. 47.

⁹⁷ Ferdinand de Saussure è stato un noto linguista e semiologo svizzero.

⁹⁸ De Saussure, F. (ed. or. 1916). *Cours de linguistique générale* (Vol. 1), (trad. it. *Corso di linguistica generale*, Laterza, Bari, 2009).

⁹⁹ Claude Lévi-Strauss è stato un importante antropologo, sociologo, filosofo e grande teorico dello strutturalismo.

¹⁰⁰ Lévi-Strauss, C. (ed. or. 1958). *Antropologie structurale* (trad. it. *Antropologia Strutturale*, Il Saggiatore, Milano, 1980).

¹⁰¹ Ibidem. Inoltre, si veda Lévi-Strauss, C. (ed. or. 1964). *Le cru et le cuit*, Plon, Paris (trad. it. *Il crudo e il cotto*, il Saggiatore, Milano, 2008).

Data la complessità di questa teoria, l'interesse della tesi si concentrerà solo sulle nozioni più rilevanti rispetto al tema che si sta affrontando.

Sia il cotto che il putrido sono, chiaramente, il frutto della trasformazione del crudo: il primo è un'elaborazione culturale e il secondo un'elaborazione naturale¹⁰². Ci sono due livelli principali su cui analizzare il triangolo: in senso orizzontale e in senso verticale. Il primo implica un ragionamento su una categoria binaria, ovvero la dicotomia natura-cultura: ogni alimento di ogni civiltà parte da uno stato di crudo; se non intervengo su di esso diventa putrido, ma se utilizzo il fuoco diventa cotto. La conversione dalla crudità alla cottura costituisce una chiave di accesso al parallelismo con il passaggio dallo stato selvatico a quello civilizzato. Di fatto, come osserva Lévi-Strauss, il crudo non prevede alcuna mediazione culturale; contrariamente al cotto che implica l'uso del fuoco, insieme ad altre tecniche funzionali a conferire un gusto più gradevole al cibo e una migliore consistenza e conservazione nel tempo. Invece, il secondo livello decodifica il passaggio dal "non trasformato" al "trasformato".¹⁰³

Ogni società possiede queste tre categorie universali, ma ogni cultura alimentare elabora un proprio modo di esprimerli. Non esiste semplicemente "il crudo": a seconda delle aree geografiche si possono distinguere diversi gradi di crudo o di cottura dell'alimento.

2.1.3 Il crudo a metà tra il godimento e il disgusto

Anche se la crudità può suscitare disgusto in molte persone, il suo utilizzo a livello gastronomico è in grado di produrre dei piatti molto interessanti da un punto di vista organolettico e sensoriale; soprattutto, se si lavora con prodotti crudi di carne e pesce.¹⁰⁴ A dimostrazione di questo è opportuno citare una realtà in Italia che sottolinea lo stesso concetto: il ristorante Da Lucio, situato nel corso del lungomare di Rimini. Il locale è frutto del progetto di Jacopo Ticchi, un giovane ristoratore romagnolo intenzionato a rinnovare un modo abbastanza tradizionale di degustare il pesce. Nel suo menù gran parte delle possibili scelte sono di crudo, perché ritiene che con la cottura si perda in parte l'unicità del pescato: un'orata da cotta assomiglia molto a una sogliola, e viceversa.¹⁰⁵ Con l'obiettivo di

¹⁰² Koensler e Meloni, *Antropologia dell'alimentazione*, p. 59.

¹⁰³ Lévi-Strauss, *Antropologie structurale*; Lévy-Strauss, *Le cru et le cuit*.

¹⁰⁴ Niland, J. (2019). *The whole fish cookbook: new ways to cook, eat and think*. Melbourne: Hardie Grant Books (trad. it. *Il grande libro del pesce*, Giunti Editore, Firenze-Milano, 2020).

¹⁰⁵ Durante il seminario intitolato "*Le frollature*" che si svolse in data 1 dicembre 2023 per gli studenti di Scienze e Cultura della Gastronomia, presso la sede ICOOK Taste&Share in via Leopoldo Lucchi a Cesena (FC), lo chef illustrò il motivo che lo spinse a dedicare il primo atto del suo menù alle crudità di mare.

accentuare ancora di più le caratteristiche sensoriali peculiari del prodotto, Ticchi diventa il portavoce di un modo innovativo di cucinare il pesce: la frollatura¹⁰⁶ a secco.

Il pioniere di tale intuizione, cioè quella di estendere le basi della frollatura al prodotto pescato, è Josh Niland, chef e proprietario del famoso ristorante Saint Peter e della pescheria Fish Butchery a Sydney. Inizialmente, il suo progetto riscontrò numerose opposizioni, dovute al fatto che abitualmente si insegna che il pesce di qualità deve essere consumato fresco; quindi, entro un periodo di tempo non superiore ai tre giorni dalla pesca (anche se le prime alterazioni si intravedono già dal primo giorno).¹⁰⁷ Una tradizione di consumo di questo tipo prende le distanze da un prodotto frollato, che può aver sostato in cella anche per settimane; ancora peggio se il pescato viene servito crudo. Niland ritiene che vi sia un abuso del concetto di freschezza nel momento in cui viene legato rigorosamente a quello di qualità, sia da un punto di vista organolettico-sensoriale, che da un punto di vista microbiologico.¹⁰⁸ In realtà, può essere di qualità anche un tonno che viene frollato per quattro settimane: durante tale periodo gli enzimi presenti nel pesce degradano le proteine, aumentando il grado di tenerezza, e si riduce il valore di umidità con una conseguente concentrazione degli aromi; inoltre, non solo il sapore si intensifica, ma ne risulta anche arricchito grazie alla liberazione di nuovi composti aromatici che rendono più complesso il profilo gustativo e olfattivo dell'alimento.¹⁰⁹

Ritornando sulla questione della crudità, lo stesso Niland osserva come, persino nel suo locale, il pesce crudo non appaghi il gusto di tutti, nonostante lo consideri come il modo più completo e onesto

¹⁰⁶ La frollatura di un prodotto animale è tipicamente associata al concetto di intenerimento delle carni; ovvero, quel processo in cui le carcasse dell'animale vengono lasciate maturare in condizioni di temperatura e umidità controllate. Dopo la morte dell'animale, i muscoli vanno in contro a un naturale processo di irrigidimento cadaverico (il "rigor mortis"). In queste condizioni la carne è troppo dura per poter essere degustata, perciò è necessario attendere un periodo di tempo variabile da 7 a 40 giorni, a seconda della specie animale e dell'età di macellazione, che consenta alle fibre muscolari di intenerirsi e sviluppare un sapore migliore. Le mezzene si disidratano leggermente, tanto da favorire una concentrazione degli aromi; mentre gli enzimi proteolitici provvedono a scindere parte delle fibre del tessuto connettivo e delle proteine muscolari, favorendo una maggiore tenerezza e succosità del prodotto. Per approfondimenti, si veda Piasentier, E., Marangon, M., Morgante, M., Valusso, R., Volpelli, L. A., (2004). "Effect of ageing time on consumer-perceived quality of Italian Simmental beef". *Italian journal of animal science* 3: 259-266; Preziuso, G., Russo, C. (1999). "I processi coinvolti nell'intenerimento della carne durante la frollatura". *Ingegneria alimentare. Le conserve animali* 6: 16-19; Santinello, M., Rampado, N., Penasa, M., De Marchi, M. (2022). "Qualità della carne: nuove opportunità per la valutazione". *Supplemento A Stalle da latte*: 18-26.

¹⁰⁷ Niland, *Il grande libro del pesce*, p. 29.

¹⁰⁸ Ibidem.

¹⁰⁹ Ivi, pp. 29-33. L'autore propone una spiegazione delle fasi che bisogna osservare per ottenere una corretta frollatura del pesce. Prima di tutto, chiarisce che non tutte le specie sono adatte alla frollatura: per esempio, l'aringa, il merlano e lo sgombrò hanno una percentuale di grasso e di umidità troppo bassa. Il primo consiglio è quello di non lavare mai il pesce dopo che è stato pescato, altrimenti si rischia che l'attività microbica aumenti. Successivamente il pescato può essere squamato ed eviscerato. L'eviscerazione è fondamentale quando lo si vuole conservare per diversi giorni, in quanto i visceri rendono il prodotto più deperibile. Dopodiché, si può passare finalmente alla conservazione nella quale è necessario rispettare delle condizioni specifiche: una temperatura ideale tra -2 e 2°C e una bassa umidità per sfavorire la degradazione microbica, appendere i pesci più grandi a un gancio e disporre quelli più piccoli su un vassoio perforato in acciaio inox per limitare eventuali trasudi ed evitare che il pesce si asciughi troppo. Il periodo di conservazione varia a seconda della pezzatura, del contenuto di grasso e della percentuale di umidità.

per degustare il sapore autentico del pesce.¹¹⁰ Lo chef confessa che nelle sue ricette cerca sempre di conferire una consistenza e un aspetto diverso al pesce crudo, come se volesse renderlo più vicino anche al palato dei più scettici.¹¹¹ Ad esempio, consiglia di lasciare la pelle sul trancio del pesce e di sottoporla a uno shock termico con l'acqua bollente per pochi secondi; in questo modo, la pelle si ammorbidisce e assume delle caratteristiche simili al prodotto cotto (anche se non lo è).¹¹² Un altro sistema che adotta lo chef è quello di arricchire il piatto con il “dressing” o dei condimenti a base di ingredienti acidi. Sconsiglia fortemente il succo di limone o quello di altri agrumi, in quanto contengono degli acidi che, degradando velocemente le proteine del pesce, gli faranno assumere una colorazione più biancastra; al contrario, suggerisce di utilizzare l'agresto, il vino o altri fermentati liquidi, in quanto su un prodotto crudo sono in grado di esaltarne maggiormente la delicatezza e la complessità aromatica (soprattutto se il prodotto in questione è stato frollato).¹¹³ Talvolta, la cottura neutralizza un po' gli aromi naturali, sia nella carne che nel pesce, e rende più complicato l'accostamento di certi ingredienti, come i fermentati.¹¹⁴

Un altro elemento che rende goduriose e appaganti le crudità di mare o di terra è il contrasto di consistenze tra la loro tenerezza e la croccantezza di qualche altro ingrediente: si pensi al contrasto che si crea tra il sashimi e la frutta secca che viene aggiunta in superficie.¹¹⁵

Per fare degli esempi più pratici, si prenda visione delle immagini di alcuni piatti che propone Josh Niland nel menù del suo ristorante:

¹¹⁰ Ivi, p. 87.

¹¹¹ Ibidem.

¹¹² Ibidem.

¹¹³ Ibidem.

¹¹⁴ Ivi, p.90.

¹¹⁵ Ivi, p. 93.

Tonno pinna gialla stagionato in radicchio agrodolce alle alghe, purea di prugne rosse, uva ribes, alla griglia, vinaigrette al caffè, vaniglia e burro marrone



Niland, J. (2025), <https://www.instagram.com/mrniland?igsh=MXg0eW9ING5scmFvdQ==>.

Tonno pinna gialla stagionato per 17 giorni, asparagi verdi, fave, piselli e calendule, spugnole vittoriane glassate in salsa di tonno, macadamia e salsa olandese all'aglio nero, salsa di peperoni verdi kampfot al tavolo



Niland, J. (2024), <https://www.instagram.com/mrniland?igsh=MXg0eW9ING5scmFvdQ==>.

Alalunga con ajo blanco, invecchiato a secco e baciato al carbone, ribes rosso e mandorle verdi



Niland, J. (2023), <https://www.instagram.com/mrniland?igsh=MXg0eW9ING5scmFvdQ==>.

Riassumendo, si ritiene che la ripugnanza verso il crudo¹¹⁶ sia motivata da ragioni perlopiù culturali: si associa la crudità a un mondo selvatico, che esula dalle regole del sistema educativo e domestico. Il dovere di allontanarsi dal consumo di carne o pesce crudo, appena macellato, non è solo una norma

¹¹⁶ Si precisa che, in questo caso, per “crudo” si intende tutto ciò che non sia stato ancora manipolato o trasformato dagli interventi dell’uomo, vale a dire il solo prodotto che deriva dalle fasi di macellazione dell’animale; per cui, non rientra nella definizione in questione il prodotto che è stato marinato, speziato, affettato o reciso per fini alimentari.

igienico-sanitaria che vincola all'abbattimento¹¹⁷, ma è anche un modello culturale.¹¹⁸ Quest'ultimo lo si può definire come un sistema di idee e pratiche culturali che vengono condivise da un determinato gruppo sociale e che si formalizzano in diversi ambiti della vita quotidiana.¹¹⁹ Seguire i modelli culturali crea ordine sociale¹²⁰; al contrario, il selvatico sfugge dalla ricerca di controllo, grazia e raffinatezza¹²¹.

La tesi potrebbe essere confutata dalla seguente domanda: se è vero che la crudità della carcassa animale crea disgusto, poiché non presenta alcuna mediazione culturale, come mai il consumo di un vegetale crudo (ad esempio, una carota), generalmente, non è associato ad alcuna repulsione?

In primo luogo, si potrebbe considerare il fatto che l'incertezza verso la sicurezza microbiologica della carne cruda è generalmente maggiore rispetto a quella di un prodotto vegetale crudo. In seguito, si potrebbe ragionare anche su un altro aspetto: l'alimento di origine animale, che è stato ottenuto tramite la sottrazione di una vita, da una parte riconduce l'individuo umano simbolicamente al concetto di bestialità e dall'altra lo mette in relazione con una cosa che l'uomo ha sempre temuto, ovvero l'idea della morte¹²². Oggi più che mai, l'animalicidio ha fatto subentrare perplessità e problemi di ordine etico.¹²³ Ancora oggi, permane un consumo generalizzato di carne abbastanza elevato;¹²⁴ nonostante ciò, l'immagine delle carcasse di animali appese e dei prodotti della macellazione, inclusi i visceri, continua a rimanere in una dimensione oscura che deve essere lasciata nascosta.¹²⁵ Di fatto, è impensabile che le macellerie adottino quella pratica, oggi molto diffusa nelle pasticcerie e panetterie più moderne, di esibire al cliente il retrobottega, attraverso una parete in plexiglass: tutto ciò rimarrà ai margini della comunità.¹²⁶

¹¹⁷ Per approfondimenti, si veda il *regolamento (ce) n. 852/2004 del parlamento europeo e del consiglio* del 29 aprile 2004 sull'igiene dei prodotti alimentari, il *regolamento (ce) n. 853/2004 del parlamento europeo e del consiglio* del 29 aprile 2004 che stabilisce norme specifiche in materia di igiene per gli alimenti di origine animale e la *circolare 11 marzo 1992, n. 10* sulle direttive e raccomandazioni in merito alla presenza di larve di *Anisakis* nel pesce.

¹¹⁸ Grazioli, "Appetiti bestiali", in Sereni (ed.), *L'integrale selvatico*, pp. 47-48.

¹¹⁹ Fabietti, *Antropologia*, p. 161. Inoltre, si veda Venturini, R. (2012). "Modelli culturali e veicoli del senso". In Muzzetto, L. (ed.), *Quaderni di Teoria Sociale*, Morlacchi Editore, pp. 151-198. L'autore riprende Schutz, A. (1974). *Saggi sociologici*, UTET, Torino.

¹²⁰ Ivi, p. 152. L'autore riprende Geertz, *Works and lives*. L'antropologo Clifford Geertz reinterpreta le riflessioni di Alfred Schoutz in chiave antropologica e valuta come i modelli culturali siano in grado di ridurre la complessità delle istituzioni e delle regole morali, presentando questi ultimi all'individuo come qualcosa di "naturale" e ovvio a prescindere.

¹²¹ Kinsky, "Fughe dall'ordine", in Sereni (ed.), *L'integrale selvatico*, p. 10.

¹²² Grazioli, "Appetiti bestiali", in Sereni (ed.), *L'integrale selvatico*, p. 47.

¹²³ Adorni, E., Ceccarelli, F. (2014). "Quando il cibo ha un'anima. Implicazioni antropologiche del mangiar animali". In Massaro, A. (ed.), *L'anima del cibo. Percorsi fra emozioni e coscienza*, Aracne, Roma, pp. 111-118.

¹²⁴ Secondo la fonte IFIP Eurostat la quantità di carne suina e bovina è diminuita nell'UE di 3,9 kg rispetto al 2019, realizzando un valore pari a 55,3 kg/ab. Al contrario, il consumo di pollame ha subito un incremento del 4,2% e oggi corrisponde a un terzo dei consumi (27,6 kg/ab) rispetto alla totalità di carne suina, bovina e avicola. Si conclude che il consumo totale di carne a livello europeo ha raggiunto la soglia di 82,9 kg/ab: nonostante la contrazione che ha risentito il settore suinicolo e bovino, il dato rappresenta comunque un consumo generalizzato abbastanza alto.

¹²⁵ Borkfelt, *Reading Slaughter*, pp. 223-261.

¹²⁶ Adorni, Ceccarelli, *Quando il cibo ha un'anima*, p. 115. L'autore cita Foucault, M., (ed. it. 2006). *Utopie ed eterotopie*, Cronopio, Napoli.

Si precisa che tale discorso non vuole in alcun modo esprimere una critica verso le diete carnivore, bensì riflettere sulle dinamiche che scaturiscono nel rapporto con la crudità. È stato fondamentale istituire dei sistemi rituali per esorcizzare l'idea della morte¹²⁷: nel momento del consumo i commensali si dimenticano che il filetto che stanno assaporando deriva da un animale che prima era vivo e poi è stato soppresso, altrimenti si rovinerebbero l'appetito. Dagli studi etnografici di due antropologi contemporanei, Timothy Pachirat¹²⁸ ed Helena Pedersen¹²⁹, è emerso che all'interno dei mattatoi industriali si attua una "politica dello sguardo" per la quale l'uccisione dell'animale non è resa visibile alle persone esterne; in questo modo, si isola la vitalità dal prodotto finale: la carne.¹³⁰ Rasmus Munk è il proprietario del ristorante Alchemist, due stelle Michelin, ed è considerato uno degli chef più innovativi al mondo. La sua cucina gioca sulla provocazione: obbliga i suoi ospiti a consumare il petto di piccione con a fianco la sua carcassa per ricordare che ciò che il cliente sta degustando proviene da una vita, che è stata interrotta, e bisogna portare rispetto per ogni singolo boccone.¹³¹

Ciò che permette di esorcizzare tale pensiero sul crudo è l'insieme dei processi di mediazione culturale: le carni vengono frollate, sezionate, marinate con succhi acidi, spezie, erbe aromatiche ed eventualmente cotte, ecc.¹³². In altre parole, la morte viene addomesticata, l'animale ucciso reso più facile da pensare e da mangiare, così da superare ogni potenziale tabù. Se si pensa alle tartare di carne o al sashimi di pesce crudo, queste possono non ispirare certi clienti alla scelta, ma sicuramente la loro visione non è disgustosa. Riprendendo gli esempi che sono stati proposti, relativi alla cucina di Josh Niland, si potrebbe notare come i prodotti non vengano mai serviti così nella loro nudità e crudezza, ma sempre accompagnati da salse, succhi acidi e altri ingredienti, come le mandorle, il sale Maldon, i capperi etc.; come se la loro funzione fosse quella di "vestire" il piatto.¹³³ Se si osservassero i menù dei ristoranti, si potrebbe notare che è normale consumare una semplice bistecca di suino cotta alla brace, ma non è consuetudine servire una tartare di manzo senza altri ingredienti attorno. Si potrebbe dissentire da questa affermazione, notando per esempio che la necessità di completare le crudità con altri ingredienti sia legata, in parte, al tentativo di migliorarne la texture e il profilo

¹²⁷ Adorni, Ceccarelli, *Quando il cibo ha un'anima*.

¹²⁸ Timothy Pachirat è un professore associato di Scienze Politiche alla University of Massachusetts Amherst ed è evidente il suo impegno nello studio dei processi di normalizzazione della violenza nella società civilizzata.

¹²⁹ Helena Pedersen è una professoressa associata di educazione al Dipartimento di Studi sull'Infanzia e sulla Gioventù all'Università di Stoccolma. È noto il suo interesse verso la relazione uomo-animale nell'area della ricerca educativa.

¹³⁰ Pachirat, T. (2011). *Every Twelve Seconds. Industrialized Slaughter and the Politics of Sight*, Yale University Press, Londra; Pedersen, H. (2013). "Follow the Judas Sheep. Materializing Post-Qualitative Methodology in Zooethnographic Space". *International Journal of Qualitative Studies in Education* 26 (6): 717-731.

¹³¹ Si veda il servizio di Food Blogging Cosa mangiamo oggi?, "a cena al ristorante alchemist, 2 stelle michelin, a copenhagen ★★" (2022), consultato il 01/02/2025 su <https://www.youtube.com/watch?v=PcOx0vOoU88&t=1959s>.

¹³² Grazioli, "Appetiti bestiali", in Sereni (ed.), *L'integrale selvatico*, p. 48.

¹³³ Niland, *Il grande libro del pesce*, pp. 83-99.

aromatico¹³⁴ e, dall'altra parte, alla garanzia di una maggiore sicurezza microbiologica (per esempio, attraverso le marinature)¹³⁵. Sicuramente, va considerato anche questo aspetto ma bisognerebbe valutare quanto è comune servire o mangiare le verdure crude, tagliate alla bâtonnet (“bastoncini”), senza intingerle in olio, limone, sale e pepe.¹³⁶ Il sapore ne risulterebbe migliorato, ma non è una pratica di cucina ritenuta quasi irraggiungibile per delle verdure che non sono ritenute “esseri viventi” in una forma che susciterebbe imbarazzo, fastidio o disgusto. Gli animali, invece, assomigliano decisamente di più agli umani, sia dentro che fuori.

In conclusione, si ritiene che siano stati fondamentali i rituali di “vestizione” della crudità di un prodotto animale per coprire l'idea della morte: l'idea di mangiare la morte non rientra tra le regole morali di moltissime culture (seppure non di tutte), quelle che sanciscono, cioè. cosa è giusto e cosa è sbagliato.

2.2 Il nudo

Nei paragrafi precedenti si è trattato di come la dimensione del crudo sia riconosciuta, da una parte, come lo stadio più primordiale e naturale di ogni alimento e, dall'altra, come qualcosa da cui si possono ricavare prodotti interessanti a livello gastronomico; ma non prima di aver eclissato l'essenza vitale dell'animale. Similmente, nonostante la nudità sia una componente naturale e primordiale del proprio corpo (poiché si nasce nudi), l'immagine del corpo spogliato è costantemente attaccata da norme morali e culturali che la giudicano come qualcosa di osceno.¹³⁷ Pertanto, bisogna esaminare attentamente anche questo fenomeno con l'obiettivo di comprendere se l'orrore verso il crudo e l'oscenità del nudo presentino dei parallelismi sul piano culturale. Come in precedenza, relativamente al crudo, non si voleva esortare in alcun modo ad aderire a un'alimentazione crudista, allo stesso modo, con le osservazioni che seguiranno in merito all'idea del nudo, non si intende giudicare né promuovere il naturismo o nudismo.

¹³⁴ Ivi, pp. 83-84.

¹³⁵ Vangelova-Vlahova, D., Dragoev, S. (2014). “Marination: effect on meat safety and human health. A review”. *Bulgarian Journal of Agricultural Science* 20 (3): 503-509; Björkroth, J. (2005). “Microbiological ecology of marinated meat products”. *Meat Science* 70 (3): 477-480.

¹³⁶ Lévi-Strauss, C. (ed. or. 1968). *Mythologiques III. L'origine des manières de table*, (trad. it. Le origini delle buone maniere a tavola, Il Saggiatore, Milano, 2010, p. 428).

¹³⁷ Cover, R. (2003). “The Naked Subject: Nudity, Context and Sexualization in Contemporary Culture”. *Body and Society* 9(3):53-72.

2.2.1 L'oscenità del nudo

Si è affrontato come ogni alimento sia primordialmente crudo; ma l'idea di ingerire il corpo crudo di un animale suscita disgusto e scandalo, pertanto deve essere mitigato. Allo stesso modo, il corpo umano è la natura dell'individuo e quest'ultimo è costantemente in relazione con esso. Tuttavia, fin dall'epoca medievale il corpo è stato oggetto di sguardi e parole che giudicano con denigrazione la reputazione di un soggetto.¹³⁸ È soprattutto nella cultura occidentale che il nudo è ritenuto "osceno". Come afferma Lars Allolio-Näcke¹³⁹, l'abbigliamento è un'antitesi filosofica: il nudo corrisponde alla natura dell'individuo e il vestito è il riflesso della cultura. Un animale non è considerato come nudo, sebbene si possa vestirlo con cappottini o coperte.¹⁴⁰ Al contrario, nell'individuo la nudità non è vista come uno stato di vita, ma come una fase di passaggio dal momento della nascita al momento in cui i genitori gli fanno indossare un segno di civiltà.¹⁴¹ Si possono osservare almeno cinque ragioni che motivano la scelta di una società di utilizzare i vestiti: 1) ragioni fisiche, connesse alle condizioni meteorologiche del luogo; 2) ragioni sociali, per le quali l'individuo aderisce a certo gruppo sociale; 3) ragioni morali, legate al senso del pudore e al dovere di nascondere i propri genitali; 4) ragioni estetiche, per le quali l'individuo decide di ornare il proprio corpo; 5) ragioni religiose o collegate alle credenze popolari, come pratiche di magia, stregoneria o malocchio.¹⁴²

In questa sede si affronterà in particolare la terza tra queste ragioni. L'oscenità designa tutto ciò che viene considerato scandaloso, in quanto esibisce la sfera del sesso. Infatti, lo scandalo del nudo è dato proprio dal fatto che la nudità è simbolicamente e culturalmente associata agli impulsi sessuali.¹⁴³ Essendo la sessualità giudicata come oscena, immorale e inadatta al contesto pubblico, la nudità lo è

¹³⁸ Le Goff, J., Truong, N. (2003). *Une histoire du corps au Moyen Age*, Editions Liana Levi, Paris (trad. it. *Il corpo nel medioevo*, Economica Laterza, Roma-Bari), p. XI. L'autore ripercorre la considerazione del corpo nell'età medievale. In particolare, osserva come il pensiero delle comunità oscillasse tra la ricerca delle "trasgressioni carnevalesche" e l'asservimento ai vincoli morali imposti della Chiesa Cristiana, la quale non faceva altro che mortificare il corpo umano e ritenerlo come l'origine del peccato sessuale. La società medievale era tripartita in *oratores* (coloro che pregavano), i *bellatores* (coloro che combattevano) e i *laboratores* (coloro che lavoravano) e nessun altro ordine era concesso, oltre a questi. Il culto verso la spiritualità si tradusse in uno svilimento del corpo in ogni angolo della società: non è un caso che, proprio nel Medioevo, vennero abolite le acque termali, le rappresentazioni teatrali e le pratiche sportive. Dall'altra parte le persone attendevano l'arrivo del Carnevale, che comparse verso il 1200 e che era visto che un periodo di sospensione dalle regole e dai divieti morali: si celebravano le danze, le maschere, i banchetti abbondanti e le feste.

¹³⁹ Lars Allolio-Näcke è un ricercatore della Facoltà di Teologia della Friedrich Alexander University of Erlangen-Nürnberg. Ha realizzato diversi studi e pubblicazioni di antropologia culturale, antropologia storica, mitologia e folclore.

¹⁴⁰ Allolio-Näcke, L. (2019). *Clothing and Nudity from the Perspective of Anthropological Studies*. In Berner, C., Weingärtner, M., Schäfer, M., Schott, M., Schulz, S. (eds.), *Clothing and Nudity in the Hebrew Bible*, T&T Clark, Edinburgh, p. 35.

¹⁴¹ *Ibidem*.

¹⁴² *Ivi*, p. 37.

¹⁴³ Cover, *The Naked Subject*.

altrettanto (dato che non può essere scissa dal sesso).¹⁴⁴ Senz'altro nella storia della cultura occidentale ha esercitato un'influenza notevole la morale cristiana, insieme alle pratiche di autoisciplina e interiorizzazione di norme che arrivano dal vertice della società.¹⁴⁵ Si pensi solo all'episodio della genesi giudaico-cristiana, che racconta della storia di Adamo ed Eva, colti in flagranza, mentre mangiano la mela proibita. Adamo ed Eva vagano nudi nel Giardino dell'Eden, ma senza imbarazzo o colpa¹⁴⁶. Una volta che vengono sorpresi a disobbedire a Dio, osservano i loro corpi e si accorgono di essere nudi¹⁴⁷. Ecco che il senso di colpa (e vergogna), percepito da Adamo ed Eva, sembra non essere legato solo al fatto di aver trasgredito una proibizione alimentare, ma esiste un collegamento tra il peccato di gola e di lussuria¹⁴⁸. Così, nel peccato e nella loro nudità i due progenitori vengono condannati a una vita di umiliazioni e punizioni al di fuori del Paradiso Terrestre. Dalla morale cristiana alcuni concetti sul senso del pudore sono stati estesi a diversi ambiti della cultura occidentale, la quale sottoscrive dei contesti dove il nudo è osceno e dei contesti dove è legittimo. Nell'Occidente contemporaneo emergono dei luoghi socioculturali dove la nudità è consentita, solo perché si svincola dalla sfera del sessuale. Elisabeth Grosz¹⁴⁹ presenta tre contesti nei quali emerge uno sguardo non giudicante verso la nudità: 1) il contesto delle relazioni di potere come nel legame genitoriale o in quello professionale tra il paziente con il suo medico; 2) nel contesto di una relazione amorosa o sessuale, ma solo in una dimensione privata; 3) nelle rappresentazioni artistiche, fotografiche, cinematografiche e pornografiche.¹⁵⁰ Questi sono i tre spazi socioculturali all'interno dei quali la nudità può essere esibita legittimamente e alcuni di questi possono riguardare situazioni pubbliche.¹⁵¹ Tuttavia, per quanto sia formalmente legittimo, non sono mai mancati pregiudizi e sguardi di disdegno che reputano scandaloso un corpo spogliato all'interno del terzo gruppo individuato dalla filosofa. A sostegno di tale affermazione si può porre l'attenzione sul caso

¹⁴⁴ Ibidem. Inoltre, si veda Friedman, L. M., Grossman, J. L. (2016). "A Private Underworld: The Naked Body in Law and Society", *Buffalo Law Review* 61(1): 169-214. Gli autori osservano come, nella società occidentale, il tabù contro la nudità è legato all'esposizione "oscena" dei genitali e delle parti del corpo considerate sessualmente attraenti.

¹⁴⁵ Elias, *Über den Prozess der Zivilisation*.

¹⁴⁶ Ibidem. L'autore cita Gen 2:25.

¹⁴⁷ Ibidem. L'autore cita Gen 3:7. Si veda anche Allolio-Näcke, *Clothing and Nudity*, p. 40.

¹⁴⁸ Le Goff, *Il corpo nel medioevo*. Il peccato di gola e di lussuria sono due dei sette vizi capitali riconosciuti nella morale cristiana ed entrambi sono ritenuti come i peccati più gravi che un individuo possa compiere. Il peccato di gola riguarda colui che eccede nei piaceri del cibo e delle bevande, mentre il peccato di lussuria consiste nel desiderio smisurato e sregolato del piacere sessuale. Per approfondimenti, si veda Cover, *The Naked Subject* e Montanari, M. (2015). *Mangiare da cristiani: Diete, digiuni, banchetti. Storie di una cultura*, Rizzoli, Milano.

¹⁴⁹ Elisabeth Grosz è una filosofa australiana e professoressa alla Duke University di Durham del North Carolina.

¹⁵⁰ Cover, *The Naked Subject*. L'autore cita Grosz, E. (1998). *'Naked', unpublished paper given at the Centre for Comparative Literature and Cultural Studies*, Monash University, Melbourne, Australia; Grosz, E. (1994). *Volatile Bodies: Toward a Corporeal Feminism*. Allen and Unwin, St Leonards, NSW. L'autore sostiene che si potrebbe aggiungere un quarto spazio, oltre a quelli già individuati dalla studiosa: gli spogliatoi delle palestre.

¹⁵¹ Ibidem. Questi quattro contesti rappresentano così degli spazi (fisici) nei quali la nudità può essere esibita per scopi specifici che esulano dalla sfera della sessualità; per questo motivo sono culturalmente accettati.

che coinvolse l'attrice Sydney Sweeney¹⁵² mentre vestiva i panni di Cassie Howard nella serie *Euphoria* (2019)¹⁵³.



BhadDhad, <https://open.spotify.com/>.

A Sweeney era stato affidato un ruolo piuttosto difficile: quello di interpretare una giovane ragazza che, nonostante la sua bontà e premurosità, viene riconosciuta solo per essere bella e attraente fisicamente. Anche se molti la desiderano solo per una relazione occasionale, la ragazza si affeziona ad ogni uomo che incontra e ricerca quella figura di padre protettivo che non ha mai avuto. Inaspettatamente quello che doveva essere una finzione è diventato realtà: il pubblico non ha fatto altro che soffermarsi sulle formosità del suo corpo, senza valutare la sua bravura come attrice e consacrando una sessualizzazione del suo personaggio, estesa poi alla sua vita personale¹⁵⁴. La nudità che emerge nel personaggio di Cassie non è stata interpretata dal pubblico come una “nudità

¹⁵² Sydney Sweeney è un'attrice di origine statunitense, nata il 12 settembre 1997. È nota per aver interpretato il personaggio di Cassie Howard nella serie tv *Euphoria* e il ruolo di Olivia Mossbacher nella miniserie *The White Lotus*, per i quali ha ottenuto rispettivamente due candidature al Premio Emmy (2022) come miglior attrice non protagonista.

¹⁵³ *Euphoria* (2019) è una serie tv statunitense, ideata e diretta da Sam Levinson.

¹⁵⁴ Alarcon-Najarro, M. (2022). “‘Euphoria’s’ hypersexualization of Cassie Howard is problematic”, *Commonwealth Times*, Virginia Commonwealth University, Richmond, consultato il 06/01/2025 su <https://www.proquest.com/wire-feeds/euphoria-s-hypersexualization-cassie-howardis/docview/2624697530/se-2?accountid=9652>.

semplice”¹⁵⁵, cioè non volgare e puramente orientata a realizzare scopi artistici e cinematografici. Ciò che ha reso la Sweeney più esposta a questo tipo di atteggiamento, rispetto alle altre attrici, potrebbe essere definita “un’esposizione indecente”¹⁵⁶ del corpo nudo, siccome il suo personaggio viene ripreso durante lo svolgimento di scene intime e particolarmente esplicite, attraverso delle inquadrature ultra-ravvicinate che rendono la sua nudità perversa e minacciosa¹⁵⁷.

2.2.2 Il nudo come selvatico

Nella cultura occidentale il passaggio dal nudo al vestito, dall’osceno al senso del pudore, dall’immorale alle regole della morale pubblica ha costituito un’evoluzione dell’uomo dallo stato selvatico a quello civilizzato, esattamente come lo ha determinato il passaggio dal crudo al cotto¹⁵⁸. L’atteggiamento europeo verso la cultura di alcuni popoli dell’Africa non è stato sempre tollerante; soprattutto, quando la loro società è stata definita come “primitiva” e non civilizzata.¹⁵⁹ Si fatica a comprendere che l’esigenza di alcune tribù africane, come per esempio i Nuba del Sudan, di esibire pubblicamente il loro corpo nudo, con le pitture decorative che li identificano, fa parte di una loro pratica culturale. Per loro è normale mostrare le parti intime, perché, secondo una loro concezione culturale, non vi è nulla di scandaloso nella propria natura.¹⁶⁰ Tuttavia, dal periodo dell’imperialismo e della colonizzazione del continente africano (1830-1890) continua a sussistere una forma di etnocentrismo¹⁶¹ per la quale viene a mancare la propensione alla conoscenza dell’altro. Si tende ad assolutizzare ciò che si ritiene “osceno, permesso e vietato”¹⁶² in riferimento alla sfera nudo-erotica, considerandolo come giusto a priori, quando, in verità, sono dettati dalla cultura di appartenenza.¹⁶³

¹⁵⁵ Friedman, Grossman, *A Private Underworld*.

¹⁵⁶ Ibidem. Gli autori chiariscono che ciò che può essere definito “un’esposizione indecente” o una “nudità semplice” non dipende solo da cosa viene mostrato, ma dipende soprattutto dal contesto socioculturale nel quale il corpo viene osservato e lo scopo con il quale viene esposto.

¹⁵⁷ Ibidem.

¹⁵⁸ Si rimanda al par. 2.1.2.

¹⁵⁹ Köpping, K., P. (1997). “Oscenità”. In Wulf, C. (ed.), *Vom Menschen. Handbuch Historische Anthropologie*, Verlag Weinheim und Basel, Beltz, (trad. it. *Le idee dell’antropologia*, Pearson Paravia Bruno Mondadori, 2002), p. 583.

¹⁶⁰ Si veda Bastian, M. L. (2005). “The naked and the nude: Historically multiple meanings of Oto (Undress) in Southeastern Nigeria”. In Masquelier, A. (ed.), *Dirt, Undress, and Difference: Critical Perspectives on the Body's Surface*, Indiana University Press, Bloomington. L’autore pone l’attenzione sul fatto che il significato attribuito a un corpo scoperto dipende dall’identità di chi lo osserva. Più esplicitamente, il concetto di nudità e di vestito è definito culturalmente.

¹⁶¹ Köpping, “Oscenità”, p. 583. L’autore cita Kabbani, R. (1986). *Europe’s myths of Orient*, Macmillan, London.

¹⁶² Ibidem.

¹⁶³ Niessen, S. (2010). “Interpreting Civilization Through Dress”. *Berg Encyclopedia of World Dress and Fashion* 8: 1-8.

Per citare alcuni esempi di pratiche o usanze, considerate normali in alcune popolazioni e ritenute impudiche nella cultura europea-occidentale, si può far riferimento ad alcuni studi etnografici.

Per cominciare si pensi a una delle figure mitologiche più diffuse al mondo, la cui conoscenza si diffuse grazie a Paul Radin (1883-1959)¹⁶⁴: il “briccone divino”. Quest’ultimo non è presente solo nelle credenze sul divino di alcuni gruppi africani¹⁶⁵, ma anche presso i Winnebago¹⁶⁶, nel Sud America¹⁶⁷ e negli aborigeni australiani¹⁶⁸. Raccogliendo le diverse caratterizzazioni culturali, il briccone è bisessuale e può presentare sia organi sessuali maschili che femminili. È il simbolo della trasgressione che abbatte i tabù con il suo irrefrenabile appetito sessuale e alimentare. Spesso il suo desiderio carnale lo conduce in situazioni scomode, ma con la sua astuzia è in grado di salvarsi sempre. Il suo pene è talmente lungo da doverlo trasportare sulle spalle. A livello mitologico la sua figura è a metà tra il divino e il bizzarro¹⁶⁹, rappresenta l’emblema del dilemma dell’esistenza umana¹⁷⁰ che sopporta la tensione tra la trasgressione (sfera del selvatico) e l’educazione (sfera della civiltà).

Oltre alla figura del Briccone, che appartiene alla tradizione mitologica, si considerino inoltre alcune delle forme di oscenità pubblica che sono state osservate e analizzate da almeno tre etnologi: Edward Evans-Pritchard (1902-1973)¹⁷¹, Max Gluckman (1911-1975)¹⁷² e Victor Turner (1920-1983)¹⁷³.

Evans-Pritchard affrontò un lungo periodo di ricerca sul campo presso gli Zande nell’Africa orientale e presso altri villaggi dell’Africa centrale. Nel corso dei suoi studi osservò che in alcuni canti popolari vi erano delle allusioni agli organi genitali e all’erotico, come per esempio “Penis, o Penis, Vagina is calling you”¹⁷⁴. Questi canti non venivano intonati in circostanze sessuali, ma durante le cerimonie

¹⁶⁴ Pual Radin è stato un antropologo statunitense, noto per la sua ricerca di lavoro sul campo nella tribù dei Winnebago.

¹⁶⁵ Köpping, “Oscenità”, p. 578. L’autore cita Pelton, R. D. (1980). *The Trickster in west Africa*, University of California Press, Berkeley.

¹⁶⁶ L’autore cita Radin P., Jung, C., G., Kerenyi, K. (1956). *The Trickster*, London, (trad. it. *Il briccone divino*, Bompiani, Milano, 1965). I Winnebago sono un popolo di nativi americani originali dell’America nord-orientale, precisamente del Wisconsin, di lingua siouan. Ad oggi la loro popolazione ammonta a poco più di otto mila unità. Per approfondimenti, si veda Radin. P. (1973), *The Winnebago Tribe*, University of Nebraska Press, Nebraska.

¹⁶⁷ Köpping, “Oscenità”, p. 578. L’autore cita Reichel-Dolmatoff, G. (1971). *Amazonian cosmos. The sexual and the religious symbolism of the Tukano Indians*, University of Chicago Press, Chicago; Suvillivan, L., E. (1987). “Mesoamerican and south american tricksters”. In Eliade, M. (ed.), *Enciclopedia delle religioni*, vol. 15, MacMillan, New York, p. 55.

¹⁶⁸ Ibidem. L’autore cita Suvillivan, “Mesoamerican and south american tricksters”, p. 47.

¹⁶⁹ Ibidem. L’autore cita Köbbing, *Absurdity and hidden truth*, p. 208.

¹⁷⁰ Köpping, “Oscenità”, p. 579.

¹⁷¹ Edward Evans-Pritchard è stato un antropologo britannico, noto per i suoi studi etnografici presso gli Zande e per il suo impegno nel campo dell’antropologia sociale.

¹⁷² Max Gluckman è stato un antropologo britannico e un noto professore di Antropologia Sociale alla Victoria University di Manchester.

¹⁷³ Victor Turner è stato un antropologo di origine scozzese e compagno di studi di Max Gluckman presso la Scuola di Manchester. Si considera particolarmente rilevante la ricerca sul campo che adottò presso la tribù dei Ndembu dell’Africa centrale.

¹⁷⁴ Köpping, “Oscenità”, pp.580-581. L’autore cita Evans-Pritchard, E. (1965). *The position of women in primitive societies and other essays in social anthropology*, Faber and Faber, London, pp. 83-84.

di iniziazione, le onoranze funebri, le feste di inaugurazione di nuovi insediamenti, le feste della pioggia, le feste per scacciare i parassiti, le occasioni nuziali, le convalescenze degli infanti e la semina.¹⁷⁵ In realtà, l'utilizzo di un linguaggio impudico è vietato normalmente in queste popolazioni, ma sono consentiti pubblicamente solo nelle occasioni appena citate. L'antropologo fornì una spiegazione funzionalistica: la sospensione dei divieti morali in certe circostanze alleggerisce la tensione emotiva a fronte di situazioni pericolose e rafforza la valenza sociale di una certa attività.¹⁷⁶ Seguendo la scia degli studi di Evans-Pritchard, Max Gluckman riscontrò altre allusioni sessuali, esercitate in collettività e vincolate da norme, presso alcune tribù bantu dell'Africa orientale e meridionale. In occasioni di festività, per le donne delle tribù è considerato normale camminare per strada nude, canticchiando dei versi volgari e umiliando gli uomini che incontrano sul loro cammino.¹⁷⁷

Victor Turner, allievo di Gluckman, partì dalle ricerche effettuate dai suoi predecessori e le inserì all'interno di un'interpretazione simbolica che elaborò dopo essere entrato in contatto con la popolazione dei Ndembu dell'Africa orientale. Nello specifico, osservò le pratiche oscene di umiliazione dei futuri re e capi, che precedono la loro incoronazione, consistenti in un rito di passaggio che ogni uomo comune deve affrontare prima della sua elevazione sociale.¹⁷⁸ Secondo la concezione culturale dei Ndembu, la "sessualità aggressiva" è ciò che accomuna gli umani con le bestie e, per tale ragione, deve essere disciplinata¹⁷⁹. Le energie che vengono liberate dai rituali osceni dovrebbero condurre all'ordine della struttura sociale e all'innalzamento dei valori e delle virtù da cui questo ordine dipende. In conclusione, si può riassumere che, attraverso delle forme di anti-struttura, si conduce l'individuo a una liberazione di quelle forze distruttive per ottenere l'ordine strutturale.¹⁸⁰

¹⁷⁵ Ibidem. L'autore cita Evans-Pritchard, *The position of women in primitive societies and other essays in social anthropology*, p. 87.

¹⁷⁶ Ibidem. L'autore cita Evans-Pritchard, *The position of women in primitive societies and other essays in social anthropology*, p. 99.

¹⁷⁷ Ibidem. L'autore cita Gluckman, M. (1956). *Custom and conflict in Africa*, Basil Blackwell, Oxford, p. 156.

¹⁷⁸ Ibidem. L'autore cita Turner, V. (1969). *The ritual process. Structure and anti-structure*, Cornell University Press, New York, (trad. it. *Il processo rituale. Struttura e anti-struttura*, Morcelliana, Brescia, pp. 108-109, 1972).

¹⁷⁹ Per approfondimenti, si veda Benton, S. (ed. or. 1998), (ed. 2003). "*Founding father and earth mothers. Women's place at the 'birth' of nations*". In Charles, N., Hintjens, H., *Gender, Ethnicity and Political Ideologies*, Routledge, London, pp. 30-31. L'autrice affronta una ricostruzione storica, attraverso la mitologia e sistemi legislativi antichi, per spiegare come l'ordine in una società deriva innanzitutto dall'ordine nella sessualità.

¹⁸⁰ Köpping, "Oscenità", pp.580-581.

2.2.3 Il nudo a metà tra l'attraente e l'osceno

La visione del corpo scoperto, in determinati contesti, può lasciare disgustati, inorriditi e indignati gli osservatori. Sulla base di questo concetto si può fare riferimento alle teorie di Mary Douglas (1921-2007) inerenti ai sistemi di classificazione della realtà, come processi di costruzione dell'ordine sociale. L'antropologa si concentrò in particolare sulle categorie di sporco e pulito, invitando a riflettere sulla relatività di queste definizioni. Rifiutò ogni spiegazione che valutasse le norme igieniche come oggettive e assolute. Sosteneva che la repulsione per lo sporco e la sua gestione rituale fossero presenti in tutte le società del mondo, ma ognuna di queste elabora dei concetti morali propri. Mettendo a confronto i rituali di purificazione e pulizia della classe media britannica con quelli delle società dei Lele, dei Nuer, degli Azande e degli ebrei biblici, l'antropologa osservò che quel tentativo maniacale di allontanare lo sporco non è motivato da una paura per le malattie, bensì dalla ricerca di un ambiente conforme a un'idea di ordine sociale. Per fare qualche esempio dei rituali di pulizia adottati dalla classe media britannica, le scarpe non possono stare sul tavolo della cucina, poiché sono fuori posto, e allo stesso modo è impensabile trovare le stoviglie in camera da letto o lo sturalavandino in salotto. Lo sporco non deve essere inteso banalmente come polvere, ma come qualsiasi "materia fuori posto". Analogamente, quando il crudo e il nudo vengono mostrati in contesti ritenuti inappropriati, emerge il disgusto e l'indignazione. Come osserva Douglas, i sistemi di classificazione sono atti di ordinamento, che associano ogni persona, animale o cosa a una categoria adeguata. Similmente, anche il nudo e il crudo devono rimanere nella loro categoria appropriata, altrimenti sono anomalie, marginali e ambigui.

Tuttavia, non si può negare che il corpo attragga nelle sue forme armoniose e nelle sue fragilità. Non si può non osservare l'attenzione, quasi ossessiva, tributata oggi al corpo: è un'attenzione che si esprime nella ricerca della muscolatura perfetta, nell'ansia verso le forme, le dimensioni dei genitali, del seno, dei glutei e dei pettorali, e verso il raggiungimento dell'abbronzatura ideale.¹⁸¹ Non è negabile che l'importanza ossessiva che viene attribuita al corpo diventi uno strumento per essere socialmente accettati all'interno di un gruppo.¹⁸² Il corpo è costantemente in tensione tra la ricerca del bello estetico, anche se vestito, e la necessità di nascondere. Una tensione simile è stata analizzata per il crudo: da una parte, il prodotto crudo offre dei piatti molto gustosi da un punto di vista organolettico e sensoriale e, dall'altra parte, il pensiero di mangiare un animale crudo, che prima era

¹⁸¹ Cover, *The Naked Subject*.

¹⁸² Kelly, A.M., Wall, M., Eisenberg, M.E., Story, M., Neumark-Sztainer, D. (2005). "Adolescent girls with high body satisfaction: who are they and what can they teach us?". *Journal of Adolescent Health* 37: 391-396; Stasiak, P. (2014). "Il paradosso della cultura giovanile. Il consumo del corpo". *Acta Philologica*, 45: 126-133.

vivo ed ora è morto, non può sussistere al momento del consumo; perciò, come la crudità, anche la nudità deve essere camuffata.

Nella storia dell'arte la rappresentazione del nudo umano è da sempre uno dei contenuti più apprezzati dagli artisti. Solo nel Medioevo l'arte abbandonò la celebrazione del nudo artistico per seguire la moralità della Chiesa cattolica, la quale richiedeva un'immagine sobria e meritoria di lode morale e spirituale. Da un punto di vista antropologico lo studio dell'arte consente di ricavare delle informazioni molto interessanti, poiché è nelle espressioni artistiche che si condensano emozioni e simbologie sulla bellezza e fragilità della natura umana.¹⁸³ D'altronde, è attraverso il corpo che l'individuo sperimenta la gioia, la felicità, l'ansia, la rabbia, la sofferenza etc. Il corpo nutre emozioni e sentimenti, anche se la loro manifestazione viene temperata dai modelli culturali che l'essere sociale incorpora inconsapevolmente. Per rafforzare questo concetto si può fare riferimento alla definizione di "corpo disciplinato" di Michel Foucault. Il corpo umano è "culturalmente disciplinato" dai modelli culturali che si considerano come naturali e le pratiche di vestizione del corpo ricevono un'influenza in questo senso (come si è visto nel par. 2.2.2).

Lo stesso Georg Wilhelm Friedrich Hegel (1170-1831)¹⁸⁴ si interrogava sulle rappresentazioni del nudo e del vestito: da un lato il nudo mette in risalto le parti più ammalianti e proprie del corpo, mentre il vestito esalta la parte più spirituale del soggetto¹⁸⁵. Nella filosofia hegeliana lo spirito consiste nel prodotto della cultura e dell'educazione, che nasce dalle istituzioni e dalle relazioni sociali. L'abbigliamento sposta l'accento sul comportamento che si deve conformare alle aspettative sociali della cultura di appartenenza; di conseguenza, il vestito è un velo per la natura più "animalesca" dell'umano¹⁸⁶. Ritornando alla riflessione esposta nel par. 2.1.3, anche la natura animale e vitale dell'alimento deve essere "vestita", attraverso marinature, spezie o altri ingredienti, in modo da rendere l'atto del consumo meno "brutale". Dunque, l'analogia si può osservare anche su questo livello.

La raffigurazione di un corpo nudo mostra l'individuo nella sua essenza come uomo, donna o umano¹⁸⁷. Tale essenza costituisce il primo strumento che ogni persona ha a disposizione per conoscere e comunicare la propria identità, non solo sessuale ma anche psicologica, ed è un'identità che (spesso) viene offuscata dall'identità che la società vuole cucirgli addosso. Un importante

¹⁸³ A titolo esemplificativo, si citano alcune opere che ritraggono il nudo artistico: Jacques-Louis David, *Patroclo*, 1780, Musée Thomas-Henry, Cherbourg-Octeville; Aleah Chapin, *The last droplets of the day*, 2014, Flowers Gallery, Londra; Édouard Manet, *Le Déjeuner sur l'herbe*, 1863, Museo d'Orsay, Parigi.

¹⁸⁴ Georg Wilhelm Friedrich Hegel è stato un filosofo di origine tedesca, e uno dei maggiori esponenti dell'idealismo.

¹⁸⁵ Hegel, G. W. F. (2014). *Estetica*, III, 2, Einaudi Editore, Torino.

¹⁸⁶ Jullien, F. (2004). *Il nudo impossibile*, Luca Sossella editore. Bologna, p. 87.

¹⁸⁷ Ivi, p. 88.

antropologo e sociologo francese, David Le Breton¹⁸⁸, sostiene che il corpo sia una sorta di palcoscenico sul quale l'individuo si può mettere in mostra, perché il corpo è il primo strumento attraverso il quale si può manifestare la propria identità.¹⁸⁹ Eppure, il corpo viene costantemente modellato a seconda delle influenze. A suo avviso, non è possibile parlare di libera espressione del sé, in quanto il corpo è facilmente manipolabile¹⁹⁰. L'essenza dell'individuo viene plasmata dalla cultura al fine di indirizzare i componenti di un certo gruppo all'adesione di un sistema di idee e pratiche condivise. Tutto ciò è assolutamente normale: affinché l'individuo si riconosca come parte di un gruppo sociale, è fondamentale costituire una vita comunitaria. Perciò, i corpi affrontano inconsapevolmente la rigida bacchetta della società che stabilisce cosa si può, e non si può fare, in pubblico e in privato¹⁹¹. Sono i modelli culturali del gruppo di appartenenza che vietano all'uomo di mangiare l'essenza vitale di un animale e di mostrare la sua identità più primordiale già dalla nascita (la sua nudità). Tali argomentazioni, nonostante non intenda promuovere il naturismo in quanto atto di libera espressione della propria individualità, hanno tuttavia lo scopo di spiegare come mai l'idea del "nudo e crudo" suscita, spesso, così tanta oscenità e ripugnanza. Gli atteggiamenti, pratici e mentali, che gli individui adottano nei confronti del nudo e del crudo si possono concepire su uno stesso livello. Le argomentazioni illustrate portano a riconfermare quanto il comportamento umano oscilla tra due polarità: da una parte, l'obbligo morale di mostrare un senso del pudore¹⁹² e, dall'altra, l'attrattiva della carne che affiora nella ricerca dell'essenza della persona¹⁹³.

2.3 Il Nyotaimori

Sulla base di tali riflessioni, occorre presentare un fenomeno che unisce gli elementi del nudo e del crudo: il Nyotaimori¹⁹⁴ o Body Sushi. Il termine fa riferimento alla pratica di utilizzare il corpo nudo di una donna come se fosse un piatto sul quale vengono posizionati degli alimenti (solitamente pezzi

¹⁸⁸ David Le Breton è un sociologo e antropologo culturale di origine francese. Oggi è docente all'Università di Strasburgo, dove le sue ricerche si fondano sulle valenze culturali del corpo nella società umana occidentale.

¹⁸⁹ Fabietti, *Antropologia*, p. 162. L'autore cita Le Breton, *Antropologia del corpo e modernità*.

¹⁹⁰ Ivi, p. 161.

¹⁹¹ Ibidem.

¹⁹² Si intende la pratica di mostrare le regole del pudore sia per identificarsi con le norme del gruppo, sia per trasmetterle indirettamente ad altri e quindi preservarle.

¹⁹³ Fabietti, *Antropologia*, p. 90.

¹⁹⁴ Il termine è di origine giapponese (女体盛り ed è composto da due parole "nyotai" ("corpo femminile") e "mori" ("servire il cibo").

crudi di sashimi o sushi). È comunemente noto come esempio di sitofilia¹⁹⁵, ovvero un caso di feticismo sessuale nel quale si raggiunge l'acme dell'eccitamento attraverso la disposizione e il consumo di cibo sul corpo di un'altra persona. Dalle fonti¹⁹⁶ che sono state consultate per lo svolgimento della tesi risulta abbastanza difficile ricostruire un quadro storico e sociale in cui questa pratica ha avuto origine, sia per mancanza di studi sufficienti, che per numerose incompatibilità tra diverse fonti. Il Nyotaimori potrebbe far parte della tradizione giapponese da molti anni, fin dall'epoca feudale¹⁹⁷; sebbene lo si associa a una moda, più di nicchia, entrata in voga nell'epoca contemporanea¹⁹⁸. È altrettanto complicato collocare il Nyotaimori sul piano sociale. La realtà è che non si conosce la ragione precisa e definita alla base di tale pratica. Di sicuro, la diffusione del Body Sushi negli Stati Uniti e negli altri stati occidentali ha fatto sì che assumesse una connotazione più che altro ludica, ed è per questo che esso è stato inserito principalmente come evento nei locali di svago, oppure nelle occasioni di eventi privati di lusso.¹⁹⁹ Dall'altra parte, non è certo che la diffusione del Nyotaimori in Giappone sia legata esclusivamente a tali ragioni, o più in generale a una forma di trasgressione erotica; al contrario, potrebbero esserci anche delle ragioni più artistiche.²⁰⁰ Tuttavia, questa rimane una domanda aperta, perché la mancanza di fonti non permette un'adeguata valutazione del fenomeno. In realtà, non è nemmeno sicuro che la nascita del Nyotaimori sia avvenuta proprio in Giappone. Ciò è molto curioso: bisogna tenere in considerazione il fatto che nella lingua giapponese è presente un termine specifico che identifica tale fenomeno, mentre nel resto del mondo si fa propria una definizione che deriva dall'inglese ("body sushi" o "naked sushi", il che comunque rimanda al Giappone, in un certo senso). Sulla base di questo, è lecito domandarsi la ragione per la quale in Giappone sia stata riconosciuta una parola precisa che la definisce, se tale pratica non ha avuto una rilevanza da un punto di vista culturale e storico. Purtroppo, anche questa domanda rimane senza una risposta. Quello che è certo è che negli ultimi anni sono subentrate numerose discussioni che accusano questa pratica di essere una forma di mercificazione del corpo della donna, il quale viene ridotto sostanzialmente a una "stoviglia" sul quale chi lo desidera può sfogare, in modo divertente, i propri appetiti sessuali.²⁰¹ D'altra parte, non si può non citare un'artista

¹⁹⁵ Finol, J. E. (2024). "Nuevas disquisiciones sobre la Corposfera Sitofilia: cuerpo y sexo, erotismo y comida". *Matrizes* 18 (3): 185-203.

¹⁹⁶ Si fa riferimento sia a documenti storici che a documenti della letteratura scientifica.

¹⁹⁷ Heiter, C. (2007). *The sushi book*, Thingsasian Pr, San Francisco, p. 123.

¹⁹⁸ Bindel J. (2010). "I am about to eat sushi off a naked woman's body". *The Guardian*, London, UK, consultato il 03/01/2025 su <https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2010/feb/12/nyotaimori-eating-sushi-naked-woman>.

¹⁹⁹ Heiter, *The sushi book*, p. 123.

²⁰⁰ Finol, "Nuevas disquisiciones sobre la Corposfera Sitofilia".

²⁰¹ Bindel, "What would happen if she got a terrible itch?". Inoltre, si veda il caso del Voi Colonna Hotel: La Repubblica (2023), "Golfo Aranci, nel buffet dell'hotel in offerta agli ospiti una ragazza ricoperta di cioccolato: bufera social", consultato il 10/01/2025 su

come Meret Oppenheim (1913-1985) che utilizzò questa forma di sitofilia per dare voce a una delle sue espressioni artistiche più acclamate²⁰². Come si può comprendere, la questione è un argomento socialmente controverso.

Anche se il nyotaimori non ha suscitato grande interesse da parte degli esperti nel campo di studio delle scienze umanistiche, si ritiene opportuno menzionarlo in questa sede dato il nesso così evidente tra la sfera del crudo e quella del nudo.



Soto E. (2011), https://www.flickr.com/photos/edith_soto/6139282682/in/photostream/.

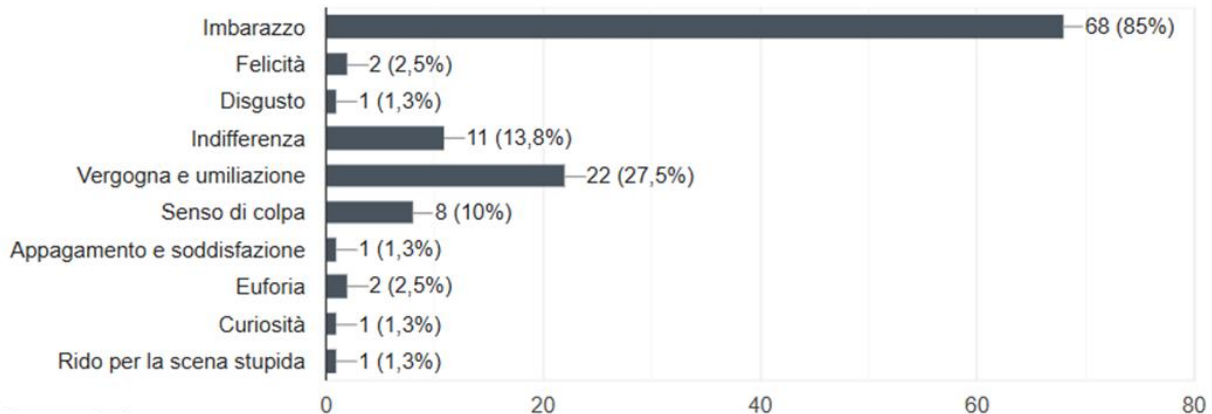
https://www.repubblica.it/cronaca/2023/08/23/news/nel_buffet_di_un_hotel_in_sardegna_in_offerta_agli_ospiti_una_ra_gazza_ricoperta_di_cioccolato_bufero_social-412031877/.

²⁰² Si veda Meret Oppenheim, *Das Frühlingsfest*, 1959-1960, Galleria Cordier, Parigi. Per approfondimenti, si cita Comis, G. (2017). “Meret Oppenheim Opere in dialogo da Max Ernst a Mona Hatoum”. *MasiLugano*: 1-17.

2.4 Esposizione dei dati del questionario

6) Cosa proveresti se la tua nudità diventasse pubblica? Ad esempio, sei in spiaggia e ti si slaccia sbadatamente il costume (max 3 risposte)

80 risposte



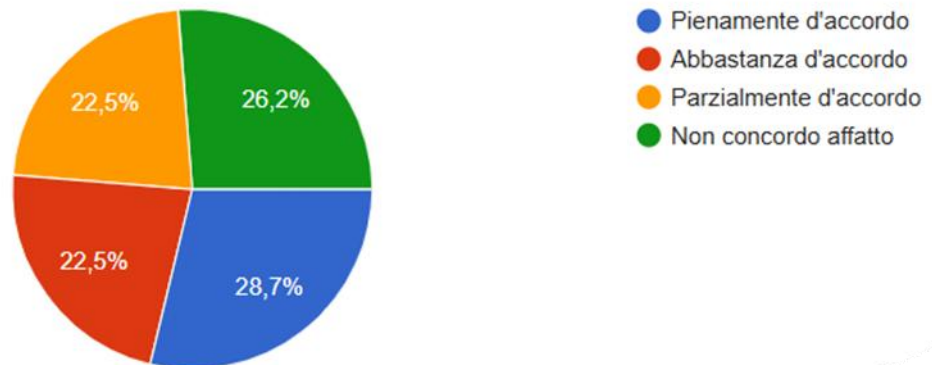
La domanda 6 ha l'obiettivo di esplorare quanto la società occidentale abbia incorporato l'etica del senso del pudore nei comportamenti dell'individuo. Fare uno studio di questo tipo meriterebbe un approfondimento maggiore soprattutto da un punto di vista metodologico; pertanto, si è deciso di valutare nello specifico le reazioni emotive suscitate da una nudità accidentale in un contesto socioculturale dove la nudità non è tollerata.

Si osservi che l'85% degli intervistati ha affermato di provare "imbarazzo" e il 27,5% "vergogna e umiliazione". I dati mettono in evidenza come l'immagine di un corpo spogliato per il campione rappresentato, per quanto normale, entra in contrasto con i modelli culturali ai quali bisogna adempiere per ottenere una buona reputazione. L'imbarazzo, la vergogna e l'umiliazione sono prodotti, generalmente, da una trasgressione dei codici valoriali della cultura di appartenenza. Inoltre, va osservato come il 10% degli intervistati abbia affermato di provare "senso di colpa", anche se si tratterebbe di un evento accidentale. Di fatto, si potrebbe osservare l'esistenza di una "cultura della colpa"²⁰³, attraverso la quale la società attribuisce una colpa al soggetto nel momento in cui il suo comportamento non è allineato con i doveri morali imposti.

²⁰³ Si veda Benedict, R. (ed. or. 1946). *The Chrysanthemum and the Sword*, (trad. it. *Il crisantemo e la spada: modelli di cultura giapponese*, editori Laterza, Roma, 2009).

7) Il solo pensiero di entrare in un macello e vedere le carcasse di animali appesi ed eviscerati, nonché i diversi tagli di carne cruda che sono stati appena sezionati dagli operatori, ti disgusta profondamente (max 1 risposta)

80 risposte

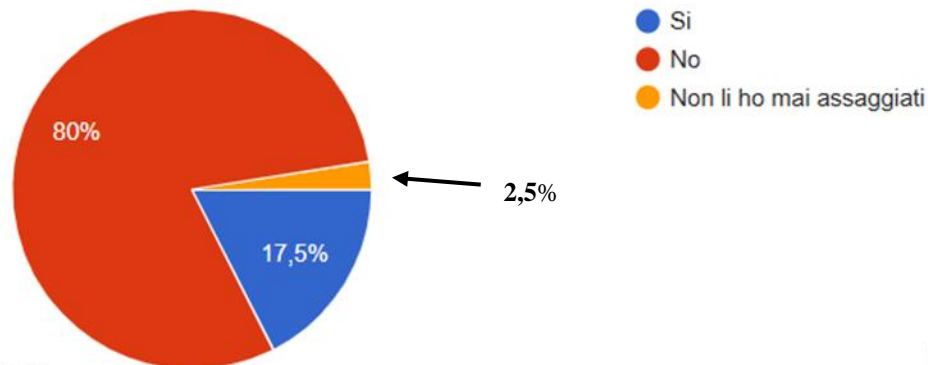


La domanda 7 mira a comprendere se l'immagine delle carcasse di animali appesi ed eviscerati, nonché quelle di animali appena macellati, rappresenti un disgusto.

I dati mostrano che 23 persone (28,7%) hanno affermato di essere "pienamente d'accordo", 18 persone hanno espresso di essere "abbastanza d'accordo", 18 persone (22,5%) hanno votato "parzialmente d'accordo" e 21 persone (26,2%) hanno ritenuto di non concordare affatto con l'affermazione. Di conseguenza, poco più della metà del campione (41 persone) conferma l'ipotesi sostenuta nel par. 2.1, secondo la quale nella cultura occidentale è generalmente ritenuto un disgusto il crudo inteso come il solo prodotto della macellazione. Tuttavia, bisogna considerare che buona parte del campione (39 persone) ha ritenuto che non proverebbe alcuna repulsione se entrasse all'interno di un mattatoio industriale, il che suggerisce si sia sviluppata una certa tolleranza al crudo in un contesto ritenuto socialmente accettabile. Se poi si pensasse di esporre le carcasse e le operazioni di macelleria al di fuori dell'ambiente di lavoro ordinario, la visione potrebbe urtare la sensibilità di qualcuno.

8) I prodotti di carne o di pesce crudo come tartare, carpacci o sashimi rappresentano un tuo disgusto? (max 1 risposta)

80 risposte

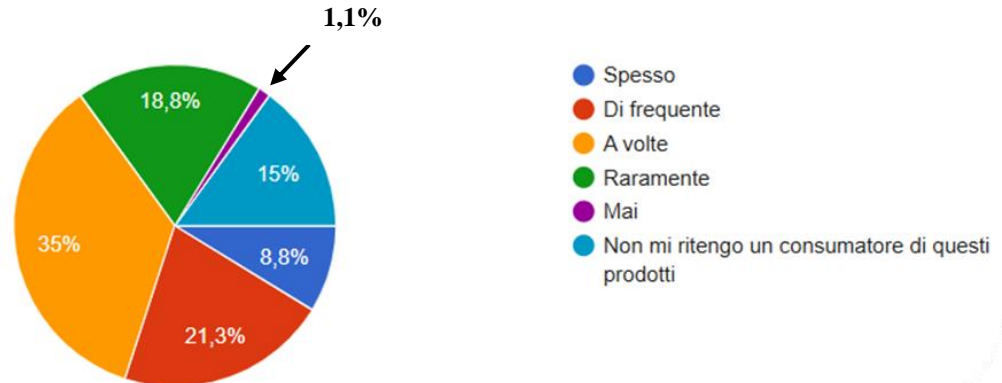


La domanda 8 vuole valutare se la parte del campione che ha ammesso di provare un disgusto di fronte al crudo inteso come il solo prodotto della macellazione può riconfermare tale disgusto di fronte al crudo inteso come prodotto manipolato dagli operatori della cucina.

Come si può comprendere dal grafico, la maggior parte del campione che ha concordato con l'affermazione proposta nella domanda 7) non ha sostenuto la stessa opinione nella domanda 8). Precisamente, 64 persone (80%) ha ammesso di non provare disgusto di fronte ai prodotti di carne o di pesce crudo come tartare, carpacci o sashimi, mentre 14 persone (17,5%) ha risposto "sì". Si esclude dal campione 2 persone (2,5%) che non hanno mai assaggiato questi prodotti. I dati ottenuti rafforzano l'ipotesi sostenuta nel par. 2.1, secondo la quale i prodotti di origine animale, serviti crudi, quali tartare, carpacci o sashimi, sono culturalmente accettati nella cultura alimentare occidentale grazie a dei processi di mediazione culturale, che consentono di esorcizzare l'idea della vitalità e della morte dell'animale. Tali processi (o rituali) hanno luogo nell'ambiente della cucina, come per esempio la pratica di inserire dei "dressing" nei piatti o altri ingredienti che declassino l'origine animale del prodotto. Inoltre, bisogna considerare che gli intervistati in questione incarnano principalmente la cultura alimentare italiana, nella quale è comune il consumo di alcuni prodotti crudi, come le ostriche e i gamberi rossi di Mazara del Vallo, che spesso vengono serviti crudi, nonché le tartare di manzo e tutti i salumi crudi stagionati ecc.

9) Ogni quanto ti capita di consumare i prodotti di carne o di pesce crudo con qualche salsa di accompagnamento (ad esempio, salsa di soia, teriyaki, olio, succo di limone, salse alla senape etc.) o con qualche altro ingrediente? (max 1 risposta)

80 risposte

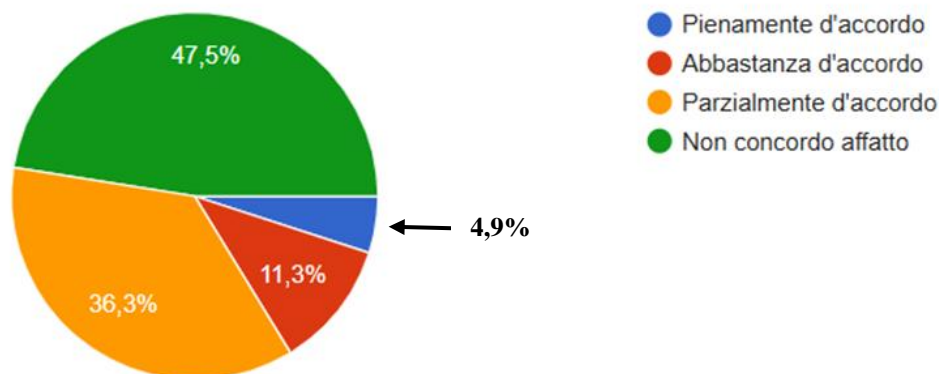


La domanda 9 mira a quantificare la tendenza a consumare i prodotti di carne e di pesce crudo con qualche salsa di accompagnamento o con qualche altro ingrediente. L'obiettivo è quello di valutare se possa essere confermata l'ipotesi sostenuta nel par. secondo la quale nella cultura culinaria occidentale sono necessari dei rituali di vestizione del prodotto crudo per renderlo accettabile dai consumatori.

Come si può notare dal grafico, la domanda ha fatto emergere dei pareri discordanti: 7 persone (8,8%) "spesso", 17 persone (21,3%) "di frequente", 28 persone (35%) "a volte", 15 persone (18,8%) e 1 persona (1,1%) "mai". Si esclude dal campione le 12 persone (15%) che hanno risposto "non mi ritengo un consumatore di questi prodotti". Si ritiene che i dati ottenuti dipendano molto dal campione preso in esame e da come gli intervistati hanno inteso la domanda. La maggior parte dei prodotti serviti crudi nei ristoranti, come tartare, carpacci o sashimi di carne o di pesce, spesso sono accompagnati da salse di accompagnamento o da altri ingredienti, come lo dimostrano gli esempi riportati nel par. 2.1.3.

10) Il Nyotaimori o body sushi è una pratica di feticismo sessuale che consiste nel mangiare sushi sul corpo nudo di una persona. In generale, trovi allettanti quelle forme di feticismo in cui viene raggiunta l'eccitazione sessuale mangiando del cibo sul corpo di una persona? (max 1 risposta)

80 risposte



La domanda 10 ha come obiettivo quello di indagare quanto le pratiche di feticismo legate al cibo siano culturalmente accettate nella società.

I dati mostrano opinioni contrastanti: solo 4 persone (4,9%) sono “pienamente d’accordo”, 9 persone (11,3%) hanno ammesso di essere “abbastanza d’accordo”, 29 persone (36,3%) hanno votato “parzialmente d’accordo” e ben 38 persone (47,5%) hanno dichiarato di non concordare affatto con la domanda proposta. Sicuramente non è da trascurare il fatto che più della metà delle persone intervistate non disdegnerebbero consumare cibo sul corpo nudo, o comunque non lo reputano offensivo. Ci si domanda se i risultati ottenuti siano lo specchio di desideri o pulsioni inesprese. Non è affatto tipico della cultura occidentale, e nonostante questo il campione (formato per lo più da soggetti tra i 18 e i 29 anni) si dimostra aperto a queste pratiche.²⁰⁴ È comunque importante precisare

²⁰⁴ Si veda Becattini, C. (1981). “Il concetto di sublimazione è univoco? Analisi del concetto di sublimazione nel pensiero Freudiano”. *Teresianum* 32 (2): 201-261. L’autore cita Freud, S., (ed. or. 1905). *Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie*, (trad. it. “Tre saggi sulla teoria sessuale”, in *Opere*, vol. IV, Bollati Boringhieri, Torino, pp. 488-489, 1977); Freud, S. (ed. or. 1908). *Die “kulturelle” Sexualmoral und die moderne Nervosität*, (trad. it. “La morale sessuale «civile» e il nervosismo moderno”, in *Opere*, vol. V, Bollati Boringhieri, Torino, p. 416, 1989); Freud, S. (ed. or. 1910). *Eine Kindheitserinnerung des Leonardo da Vinci*, (trad. it. “Un ricordo d’infanzia di Leonardo da Vinci”, in *Opere*, vol. VI, Bollati Boringhieri, Torino, p. 224, 1976); Freud, S. (ed. or. 1914). *Zur Einführung des Narzißmus*, (trad. it. “Introduzione al narcisismo”, in *Opere*, vol. VII, Bollati Boringhieri, Torino, p. 464, 1977). Freud, S. (ed. or. 1932). *Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse. Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse*, (trad. it. “Introduzione alla psicanalisi. Nuova serie di lezioni”, in *Opere*, voi. XI, Bollati Boringhieri, Torino, p. 205, 1979). Freud teorizzò il concetto della sublimazione, presentandolo come una dinamica che si instaura inconsciamente quando la psiche devia la pulsione sessuale originale verso un’altra meta, affine alla prime ma lontana dal soddisfacimento sessuale. Più esplicitamente, la pulsione si sfoga su un altro oggetto, di natura non sessuale, considerato più elevato sul piano sociale o etico e quindi ben accettato dalla civiltà: per esempio, le forme d’arte, la letteratura, la religione, le discipline scientifiche, lo sport ecc. La sublimazione ha origine dal tentativo della società di reprimere i desideri sessuali dell’individuo, il che secondo Freud può comportare delle conseguenze negative come “impotenza psichica”, “nervosismo” e comportamenti

che i risultati dipendono dal campione preso in considerazione e che le proprie concezioni relative alle norme igieniche sono molto soggettive.

nevrotici. Per approfondimenti, si veda Freud, S. (ed. or. 1930). *Das Unbehagen in der Kultur*, (trad. it. *Il disagio della civiltà*, Feltrinelli, Milano, 2021) e Freud, *La morale sessuale «civile»*.

CAPITOLO III

IL RAPPORTO ANTITETICO DEI DISTURBI ALIMENTARI CON IL *FOOD PORN*

3.1 L'attenzione al magro e i disturbi del comportamento alimentare

Un luogo comune molto diffuso è il fatto che le persone che soffrono di disturbi alimentari, come l'anoressia, ricerchino in modo compulsivo ed esclusivo dei modelli di diete restrittive e apparentemente salutari. In realtà, questo è vero solo in parte: è molto comune, più di quanto possa sembrare, scorrere le immagini di cibo, invitanti e goduriose, che girano sui social networks, e farsi venire l'acquolina in bocca.²⁰⁵ Il *food porn* sta diventando sempre di più una sorta di tempio alimentare dove gli individui si cibano di immagini nella vita virtuale²⁰⁶, come se fossero una forma di pornografia alimentare; per poi seguire delle diete restrittive e i modelli di uno stile di vita sano nella vita reale.²⁰⁷ L'obiettivo del presente capitolo è comprendere se il *food porn* segua una dinamica di fruizione simile a quella della pornografia erotica: ovvero, determinare se il *food porn* sia diventato un mezzo per colmare le tensioni scaturite da una dieta costantemente restrittiva e conforme alle aspettative sociali. Come prima cosa, è fondamentale rintracciare un quadro storico attorno a questa attenzione moderna alla linea e alla magrezza del corpo.

Il dopoguerra fu caratterizzato da un cambiamento significativo dei consumi alimentari e da un nuovo approccio al cibo e alla dieta. Si guardi, per esempio, il caso italiano: il boom economico tra gli anni '50 e '60 del secolo scorso determinò non solo un miglioramento generalizzato della disponibilità economica delle famiglie, ma anche un accesso più facilitato alle risorse alimentari. Fu così che la comunicazione pubblicitaria si spostò su altri temi che privilegiavano la necessità di un regime alimentare più controllato e salutare.²⁰⁸ Sul piano culturale il rapporto con il cibo si è completamente

²⁰⁵ Si veda Stagi, L. (2016). *Food porn. L'ossessione del cibo in TV e nei social media*, Egea, Milano.

²⁰⁶ Giacomel, S. (a. a. 2022/2023). *Cibarsi di immagini: il food porn e la comunicazione gastronomica su youtube italia*, Corso di Laurea triennale in Scienze e Cultura della Gastronomia, Università degli studi di Padova.

²⁰⁷ Si veda Versace, F., Frank, D. W., Stevens, E. M., Deweese, M. M., Guindani, M., Schembre, S. M. (2018). "The reality of "food porn": Larger brain responses to foodrelated cues than to erotic images predict cue-induced eating". *Psychophysiology* 56(4): 1-13; Seunga, Venus, J. (2018). "Interactive Effects of Instagram Foodies' Hashtagged #Foodporn and Peer Users' Eating Disorder on Eating Intention, Envy, Parasocial Interaction, and Online Friendship". *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* 21(3): 157-167; Lavis, A. (2017). "Food porn, pro-anorexia and the viscerality of virtual affect: Exploring eating in cyberspace". *Geoforum* 84: 198-205.

²⁰⁸ Si vedano i riflessi di questo nuovo rapporto con l'alimentazione in alcuni prodotti di comunicazione: Lucchesi, R. (ed. or. 1960), (ed. 1963). *Mangiare bene e dimagrire. Il ricettario dietetico dettato da un medico specializzato*, ED.

rovesciato rispetto al passato: se fino agli anni '40 del XX secolo — così come per la maggior parte della storia umana — l'ansia per gli stenti e per la fame accomunava gran parte della popolazione, da dopo il boom economico si è diffusa una generalizzata paura per le conseguenze estetiche e salutistiche che può comportare una condizione di sovralimentazione.²⁰⁹ Si pensi all'evoluzione concettuale del termine “dieta”, inizialmente utilizzato per designare lo stile di vita e, poi associato a un regime di restrizioni e limitazioni di cibo.²¹⁰

Nell'ultimo ventennio si è rafforzata ancora di più l'etica improntata sulla ricerca di prodotti sani, che non fanno ingrassare.²¹¹ Il mercato produttivo ha allargato la vendita di prodotti con claim nutrizionali “a basso contenuto calorico”, “a ridotto contenuto calorico”, “senza calorie”, “a basso contenuto di grassi”, “senza grassi”, “a basso contenuto di grassi saturi”, “senza grassi saturi”, “a basso contenuto di zuccheri”, “senza zuccheri”, “senza zuccheri aggiunti”, “a basso contenuto di sodio/sale”, “a bassissimo contenuto di sodio/sale”, “senza sodio” o “senza sale”, “fonte di proteine”, “ad alto contenuto di proteine”, “leggero” o “light”.²¹² Oggigiorno il contenuto nutrizionale di un prodotto è diventato un fattore che influenza notevolmente l'accettazione di un prodotto da parte del consumatore.²¹³ Gli alimenti che riportano tali claim nutrizionali e che risultano maggiormente reclamizzati sono: prodotti dell'industria lattiero-casearia, prodotti dell'industria della carne, biscotti, snacks, dolcetti, prodotti da forno, salse da condimento e bevande energizzanti.²¹⁴ L'attenzione alla

DOMUS, Rozzano; Lequenne, F. (1973). *Il libro delle insalate. Tutte le insalate del mondo dal radicchio alla rughetta, dalla pimpinella al raperonzolo e i modi di condire e presentarle a tavola*, Oscar Mondadori, Milano; Pubblicità dell'olio SASSO degli anni 50', consultato il 01/03/2025 su <https://www.oliosasso.it/la-comunicazione/>. Inoltre, si veda VHS Memories, “Spot crackers Pavesi 1996” (2022), consultato il 13/03/2025 su <https://www.youtube.com/watch?v=7vAwYR1aFPE>; Pavesi Italia, “Quando vuoi, quanti ne vuoi” (2009), consultato il 13/03/2025 su <https://www.youtube.com/watch?v=OioCINIwMI>.

²⁰⁹ Montanari, *Il cibo come cultura*, pp. 117-125. Lo storico osserva come nella società contemporanea il consumo globalizzato del cibo abbia generato un'uniformità delle abitudini alimentari: persone che vivono in aree geografiche distanti tra loro possono acquistare facilmente la Coca Cola, gli hamburger di McDonald, le patatine fritte dei fast food, la pasta di Barilla, il caffè di Starbucks. Al tempo stesso, il villaggio globale ha reso i consumi più veloci e accessibili (sia a livello economico che a livello logistico).

²¹⁰ Montanari, *La fame e l'abbondanza*, pp. 210-212.

²¹¹ Si veda Dilorenzo A. (2024). *Cibo proteico: l'ossessione da 2 miliardi di euro del mondo ricco*, consultato il 30/01/2025 su <https://www.gamberorosso.it/notizie/cibo-proteico-ossessione/>; ATS Brescia (2024). *La Rivoluzione Iper-Proteica: tra Tendenza e Salute*, consultato il 30/01/2025 su <https://www.ats-brescia.it/la-rivoluzione-iper-proteica-tendenza-e-salute>; Sgambato, E., Soressi, M. (2024). *Cibi proteici e senza zucchero riempiono il carrello anche in tempi di inflazione*, consultato il 30/01/2025 su <https://www.ilsole24ore.com/art/cibi-proteici-e-senza-zucchero-riempiono-carrello-anche-tempi-inflazione-AFYoojMC>.

²¹² Per approfondimenti si veda il Regolamento (ce) n. 1924/2006 del parlamento europeo e del consiglio del 20 dicembre 2006 relativo alle indicazioni nutrizionali e sulla salute fornite sui prodotti alimentari: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/IT/TXT/?Uri=celex%3A32006R1924>.

²¹³ Bruhn, C. M., Cotter, A., Diaz-Knauf, K., Sutherlin, J., West, E., Wightman, N., Williamson, E. & Yaffee, M. (1992). “Consumer Attitudes and Market Potential for Dairy Products Utilizing Fat Substitutes”. *Journal of Dairy Science* 75(9): 2569 – 2577.

²¹⁴ Sandrou, D. K., Arvanitoyannis, I. S. (2000). “Low-Fat/Calorie Foods: Current State and Perspectives”. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition* 40(5): 427–447.

forma fisica e all'alimentazione povera di zuccheri e grassi è indice di uno stile di vita sano ed equilibrato, ma nel momento in cui sfocia in una ossessione possono insorgere delle malattie.

I disturbi del comportamento alimentare (DCA) sono delle malattie psichiatriche legate a un'assunzione non adeguata di alimenti e nutrienti e a una percezione distorta del proprio corpo e del proprio peso. Il gruppo che racchiude queste malattie è molto variegato e complesso, ma le forme più note di DCA sono: l'anoressia nervosa²¹⁵, la bulimia nervosa²¹⁶ e il *binge-eating disorder*²¹⁷. L'anoressia consiste in una grave riduzione dell'introito calorico, combinata a un'attenzione ossessiva per l'attività fisica, per assomigliare agli ideali di bellezza estetica. La bulimia nervosa è caratterizzata da fenomeni di abbuffate di cibo – spesso notturne e solitarie – seguite, poi, da episodi di vomito autoindotto come pratiche compensatorie. Per quanto la bulimia sia considerata, erroneamente, come l'estremo opposto dell'anoressia, esse hanno un'origine molto simile. Di fatto, i fenomeni di abbuffata derivano primordialmente da pratiche rigidamente restrittive (uso eccessivo di lassativi, digiuno, esercizio fisico smisurato) e che sfociano, in un secondo momento, in una mancanza di autocontrollo. Il *binge-eating disorder* o disturbo da alimentazione incontrollata è stato riconosciuto recentemente come un DCA e riguarda una necessità impellente di ingurgitare una quantità smodata di cibo, ma non termina in pratiche compensatorie. Alcuni studi epidemiologici mettono in evidenza come a livello mondiale i disturbi alimentari stiano aumentando notevolmente e i casi coinvolgono fasce di età sempre più giovani.²¹⁸

²¹⁵ Treasure, J., Zipfel, S., Micali, N., Wade, T., Stice, E., Claudino, A., Schmidt, U., Frank, G. K., Bulik, C. M., & Wentz, E. (2015). "Anorexia nervosa". *Nature Reviews Disease Primers* 1 (1): 15074.

²¹⁶ Wade, T. D. (2019). "Recent Research on Bulimia Nervosa". *Psychiatric Clinics of North America* 42 (1): 21-33.

²¹⁷ Hilbert, A. (2018). "Binge-Eating Disorder". *Psychiatric Clinics of North America* 42 (1): 33-43.

²¹⁸ Si veda Fazion, C. (2014). *Disturbi alimentari: l'esordio è sempre più precoce*, consultato il 27/01/2025 su <https://www.fondazioneveronesi.it/magazine/articoli/alimentazione/disturbi-alimentari-lesordio-e-sempre-piu-precoce#:~:text=I%20Disturbi%20del%20comportamento%20alimentare%20coinvolgono%20oltre%2055%20milioni%20di,ha%20avuto%20un%20ruolo%20importante>. Si stima che i soggetti affetti da DCA siano oltre 55 milioni, di cui 3 milioni riguardano l'Italia. I DCA colpiscono circa l'8-10% dei soggetti femminili e lo 0,5-1% dei soggetti maschili. Alcuni studi empirici riportano che già dalla terza elementare emergono degli atteggiamenti avversi nei confronti del proprio corpo. Si veda anche Istituto Superiore di Sanità, *Anoressia e Bulimia. Aspetti epidemiologici*, consultato il 27/01/2025 su <https://www.epicentro.iss.it/anoressia/epidemiologia>. Secondo l'American Psychiatric Association (APA), nella popolazione statunitense emerge un'incidenza dell'anoressia dello 0,5-3,7% nei soggetti femminili e della bulimia dell'1,1-4,2%. Il rapporto tra il genere femminile e maschile è rispettivamente 1:6 e 1:10. Un paese che sta registrando un andamento simile a quello statunitense è il Giappone. Per quanto riguarda la Cina, la prevalenza di casi di anoressia e bulimia riguarda le realtà più metropolitane, come Hong Kong. Secondo lo studio di Health Canada sui disturbi mentali, negli ospedali canadesi i ricoveri per disordini alimentari di ragazze con età inferiore ai 15 anni sono aumentati del 34% rispetto al 1987, mentre quelli di ragazze con età compresa tra i 15 e i 29 anni sono aumentati del 29%. Invece, in Italia, i dati mostrano un'incidenza dello 0.2-0.8% per l'anoressia e dell'1-5 % per la bulimia.

3.1.1 L'influenza mediatica sull'insorgenza dei disturbi alimentari

I fattori che determinano l'insorgenza dei disturbi del comportamento alimentare sono molteplici, tra fattori biologici, psicologici, famigliari e socioculturali;²¹⁹ tuttavia, l'interesse della tesi si concentrerà sull'influenza esercitata dai mass media (stampa, radio, cinema e televisione) e dai nuovi social media (internet). La comunicazione mediatica ha invaso letteralmente ogni spazio della realtà sociale che circonda l'individuo.²²⁰ La capacità di trasmettere delle informazioni a un pubblico vasto e indifferenziato è alla base delle logiche commerciali e del business. I personaggi che popolano il cinema, la televisione e internet hanno mostrato agli spettatori un'ideale di corpo magro e perfetto, che è diventato un simbolo di successo all'interno della società attuale.²²¹ Più esplicitamente, la comunicazione mass mediatica attuale è diventata il contesto di diffusione di un ideale di bellezza e di corpo perfetto non solo come strumento di accettazione sociale, ma anche come mezzo di riuscita professionale²²². Le strategie pubblicitarie sviluppate per i social sono ora rese più aggressive dagli algoritmi, i quali sono pensati per alimentare i nostri desideri (espressi o inespressi). I modelli o gli sponsor che vengono scelti per promuovere un prodotto nelle pubblicità televisive, così come nelle riviste cartacee e online, spesso incarnano i canoni estetici generalmente apprezzati dalla società. Non di rado si tratta di modelle i cui corpi vengono modificati dalla chirurgia estetica o da software digitali, come Photoshop, per restituire un'idea di perfezione che, in questo modo, risulta irrealistica.²²³ Perciò, quanto più le persone si sforzano a raggiungere questo "ideale di bellezza sottile" per apparire desiderabili agli altri, tanto più si innalza il rischio di cadere in una forma di DCA.²²⁴ Questi canoni non sono assoluti, ma dipendono principalmente da fattori socioculturali ed etnici.

²¹⁹ Neale, J., Hudson, L. D. (2020). "Anorexia nervosa in adolescents". *Br J Hosp Med* (Lond) 81(6):1-8; Gabrielli, Irtelli, "The Myth of the Perfect Body Image", pp. 51-67.

²²⁰ Morris, A. M., Katzman, D. K. (2003). "The impact of the media on eating disorders in children and adolescents". *Paediatrics Child Health* 8: 287-289. Gli autori citano Brown, J. D., Witherspoon, E. M. (2002). "The mass media and American adolescents health". *J Adolesc Health* 31(6):153-170; Canadian Paediatric Society (1999). "Children and the media". *Paediatrics & Child Health* 4(5): 350-354.

²²¹ Harrison, K., Cantor, J. (2006). "The Relationship Between Media Consumption and Eating Disorders". *Journal of Communication* 47(1):40-67. Gli autori citano Garfinkel, P. E., Garner, D. M. (1982). *Anorexia nervosa. A multidimensional perspective*, Bruner Mazel, New York.

²²² Uchôa, F. N. M., Uchôa, N. M., da Costa Daniele, T. M., Lustosa, R. P., Garrido, N. D., Deana, N. F., Aranha, A. C. M. & Alves, N. (2019). "Influence of the Mass Media and Body Dissatisfaction on the Risk in Adolescents of Developing Eating Disorders". *International Journal of Environmental Research and Public Health* 16: 1508. Gli autori citano Stokes, R., Frederick-Recascino, C. (2003). "Women's perceived body image: Relations with personal happiness". *J. Women Aging* 15: 17-29.

²²³ Gabrielli, Irtelli, "The Myth of the Perfect Body Image".

²²⁴ Ibidem. Gli autori citano Mills, J. S., Shannon, A., Hogue, J. (2017). "Beauty, Body Image, and the Media". In Levine, P. M. (ed.), *Perception of Beauty*, IntechOpen, London; Molinari, E., Castelnovo, G. (2011). *Clinica Psicologica Dell'obesità: Esperienze Cliniche e di Ricerca*, Springer, Milano.

Da diversi studi si evince che vi siano delle differenze di genere, che possono essere valutate almeno su due livelli: da una parte, i soggetti femminili sembrano più esposti a fenomeni di influenza sociale legati all'aspetto estetico o a pensieri di insoddisfazione del proprio corpo²²⁵; dall'altra parte, i soggetti maschili provano un malcontento verso la propria fisicità e ambiscono principalmente ad assomigliare ai modelli alti e muscolosi. Rispetto agli uomini, quindi, la maggior parte delle donne desiderano un corpo più snello e armonioso.²²⁶ Tuttavia, bisogna considerare che negli ultimi anni si sta diffondendo un nuovo ideale occidentale di fisico magro e allenato, al quale ambiscono non solo gli uomini, come è stato principalmente in passato, ma anche molti soggetti di genere femminile. Si tratta della nuova moda del *bodybuilding*: uno stile di vita basato sull'impegno costante a seguire una complessa routine di allenamento in palestra, nonché una dieta rigida e strutturata, con l'obiettivo di aumentare la massa magra a discapito di quella grassa.²²⁷ Fino agli anni '90 del XX secolo il *bodybuilding* era associato ai concetti di mascolinità, ma alcuni studiosi sostengono che nell'ultimo ventennio si stia assistendo a una "crisi della mascolinità" in questo campo.²²⁸

3.2 Il *food porn* come forma di pornografia alimentare

3.2.1 Le origini e la definizione del termine *food porn*

Il termine *food porn* indica la pratica di utilizzare delle inquadrature ravvicinate, filtri e diversi strumenti di editing per fotografare cibi goduriosi in modo da farli risultare appetitosi e succulenti. Si vedano alcuni esempi di *food porn* nelle seguenti immagini:

²²⁵ Uchôa et al., "Influence of the Mass Media and Body Dissatisfaction". Gli autori citano Knauss, C., Paxton, S. J., Alsaker F. D. (2007). "Relationships amongst body dissatisfaction, internalisation of the media body ideal and perceived pressure from media in adolescent girls and boys". *Body Image* 4(4): 353-360.

²²⁶ Ibidem. Gli autori citano Van den Berg, P., Paxton, S. J., Keery, H., Wall, M., Guo, J., Neumark-Sztainer, D. "Body dissatisfaction and body comparison with media images in males and females". *Body Image* 4: 257-268.

²²⁷ Wellman, M. L. (2020). "What it means to be a bodybuilder: social media influencer labor and the construction of identity in the bodybuilding subculture". *The Communication Review* 23 (4): 273-289.

²²⁸ Ibidem. L'autore cita Klein, A. M. (1993). *Big little men: Bodybuilding subculture and gender construction*, State University of New York Press, Albany. Inoltre, si veda Vertinsky, P. (2007). "Making and marking gender: Bodybuilding and the medicalization of the body from one century's end to another". *Culture, Sport, Society* 2 (1): 1-24.



Fabregas, H. (2022), <https://pixabay.com/it/photos/cheeseburger-bacon-maionese-cheddar-7580676/>.



Erdozain, N. (2024), <https://www.pexels.com/it-it/foto/deliziosi-panini-bao-con-guarnizioni-fresche-28460872/>.

L'origine *food porn* a livello concettuale risale a Roland Barthes²²⁹ (1915-1980), il quale mise a confronto la cucina elegante e decorativa che proponeva la rivista *Elle*²³⁰ con quella più sobria ed essenziale dell'*Express*²³¹. Nel primo caso si trattava di un giornalino rivolto a un pubblico di medio-bassa borghesia, che illustrava come realizzare dei piatti esteticamente interessanti e attenti ai dettagli, senza l'uso di prodotti esotici e metodi complessi che i membri di questa classe sociale non si sarebbero potuti permettere. Bisogna tenere conto che la rivista venne progettata con il fine di suscitare l'attenzione di una cerchia di lettori di estrazione sociale media, formata da individui non in difficoltà economiche, ma sicuramente svantaggiata rispetto alla classe più agiata.²³² Perciò *Elle* consigliava alle donne borghesi degli accostamenti fantasiosi ed eccezionali, per permettergli di assaporare una cucina raffinata che esaltasse la doratura del pollo sulla superficie, la morbidezza della crema diplomatica in una charlotte decorata con frutta candita, la lucentezza della glassa, l'ipertrofia delle salse, ecc.²³³ Come sottolineò Barthes, le immagini che accompagnavano le ricette di *Elle* non miravano a far emergere le conoscenze teorico-pratiche richieste per la preparazione di un piatto, ma volevano enfatizzare gli elementi più decorativi; dunque, si può affermare che “la cucina di *Elle* è una pura cucina della vista”²³⁴. Questo è dimostrato dal tipo di inquadratura, rigorosamente dall'alto, come a voler sottolineare una distanza tra il cibo come materia e le finalità estetiche della fotografia.²³⁵ Tuttavia, è opportuno precisare che Barthes non ha mai utilizzato il termine *food porn* ma lo ha solo anticipato sul piano teorico, sottolineando come l'enfasi sul senso della vista e sull'estetica di un oggetto è in grado di sollecitare il desiderio.²³⁶ Nel 1977 venne coniata la prima espressione che richiamava più da vicino, sul piano lessicale, il nostro *food porn*, ovvero “gastro-porn”. Questa comparve nel *New York Review of Books*, e fu introdotta da Alexander Cockburn (1941-2012)²³⁷. Il termine riprese il concetto precedentemente introdotto da Barthes, ma lo ampliò: il

²²⁹ Roland Barthes è stato un importante saggista, semiologo e critico letterario, che lasciò la sua impronta nel panorama delle teorie sul linguaggio e sullo strutturalismo, in particolare, a partire dal dopoguerra.

²³⁰ Si veda Weiner, S. (1999). *Two Modernities: from Elle to Mademoiselle. Women's Magazines in Postwar France*, Cambridge University Press, Cambridge. *Elle* è un magazine francese fondato nel 1945 da Pierre Lazareff e Hélène Gordon-Lazareff, dedicato a un contenitore variegato di tematiche di moda, bellezza e questioni casalinghe. Inizialmente, venne pensato come un settimanale che voleva trasmettere un modello di glamour domestico al mondo femminile del dopoguerra e, poi, venne trasformato in un periodico mensile.

²³¹ *L'express* è un magazine settimanale francese fondato nel 1953 da J-J Servan Schreiber e Françoise Giroud sul modello del *Time* statunitense. Le tematiche di interesse sono principalmente l'attualità e la politica. Per approfondimenti si veda anche Barthes, R. (ed. or. 1957). *Mythologies*, Éditions du Seuil, Paris (trad. it. *Miti d'oggi*, Einaudi, Torino, 2016).

²³² Marrone G. (2015). “‘Food Porn’: l'esposizione del cibo”. In Abruzzese A. e Massidda D. (eds.), *Expo 2015. Storie e immagini delle Grandi Esposizioni*, Utet, Torino. L'autore cita Barthes, *Miti d'oggi*.

²³³ Ibidem.

²³⁴ Barthes, R. (ed. or. 1957). *Mythologies*, Éditions du Seuil, Paris (trad. it. *Miti d'oggi*, Einaudi, Torino, 2016), p. 78.

²³⁵ Marrone, “*Food Porn*”. L'autore cita Barthes, *Miti d'oggi*.

²³⁶ McBride, A. E. (2010). “Food porn”. *Gastronomica: the journal of food and culture* 10 (1): 38–46. L'autore propone un dibattito interattivo, guidato da Frederick Kaufman e Alan Madison, tra diversi accademici ed esperti di gastronomia per esaminare il tema del *food porn*.

²³⁷ Alexander Cockburn fu un giornalista e scrittore, noto per le sue idee piuttosto radicali sulla politica.

“gastro-porn” riguarda, innanzitutto, la pratica di osservare delle immagini di cibo colorate e luminose, che poi vengono associate alla pornografia per la loro capacità di stimolare l’eccitamento e il desiderio.²³⁸ Questo concetto venne ripreso nel 1984 da Rosalind Coward²³⁹, la quale sottolineò nuovamente l’impatto della dimensione visiva nel deliziare, attraverso le immagini, chi si priva di cibo godurioso per seguire le diete dimagranti.²⁴⁰

3.2.2 Il *food porn* come pornografia alimentare

Oggi il cibo ha assunto una centralità nella vita²⁴¹: l’essere umano è esposto continuamente a una pioggia di stimoli che riguardano la sfera alimentare. Gli utenti sui social media sono portati, sempre di più, a condividere il pasto che stanno per consumare, che sia un prodotto *home-made* o una specialità culinaria che hanno ordinato fuori casa.²⁴² Anche gli stessi esercizi di ristorazione, seppur ancora una piccola parte²⁴³, si impegnano a pubblicare sulla loro pagina Instagram, o sul sito web del loro locale, le fotografie (oltre che i reel) di alcune delizie che fanno parte della loro offerta produttiva. Avere una pagina social con fotografie colorate e accattivanti, che rispettano le regole della composizione e con un buon livello di risoluzione delle immagini, è un veicolo importante per le scelte dei consumatori.²⁴⁴ Come afferma la social media manager e digital strategist Monia Taglienti, oggi, anziché parlare di bisogni di cibo, è opportuno parlare di desideri che la società suscita e crea da nuovo nell’individuo su base prevalentemente emotiva.²⁴⁵ I social network sono stati in grado di plasmare la parte materica del prodotto, facendo leva sull’esperienza. Nelle società moderna il cibo si dematerializza e si virtualizza nelle immagini che girano sul web; in questo modo, la fruizione delle foto di cibo diventa una fonte di guadagno economico per le aziende produttrici. Il consumatore è

²³⁸Cockburn, A. (1977). *Gastro-Porn*, consultato il 02/02/2025 su <https://www.nybooks.com/articles/1977/12/08/gastro-porn/>; Mejova, Y., Haddadi, H., Abbar, S. (2016). “Fetishizing Food in Digital Age: #foodporn Around the World”. *Proceedings of the International AAAI Conference on Web and Social Media* 10(1): 250-258.

²³⁹ Rosalind Coward è un’emerita giornalista e scrittrice britannica, nonché una delle docenti più famose di giornalismo alla Roehampton University.

²⁴⁰ Coward, R. (1984). *Female Desire Women’s sexuality today*, Paladin Press, Boulder, pp. 102-103.

²⁴¹ Marrone, “*Food Porn*”.

²⁴² Seunga, Venus, “Interactive Effects of Instagram Foodies’ Hashtagged #Foodporn”.

²⁴³ Si veda Becchi, M. (2018). *Ristoranti su Facebook: come si comportano i locali italiani nel mondo del web*, consultato il 03/02/2025 su <https://www.gamberorosso.it/notizie/ristoranti-su-facebook-come-si-comportano-i-locali-italiani-nel-mondo-del-web/>.

²⁴⁴ Suvimol, V. (2020). *Social food photography*. Ulrico Hoepli Editore, Milano, pp. 6-12. Si veda anche Class Pubblicità (2022). *Ristoranti sui social media: cosa e come raccontarsi?*, consultato il 03/02/2025 su www.gamberorosso.it/native/ristoranti-sui-social-media-cosa-e-come-raccontarsi/.

²⁴⁵ Taglienti, M. (2020). “La parola all’esperta: Monia Taglienti. Facebook food marketing: promuovere il proprio ristorante, esaltare il menù e trovare clienti specifici”. In Suvimol, V. (ed.), *Social food photography*, p. 153.

costantemente sedotto e veicolato nelle sue scelte.²⁴⁶ Sicuramente, il fenomeno che ha destato maggiore interesse in questo contesto mediatico di comunicazione e aggregazione è il *food porn*.²⁴⁷ Una ricerca condotta per l'International AAI Conference on Web and Social Media ha mostrato che il 46% dei quasi 10 milioni di post su Instagram menzionano #foodporn, contrariamente ad altre piattaforme, come per esempio X, che raccoglie solo il 5, 8% di immagini con questo hashtag.²⁴⁸ Tuttavia, è importante precisare che Instagram e X differiscono molto, sia per funzione che per fruizione: l'utente di Instagram si esprime principalmente attraverso le foto, mentre i fruitori di X sono interessati maggiormente ai contenuti testuali. Nonostante si possa scrivere una *caption* su Instagram e postare una foto su X, l'attenzione degli utenti è comunque, rispettivamente, sull'altro tipo di contenuto.

A livello globale, si può osservare che gli alimenti protagonisti del *food porn* sono: la pizza, gli hamburger farciti di salse e formaggi filanti, le carni succulente, nonché diversi dolci ricchi di creme e marmellate come crostate, meringhe, bomboloni, biscotti, gelati ecc.²⁴⁹ Invece, a livello locale, si può constatare che esistano dei prodotti più specifici che sono maggiormente esposti sotto i riflettori del *food porn*, evidentemente per effetto della cultura gastronomica di quella specifica nazione, regione o città. A titolo esemplificativo, si riporta la tabella riassuntiva che è stata elaborata da alcuni ricercatori in occasione dell'International AAI Conference on Web and Social Media del 2016:

²⁴⁶ Ivi, p. 154.

²⁴⁷ Ivi, p. 10-11.

²⁴⁸ Mejova, Haddadi, Abbar (2016). "Fetishizing Food in Digital Age".

²⁴⁹ Ibidem; Marrone, "Food Porn".

Table 3: Top most distinct five foods co-occurring with #foodporn for select countries.

Argentina	dulcedeleche, beer, merienda, chocolate, postre
Belgium	chocolate, waffle, whaffles, chocolat, frites
Canada	poutine, sushi, ramen, 녹차맛, sashimi
China	hotpot, dumplings, spicy, dimsum, noodles
Ecuador	ceviche, fanesca, coffee, shrimp, postre
France	chocolat, burger, patisserie, gourmandise, pastry
Iran	ناهار, kebab, sofrehkhune, ashpazi_shoma, koja_chi_bokhorim
Japan	ramen, シャンパーニュ, sushi, フイツシュタコス, sashimi
Qatar	채식, applebees, salad, cakes, buffet
Russia	cake, блины, coffee, торт, stuffed
Switzerland	fondue, fruits, cheese, burger, smoothie
Turkey	yemek, kahvalti, tatlı, gurme, kebab
USA	shrimp, sushi, bacon, tacos, bbq

Mejova, Haddadi, Abbar (2016). “Fetishizing Food in Digital Age”: 254.

Da un punto di vista comunicativo, il *food porn* diventa espressione degli aspetti più visivi del piatto: attraverso la vista, quelle foto hanno l’obiettivo di stimolare gli altri sensi (ovvero, il tatto, il gusto, l’olfatto e l’udito). Ad esempio, il grasso di un formaggio fa venire l’acquolina alla bocca e ci fa immaginare la sensazione sul palato, oltre che il suo profumo. Per fare ciò, gli elementi tecnici di base da impiegare sono: una composizione sintetica volta a focalizzare tutta l’attenzione sul protagonista dell’inquadratura (cioè il cibo); lo sfondo leggermente sfocato rispetto al soggetto in primo piano che viene messo a fuoco; un’inquadratura molto ravvicinata in grado di rendere un’ipertrofia del prodotto tale da far emergere ogni singolo dettaglio; l’uso della saturazione dei colori e delle tonalità calde; una luce morbida che levighi le superfici irregolari e che renda i bordi d’ombra più transitori; l’utilizzo del chiaroscuro attraverso uno stile caravaggesco che faccia emergere un oggetto totalmente illuminato da uno sfondo scuro; ecc.²⁵⁰ Alcuni di questi elementi comparivano già nelle prime forme di *food porn* della rivista *Elle* e continuano a permanere al giorno d’oggi. Di certo l’aspetto più rilevante è l’inquadratura, che risulta talmente ravvicinata da sembrare che i contorni dell’oggetto stiano per fuoriuscire oltre i bordi. In questo modo, a partire da uno stimolo visivo, si ottiene una sorta di sinestesia²⁵¹ che convoglia l’osservatore a un percorso immaginativo con gli altri

²⁵⁰ Marrone, “Food Porn”.

²⁵¹ Il termine sinestesia deriva dal greco *syn* «con, assieme», e *aisthánomai* «percepisco, comprendo». Si precisa che il concetto di sinestesia, in questo caso, non deve essere inteso sul piano semantico (ovvero, come una figura retorica che unisce due espressioni che appartengono a due sfere sensoriali diverse), bensì sul piano neuropsicologico, cioè come quel fenomeno psichico che, a partire da uno stimolo sensoriale, conduce l’individuo a un’esperienza sensoriale più complessa, spontanea, simultanea alla precedente e del tutto incontrollata. Per approfondimenti si veda Corno, D. (2011). *Sinestesia*,

quattro sensi: l'individuo si immagina la superficie dell'alimento al tatto, il sapore degli ingredienti, gli aromi che si sprigionano, ecc.²⁵² Si tratta di un percorso di percezione sensoriale da cui scaturisce il desiderio e l'eccitamento. Sulla base di questo si potrebbe valutare una possibile relazione tra il *food porn* e la pornografia erotica, dal momento che, solo per definizione, l'accostamento delle parole *food* e *porn* preannunciano una connessione tra le due sfere. Come si è detto precedentemente, la società attuale è costantemente sottoposta a input relativi al cibo e, allo stesso modo, si può definire costantemente esposta a stimoli o argomenti che riguardano la sfera dell'erotico.²⁵³ È evidente che vi sia una pervasività del sesso nell'ambito pubblicitario²⁵⁴ e, spesso, il tema alimentare e quello sessuale si incrociano per cogliere rapidamente l'attenzione dello spettatore. Si pensi, per quanto riguarda l'Italia, alla pubblicità degli yogurt Müller, nota per il famoso slogan che continua a mantenere un'elevata riconoscibilità dal 1999: "fate l'amore con il sapore". Le immagini si sono evolute nel corso del tempo, ma l'allusione alla sfera della seduzione e del piacere è sempre presente: basti pensare allo spot del 2008, nel quale si intravede una bocca, rossa e carnosa, dipinta sul corpo nudo di una donna rannicchiata per terra. La telecamera riprende da vicino le ciliegie che sprofondano nello yogurt e gli schizzi delle *coulis* di frutta; perdipiù, l'obiettivo si avvicina agli occhi e alla bocca della modella, come a voler esprimere una fusione tra il corpo e l'alimento. Lo scopo è quello di sovrapporre il desiderio alimentare e carnale, portandoli sullo stesso livello²⁵⁵

Al di là del contesto pubblicitario, che ha meritato una breve parentesi nel discorso sui legami tra il cibo e il sesso, è necessario concentrarsi sul rapporto tra *food porn* e pornografia erotica. L'obiettivo è, dunque, comprendere se si possa parlare di pornografia alimentare, allo stesso modo di quella erotica, nell'universo sociale e antropologico in cui l'individuo affronta la sua esistenza.²⁵⁶ Come si è visto nel paragrafo 3.2.1, un richiamo alla sfera pornografica è stato teorizzato originariamente da Cockburn con il termine "gastro-porn"²⁵⁷, con riferimento alla capacità di certe immagini di stimolare l'eccitamento e il piacere nell'individuo. Tali inquadrature così ravvicinate consentono di osservare in modo dettagliato il cibo: i succhi di un hamburger che trasuda, il formaggio fuso che cola, la texture

consultato il 04/02/2025 su [https://www.treccani.it/enciclopedia/sinestesia_\(Enciclopedia-dell'Italiano\)/](https://www.treccani.it/enciclopedia/sinestesia_(Enciclopedia-dell'Italiano)/); Ajelli, C., La Spina, C., *Sinestesia*, consultato il 04/02/2025 su <https://www.stateofmind.it/sinestesia/>. Gli autori citano Asher, J. E., Lamb, J. A., Brocklebank, D., Cazier, J.B., Maestrini, E. L., Addis, Sen, M., Baron-Cohen, S., Monaco, A.P. (2009). "A Whole-Genome Scan and Fine-Mapping Linkage Study of Auditory-Visual Synesthesia Reveals Evidence of Linkage to Chromosomes 2q24, 5q33, 6p12, and 12p12". *American Journal of Human Genetics* 84: 279-285; Per approfondimenti si veda Riccò, D. (1999). *Sinestesia per il design: le interazioni sensoriali nell'epoca dei multimedia*, ETAS, Milano.

²⁵² Marrone, "Food Porn".

²⁵³ Ibidem.

²⁵⁴ Rossi, F. (2009). "Emozioni e retorica in vendita: il linguaggio pubblicitario". *XXI Secolo, Comunicare e rappresentare* 2: 407-416.

²⁵⁵ Garotti, Ricci, F. (2013). "Passione o leggerezza? Un'analisi contrastiva di pubblicità italiane e tedesche". *L'analisi linguistica e letteraria* XXI: 5-18; Rossi, "Emozioni e retorica in vendita".

²⁵⁶ Marrone, "Food Porn".

²⁵⁷ Cockburn, *Gastro-Porn*.

così morbida della crema spalmabile, gli schizzi di panna, ecc. Gli autori del *food porn* mettono in gioco delle tecniche di ripresa che suscitano nello spettatore il desiderio di poter entrare all'interno delle fotografie per toccare e assaporare quel prodotto. Di fatto, Cockburn aveva già analizzato questa condizione di irraggiungibilità che scaturisce nel rapporto tra l'osservatore e il *food porn*: attraverso una fotografia non è possibile toccare con mano l'oggetto rappresentato, anche se questo viene desiderato profondamente a fronte di una sua mancanza nella vita quotidiana. Questo aspetto può essere analizzato anche nella pornografia a sfondo sessuale: solitamente si guarda in modo ossessivo ciò che in quel dato momento non è possibile praticare.²⁵⁸ Ragionando in questi termini, si può valutare da un lato una forma di pornografia alimentare, che gioca con i desideri repressi di coloro che sognano cibi goduriosi, ma allo stesso tempo se ne privano per seguire le regole di uno stile di vita sempre sano e snellente, e dall'altro una forma di pornografia erotica, che risveglia i piaceri sessuali di chi vorrebbe mettere in pratica quelle fantasie afrodisiache, ma che in quel momento non possono.

Un altro punto in comune tra il *food porn* e la pornografia riguarda l'annullamento della facoltà immaginativa.²⁵⁹ La differenza tra una fotografia di cibo artistica e un'immagine di food porn consiste proprio nell'importanza che viene attribuita a quello spazio che può essere deliberatamente lasciato libero allo spettatore, affinché quest'ultimo possa riempirlo con le sue riflessioni e la sua immaginazione. Si prenda come esempio la celebre fotografia di Edward Weston, che ritrae un peperone in modo del tutto paradossale: è l'assurdo di un peperone, dal momento che, a prima vista, fa delle allusioni alle parti corporee; inoltre, lo sfondo è molto ambiguo, poiché non ricorda l'ambiente di una cucina – dove solitamente si collocherebbe un peperone; infine, l'uso delle luci e del bianco e nero, che allude a uno scenario teatrale.²⁶⁰ Sebbene le inquadrature siano piuttosto ravvicinate, non la si può collocare nel contesto del *food porn*, perché l'autore della fotografia ha lasciato uno spazio considerevole all'immaginazione. Al contrario, il *food porn* mira a mostrare qualsiasi dettaglio del prodotto (dai colori alle consistenze, dalle colature alle parti più croccanti) senza permettere alla mente dell'osservatore di creare e fantasticare un messaggio.²⁶¹ L'obiettivo del *food porn* è unicamente quello di esibire il lato più godurioso e appetitoso dell'alimento rappresentato, stimolando la salivazione e portando l'individuo a cibarsi di immagini, senza reticenze.²⁶² La pornografia fa leva sostanzialmente sullo stesso linguaggio: durante le scene erotiche l'obiettivo della

²⁵⁸ McBride, "Food porn".

²⁵⁹ Ibidem.

²⁶⁰ Pieroni, A. (2006). *Leggere la fotografia. Osservazione e analisi delle immagini fotografiche*, EDUP, Roma, pp. 108-109.

²⁶¹ McBride, "Food porn".

²⁶² Marrone, "Food Porn".

telecamera si avvicina agli attori, i quali vengono immortalati con certe angolature e giochi di luce in modo che il pubblico possa osservare tutti i dettagli dell'atto sessuale.²⁶³ I contenuti pornografici rappresentano, oggi, un perfetto oggetto di consumo che stimola l'eccitamento e consente di sfogare il desiderio sessuale senza che sia necessaria una situazione reale in prima persona con un altro soggetto. Su questo punto è opportuno presentare anche una differenza che esiste tra il *food porn* e la pornografia: nel primo caso, spesso il prodotto fotografico viene utilizzato dalle aziende alimentari e di ristorazione per invogliare a una consumazione "fisica" del cibo; nel secondo caso, l'industria pornografica vuole stimolare il fruitore dei contenuti a visualizzarne dei nuovi, e così via, in modo da favorire un consumo "virtuale" del sesso.

I prodotti pornografici, similmente, non dovrebbero dare voce allo spettatore o indurlo a interpretare il significato che il regista vuole trasmettere al suo pubblico. Se ciò accadesse non sarebbe qualificabile come un porno, bensì come un nudo artistico.²⁶⁴ Perdipiù, negli ultimi anni questo genere di cinema ha abbandonato quasi del tutto lo stile narrativo, sia perché lo spettatore medio richiede un contenuto molto più rapido, privo di tempi morti e che mostri principalmente le scene più eccitanti, sia perché un racconto narrativo potrebbe fare emergere una componente emotiva che in questo contesto potrebbe risultare un po' ambigua.²⁶⁵ In maniera analoga, il *food porn* eclissa completamente la storia che c'è dietro alla pietanza rappresentata, né si cura dello *storytelling* che è tipico di altri contenuti pubblicitari. L'immagine di un vassoio di cappelletti crudi, di fianco a un mattarello da lavoro, sopra a un asse di legno, sporco di farina, racconta una storia legata alle tradizioni e alla maestria di chi l'ha prodotto²⁶⁶. Nella mente di chi la osserva vengono evocati dei ricordi; come, per esempio, la memoria di una nonna che prepara il pranzo di Natale. Al contrario, una fotografia prodotta con un obiettivo che riduce lo spazio in profondità, e che decontestualizza lo sfondo, non lascia trasparire alcun dettaglio relativo all'origine degli ingredienti di un piatto, alla persona che l'ha cucinato e al luogo dove è stato prodotto. È proprio in riferimento a questo tema che Rosalind Coward ha criticato il *food porn*, rivendicando il fatto che la funzione estetizzante, richiesta dai media, abbia generato l'annientamento dell'importanza dell'atto del cucinare e, soprattutto, della figura del cuoco.²⁶⁷

²⁶³ Per approfondimenti si veda Di Marino, B. (2013). *Hard media. La pornografia nelle arti visive, nel cinema e nel web*, Johan & Levi, Milano.

²⁶⁴ McBride, "Food porn"; Di Martino, *Hard media*, p. 25.

²⁶⁵ Ibidem.

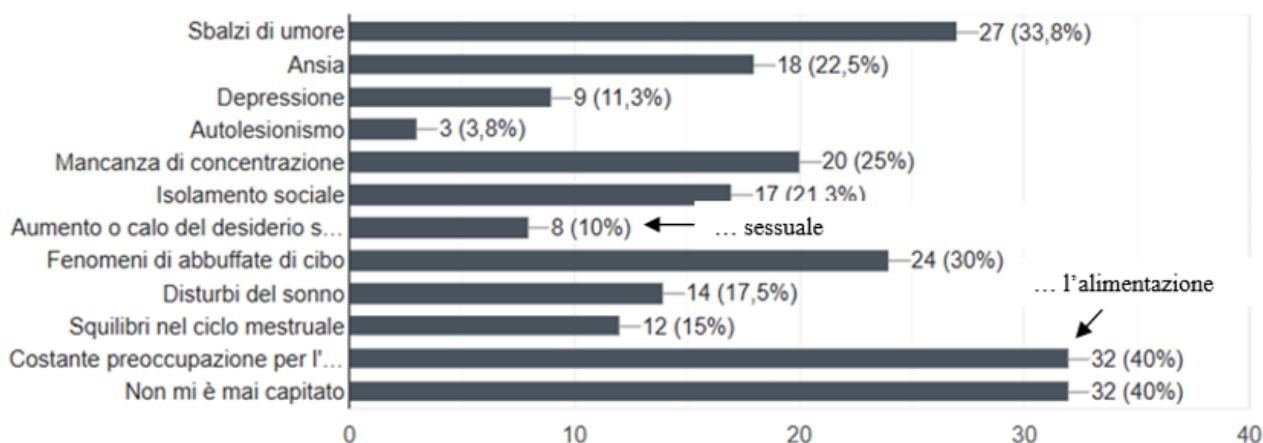
²⁶⁶ Lubas, B. (2020). *How to Photograph Food*, illex, London, pp. 136-137.

²⁶⁷ Marrone, "Food Porn". L'autore cita Coward, *Female Desire*. Rosalind Coward, in particolare, sosteneva che il food porn mediatico avesse condotto allo svilimento simbolico della figura femminile all'interno della cucina.

3.3 Esposizione dei dati del questionario

11) Ti è mai capitato di esserti autoimposto una dieta basata su rigide restrizioni alimentari che ti hanno portato a soffrire di almeno una di queste conseguenze? (seleziona le risposte che descrivono maggiormente la tua esperienza)

80 risposte



La domanda 14 ha come obiettivo quello di fare una valutazione quantitativa sulla diffusione dei disturbi alimentari nella società. Inoltre, è stato chiesto ad ogni intervistato di indicare quali ripercussioni hanno interessato la sua esperienza, qualora avesse sofferto di un DCA.

All'interno del campione preso in considerazione si può osservare che, su 80 soggetti, il 60% (48 persone) ha risposto di aver sofferto di un disturbo alimentare. Questo dato rappresenta un numero sicuramente non poco rilevante e conferma i risultati delle indagini statistiche che sono state inserite nelle note dei paragrafi 3.1 e 3.1.1. Dall'indagine è emerso che, nel campione in questione, le conseguenze più ricorrenti sono quattro: il 40% (32 persone) ha menzionato una "costante preoccupazione per l'alimentazione"²⁶⁸, il 33,8% (27 persone) ha indicato "sbalzi di umore", il 30% (24 persone) ha risposto "fenomeni di abbuffate di cibo" e il 25% (20 persone) ha sperimentato una "mancanza di concentrazione". Tali conseguenze ricadono sulla sfera emotiva, tanto quanto su quella

²⁶⁸ L'ossessione per il controllo della propria alimentazione, l'eccessivo esercizio fisico e l'instaurarsi del senso di colpa dopo il momento del pasto non è solo un fattore scatenante dei DCA, ma nel corso del tempo diventa anche una conseguenza che alimenta un circolo vizioso continuo. In mancanza di un supporto terapeutico, l'individuo può aggravare certi comportamenti nel lungo termine: la tendenza a seguire diete estreme, il conteggio ossessivo delle calorie, la privazione di alimenti ricchi di carboidrati e grassi, il continuo monitoraggio del peso corporeo, ecc. Si veda lilac Centro DCA, *Come riconoscere un disturbo alimentare*, consultato il 05/03/2025 su <https://www.centrolilac.it/blog/come-riconoscere-un-disturbo-alimentare/>.

neurofisiologica, e sono il risultato di una ricerca ossessiva di controllo, che sfocia inevitabilmente in una condotta estrema compensatoria. La tendenza al controllo²⁶⁹ in un'esperienza di DCA è molto comune ed emerge – nella maggior parte dei casi – da una forte ansia verso il monitoraggio del peso, dell'alimentazione e della forma corporea²⁷⁰. Spesso i fenomeni di abbuffate sono il frutto di un regime restrittivo autoimposto, talmente rigido che alla fine l'individuo sfoga tutta la tensione accumulata in queste pratiche consolatorie. In genere le abbuffate sono seguite, poi, da tentativi volti ad espellere tutto il cibo consumato (ad esempio, attraverso il vomito o l'uso di lassativi). In questo modo l'individuo entra in un circolo vizioso dal quale è molto difficile uscire, caratterizzato da una costante ricerca del controllo e perdita del controllo.²⁷¹

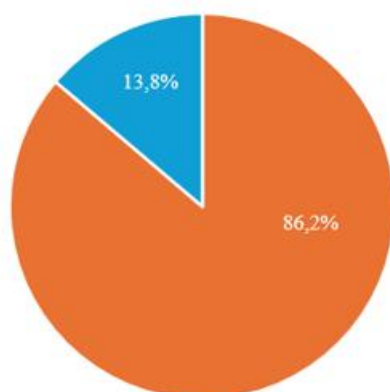
²⁶⁹ Sassaroli, S., Ruggiero, G. M. (2010). *I disturbi alimentari*, Editori Laterza, Bari, p. 85. Gli autori citano Bruch, H. (1973). *Eating Disorders: Obesity, Anorexia Nervosa and the Person Within*, Basic Books, New York; Bruch, H. (1982). "Anorexia Nervosa: Theory and Therapy". *The American Journal of Psychiatry* 139 (12): 1531-1538.

²⁷⁰ Fairburn, C. G., Harrison, P. J. (2003). "Eating Disorders". *The lancet* 361: 407-416.

²⁷¹ Sassaroli, S., Ruggiero, G. M. (2010). *I disturbi alimentari*, Editori Laterza, Bari, p. 85. Gli autori citano Wilfley, D. E., Friedman, M. A., Douchis, J. Z., Stein, R. I., Welch, R. R., Ball, S. A. (2000). "Comorbid Psychopathology in Binge Eating Disorder: Relation to Eating Disorder Severity at Baseline and Following Treatment". *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 68 (4): 641-649; Galanti, K., Gluck, M. E., Geliebter, A. (2007). "Test Meal Intake in Obese Binge Eaters in Relation to Impulsivity and Compulsivity". *International Journal of Eating Disorders* 40(8): 727-732; Whiteside, U., Chen, E., Hunter, D., Lo, T., Larimer, M. (2007). "Difficulties Regulating Emotions: Do Binge Eaters Have Fewer Strategies to Modulate and Tolerate Negative Affect?". *Eating and Behaviour* 8 (2): 162-169.

12) Le due immagini sottostanti mostrano due cheeseburger: la prima immagine utilizza un'inquadratura più lontana, gli ingredienti presentano un aspetto più asciutto e strutturato, e il formaggio risulta abbastanza integro; mentre, nella seconda immagine viene utilizzata un'inquadratura più ravvicinata che fa emergere la succosità della carne, gli ingredienti risultano più schiacciati sull'hamburger e il formaggio è completamente fuso. Secondo te, quale tra le due inquadrature suscita maggiormente l'appetito e la golosità dei consumatori? (max 1 risposta)

80 risposte



- Prima immagine (Cit.: Melo I. (2024), <https://www.pexels.com/it-it/>)
- Seconda immagine (Cit.: The Good Burger (2022), <https://www.pexels.com/it-it/>)



Melo I. (2024), <https://www.pexels.com/it-it/>.



The Good Burger (2022), <https://www.pexels.com/it-it/>.

La domanda 12 mira a comprendere se le tecniche fotografiche impiegate nel *food porn*²⁷² influenzino i criteri di gradimento e di accettabilità di un prodotto da parte dei consumatori.

Si noti che la maggioranza del campione preso in considerazione ha ammesso che il secondo cheeseburger suscita maggiormente golosità e appetito: precisamente l'86,2% (69 persone) del campione ha votato la seconda immagine e solo il 13,8% (11 persone) ha indicato di preferire la prima immagine. Questo dato mostra come l'utilizzo di effetti di luce, giochi di forme e colori saturi, nonché l'uso di un'inquadratura ravvicinata, che fa emergere ogni singolo dettaglio dell'alimento (come, in questo caso, la succosità dell'hamburger, il grasso lucente della pancetta, il formaggio fuso che cola, ecc.), sia in grado di stimolare la salivazione e il desiderio nel consumatore. Inoltre, si noti come nella seconda immagine lo sfondo è completamente decontestualizzato: non è possibile comprendere se si tratti dell'ambiente di una cucina o di una sala e non vi è neanche un elemento che consenta di ricostruire una storia attorno alla produzione di questo panino. Nella prima immagine, invece, il panino è adagiato su un tagliere, che può lasciare intuire l'intenzione del locale di seguire uno stile più rustico. Vi sono poi delle mani a sorreggere il tagliere che rimandano a chi ha preparato il panino.

²⁷² Si veda il paragrafo 3.2.2.

È interessante osservare come buona parte del campione che ha indicato di aver sofferto o di soffrire di disturbi alimentari, e di aver manifestato una preoccupazione costante per la propria alimentazione, ha ammesso che il secondo panino – visibilmente più unto rispetto al primo – susciterebbe in loro una maggiore golosità e appetito. I dati sono una dimostrazione dell’ambivalenza a cui si è esposti nella società sul piano mediatico: da una parte, il cibo domina completamente i palinsesti televisivi, tra programmi a scopo divulgativo e programmi di intrattenimento, ed è presente in ogni galleria di Instagram, Facebook o TikTok, tra post di persone comuni, food blogger e aziende sponsorizzano i loro prodotti. Dall’altro lato, in opposizione, emerge la tendenza a seguire comunità che pubblicizzano percorsi di dimagrimento o ricette dietetiche senza l’utilizzo di zuccheri o grassi alimentari aggiunti. In questo contesto, il *food porn* e il cibo che viene esibito in funzione estetizzante diventano degli strumenti attraverso i quali è possibile deliziarsi con gli occhi.²⁷³ Oggi tendiamo dunque a cibarci di immagini goduriose, in modo analogo alle modalità di fruizione della pornografia.²⁷⁴ È proprio questo atteggiamento antitetico tra edonismo consumistico e ricerca di autocontrollo che sembrerebbe essere uno dei fattori scatenanti dei disturbi alimentari.²⁷⁵ L’individuo non assume cibo solo per soddisfare un bisogno fisiologico, ma necessita di assecondare anche dei bisogni edonistici.²⁷⁶ Per cui, nel corso di uno stile di vita fortemente restrittivo e intransigente, continuare a placare la propria voglia di un alimento appetitoso solo attraverso gli occhi potrebbe generare una tensione talmente elevata che sfocia, poi, nei fenomeni di abbuffate e nei disturbi alimentari.²⁷⁷

²⁷³ Stagi, *Food porn*.

²⁷⁴ Marrone, “Food Porn”; Coward, *Female Desire*.

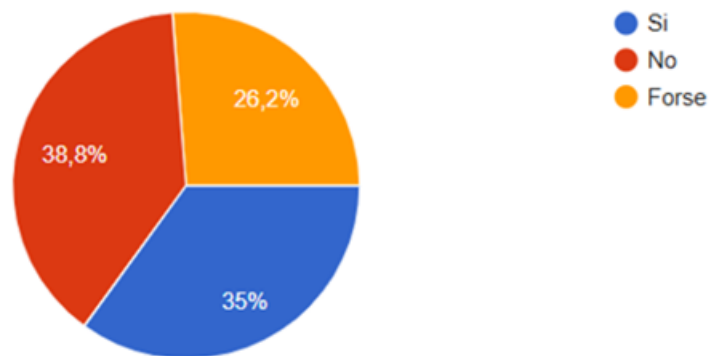
²⁷⁵ Uni3trieste, (2020). *Il food porn: il cibo da mangiare con gli occhi*, consultato il 06/02/2025 su <https://www.uni3trieste.it/wp-content/uploads/2020/04/FOOD-PORN.pdf>; Stagi, *Food porn*.

²⁷⁶ Si veda il paragrafo 1.2.2. Inoltre, si veda Niola, *Homo dieteticus*.

²⁷⁷ Si veda Versace et. al., “The reality of “food porn””; Seunga, Venus, “Interactive Effects of Instagram Foodies “; Lavis, “Food porn, pro-anorexia and the viscosity of virtual affect”.

13) Esistono diverse pubblicità di cibo che riecheggiano elementi legati al sesso. Pensa alla pubblicità sugli yogurt Müller e alla famosa frase "Fate l'amore con il sapore": ritieni che i riferimenti alla sfera sessuale nelle pubblicità di cibo attirino maggiormente la tua attenzione? (max 1 risposta)

80 risposte



La domanda 13 vuole valutare se i riferimenti alla sfera sessuale nelle pubblicità di cibo attirano maggiormente l'attenzione del pubblico.

Come si può osservare dall'aerogramma in questione, le opinioni sono piuttosto discordanti: il 35% (28 persone) ha indicato di "sì", il 38,8% (31 persone) ha risposto che i riferimenti sessuali nelle pubblicità di cibo potrebbero attirare la loro attenzione più facilmente, ma non sono in grado di affermarlo con certezza e il 26,2% (21 persone) hanno dato una risposta negativa.

Le allusioni alla sfera erotico-passionale hanno caratterizzato tutte le campagne pubblicitarie italiane della Müller dagli anni '90 fino ad oggi e si basano su un percorso di immagini afrodisiache. Tale percorso prosegue fino ad arrivare a un'acme del piacere visivo, che viene risolto con il noto slogan "fate l'amore con il sapore".²⁷⁸ In numerose pubblicità, che seguono questo stesso stile narrativo, l'attenzione dello spettatore viene distolta dal prodotto e si sposta sul messaggio che viene veicolato sul piano emotivo e sensoriale.²⁷⁹ L'obiettivo della moderna pubblicità non è soddisfare dei reali bisogni materiali, ma generare desideri (più che bisogni) e convincere il pubblico di avere necessità di tutti quegli oggetti di consumo che accomunano i consumatori abituali di quel prodotto (che sia un gelato, un superalcolico o uno snack confezionato).²⁸⁰ Uno dei mezzi più veloci per stimolare il

²⁷⁸ Garotti, Ricci, "Passione o leggerezza?".

²⁷⁹ Ibidem.

²⁸⁰ Marcuse, H. (ed. or.) (1964). *One-dimensional man. Studies in the ideology of advanced industrial society*, Les Editions de Minuit, Paris (trad. it. *L'uomo a una dimensione. L'ideologia della società industriale avanzata*, Einaudi, Torino, p. 29, 1967).

consumo di massa è la pervasività del sesso all'interno dei prodotti pubblicitari.²⁸¹ Ciò nonostante, come si è osservato dai dati raccolti, la reattività a questo genere di contenuti può essere molto individuale. Anche in questo caso, si può affermare che i risultati ottenuti dipendono principalmente dal campione preso in esame; per cui, è necessario valutare quali siano i fattori che influenzano il proprio atteggiamento di fronte a pubblicità come quella della Müller. Uno studio condotto presso la University of Alabama rispetto al tema del sesso nelle pubblicità²⁸² ha evidenziato come l'uso di messaggi a sfondo sessuale nelle inserzioni pubblicitarie abbia invaso un'ampia gamma di prodotti di marca: dai profumi ai vestiti, dagli alcolici ai prodotti di cibo, ecc. I ricercatori si sono soffermati su due punti in particolare: la capacità dei contenuti erotici di cogliere l'attenzione dello spettatore, distogliendolo dalle sue attività ordinarie; la reazione emotiva indotta e l'intenzionalità ad acquistare il prodotto. Dagli studi è emerso che vi sono almeno due variabili da considerare. Il primo tra tutti è il sesso e l'attrattività sessuale del rispondente: sembrerebbe che sia uomini che donne eterosessuali osservino più volentieri individui del sesso opposto nelle pubblicità²⁸³. Tuttavia, altri studi hanno evidenziato che, indipendentemente dall'attrattività sessuale, le donne si distraggono molto facilmente di fronte a un'immagine sessuale che riguarda un'altra donna rispetto a quanto questo accada negli uomini con individui del loro stesso sesso²⁸⁴. Un altro fattore in gioco è l'età: nei sondaggi gli adulti di età universitaria hanno manifestato un atteggiamento più aperto alla presenza di pubblicità a sfondo sessuale rispetto agli adulti di età più matura.²⁸⁵ Un sondaggio di mercato pubblicato ormai più di venti anni fa su *American Demographics* ha osservato che il 41% degli adulti più giovani si dimostrava più propenso ad acquistare articoli di vestiario se influenzati da elementi sessuali nelle pubblicità, contrariamente al 42% degli intervistati pensionati che hanno affermato addirittura di rimanere turbati di fronte a tali contenuti.²⁸⁶ Si precisa che la maggior parte degli studi presi in considerazione è concentrata su dei campioni di popolazione statunitense e sui contenuti promozionali dei media statunitensi; tuttavia, possono essere analizzati per comprendere come le variabili del sesso e dell'orientamento sessuale e alcuni fattori più demografici, come l'età, possono aver influito sulla discordanza delle risposte rispetto alla domanda in questione.

²⁸¹ Si veda Rossi, "Emozioni e retorica in vendita".

²⁸² Si veda Reichert, T. (2002). "Sex in Advertising Research: A Review of Content, Effects, and Functions of Sexual Information in Consumer Advertising". *Annual Review of Sex Research* 13 (1): 241-273.

²⁸³ Ibidem. L'autore cita Simpson, P. Horton, S., Brown, G. (1996). "Male nudity in advertisements: A modified replication and extension of gender and production effects". *Journal of the Academy of Marketing Sciences* 24: 257-262; LaTour, M. S., Henthorne, T. L. (1993). "Female nudity: Attitudes toward the ad and the brand, and the implications for advertising strategy". *Journal of Consumer Marketing* 10 (3): 25-32.

²⁸⁴ Ibidem. L'autore cita Dudley, S. C. (1999). "Consumer attitudes toward nudity in advertising". *Journal of Marketing Theory and Practice* 79 (4): 89-96.

²⁸⁵ Ibidem. L'autore cita Johnson, D. K., Satow, K. (1978). "Consumers' reactions to sex in TV commercials". In Hunt, H. K. (ed.), *Advances in consumer research* (Vol. V), Association for Consumer Research, Ann Arbor, pp. 411-414.

²⁸⁶ Fetto, J. (2001). "Where's the lovin'". *American Demographics* 23 (2): 10-11.

CONCLUSIONI

Questo lavoro si è aperto con l'intenzione di individuare i principali nessi relativi al rapporto tra il cibo e la dimensione sessuale con particolare riferimento all'ambivalenza tra il piacere e i divieti morali. Gli argomenti e gli studi che sono stati esposti a sostegno della tesi iniziale si sono rilevati sufficienti per definire le condizioni di ambiguità che si riscontrano in tale rapporto.

Il cibo e il sesso hanno in comune il fatto di essere delle componenti vitali per l'esistenza umana, data la loro essenzialità per la sopravvivenza dell'individuo stesso e della specie. Inoltre, l'esperienza del piacere e il soddisfacimento di bisogni non solo fisiologici, ma anche edonistici, sono fondamentali per condurre una vita serena ed è naturale che i desideri alimentari e carnali costituiscano una delle vie principali per ottenere tutto ciò. Tuttavia, è evidente che il comportamento alimentare e la sessualità sono le due dimensioni dell'esistenza umana che, più tra tutte, sono esposte a dei modelli culturali finalizzati a costruire l'immagine di un corpo disciplinato e coerente con quello che la società ritiene dignitoso e adatto alla morale pubblica.

L'indagine empirica che è stata condotta attraverso il questionario ha permesso di raccogliere dei risultati molto interessanti che confermano principalmente le riflessioni che sono state portate alla luce. Nello specifico, si è visto che buona parte del campione preso in esame aderisce ai modelli culturali imposti dalla società, che sanciscono quali condotte alimentari o sessuali sono adatte a un contesto pubblico e quali devono essere mantenute nascoste in un contesto più privato. I prodotti gastronomici consumati crudi non rappresentano un disgusto, se lavorati e processati dall'uomo, ma vedere le carcasse nude e crude degli animali al di fuori della macelleria può diventare una scena davvero ripugnante²⁸⁷. Allo stesso modo, il nudo è accettato e tollerato, ma solo in determinati contesti; se venisse mostrato in pubblico (nel contesto di una spiaggia, per esempio) diventerebbe motivo di imbarazzo²⁸⁸.

Tali modelli gettano luce su un sistema di idee e pratiche socialmente condivise, fondamentali per lo svolgimento di una vita comunitaria all'interno di un certo gruppo sociale (altrimenti ne rimarrebbero esclusi). La società cerca costantemente di trasmettere dei segni della propria presenza, in modo che l'individuo possa comprendere la realtà sociale che lo circonda e vivere armonicamente all'interno di essa. Tuttavia, sono stati evidenziati anche dei risvolti negati dietro alle discipline di restrizione e autocontrollo, che riguardano la stretta relazione tra i DCA e il food porn: dai risultati del questionario e dalle argomentazioni illustrate non è possibile interpretare l'ossessione per il food porn come una

²⁸⁷ Si rivedano i risultati del questionario delle domande 7, 8 e 9.

²⁸⁸ Si rivedano i risultati del questionario della domanda 6.

causa di tali disturbi, ma piuttosto come una conseguenza. Uno stile di vita basato costantemente su delle privazioni, insieme a pratiche compensatorie, non fa altro che alimentare una dinamica di fruizione di queste immagini afrodisiache e goduriose alla pari delle dinamiche di fruizione dei prodotti pornografici.

Alla luce di quanto detto fino ad ora, si ritiene che il lavoro in questione possa fornire almeno due spunti importanti di riflessione. Primo, le tematiche affrontate hanno suscitato l'interesse di diversi studiosi di filosofia, sociologia e comunicazione, e meriterebbero di essere approfondite maggiormente nel campo delle discipline antropologiche. Secondo, il Professionista esperto in Scienze e cultura della gastronomia, nel momento in cui si ritrova a mettere in atto degli interventi atti a valorizzare prodotti e servizi enogastronomici, deve essere a conoscenza di questi fenomeni di carattere sociale che influiscono sul comportamento alimentare, determinandolo e disciplinandolo.

BIBLIOGRAFIA

- Adorni, E., Ceccarelli, F. (2014). “Quando il cibo ha un’anima. Implicazioni antropologiche del mangiar animali”. In Massaro, A. (ed.), *L’anima del cibo. Percorsi fra emozioni e coscienza*, Aracne, Roma.
- Allolio-Näcke, L. (2019). *Clothing and Nudity from the Perspective of Anthropological Studies*. In Berner, C., Weingärtner, M., Schäfer, M., Schott, M., Schulz, S. (eds.), *Clothing and Nudity in the Hebrew Bible*, T&T Clark, Edinburgh.
- Allotta, A. (2019). *La cucina siciliana in 1000 ricette. Dalla pasta con le sarde alla cassata: i segreti di una tradizione culinaria ricca di sapori antichi*, Newton Compton Editori, Roma.
- Armstrong, E. A., England, P., & Fogarty, A. C. K. (2012). “Accounting for women’s orgasm and sexual enjoyment in college hookups and relationships”. *American Sociological Review* 77(3): 435-462.
- Armstrong, E. A., England, P., Fogarty, A. C. K. (2012). “Accounting for Women’s Orgasm and Sexual Enjoyment in College Hookups and Relationships”. *American Sociological Review* 77: 435-462.
- Asher, J. E., Lamb, J. A., Brocklebank, D., Cazier, J.B., Maestrini, E. L., Addis, Sen, M., Baron-Cohen, S., Monaco, A.P. (2009). “A Whole-Genome Scan and Fine-Mapping Linkage Study of Auditory-Visual Synesthesia Reveals Evidence of Linkage to Chromosomes 2q24, 5q33, 6p12, and 12p12”. *American Journal of Human Genetics* 84: 279-285.
- Baldassarre, A., Dragonieri, S., Macinagrossa, L., Longo, A., Gatti, M. F., Dambrosio, A., Caggiano, G., Vimercati, L., Musti, M. (2015). “Rischio biologico da Staphylococcus Aureus Meticillino-Resistente nella filiera delle carni”. *La medicina del lavoro* 106: 25-26.
- Barthes, R. (ed. or. 1957). *Mythologies*, Éditions du Seuil, Paris (trad. it. *Miti d’oggi*, Einaudi, Torino, 2016).
- Bauman, Z. (ed. or. 2001). *On Postmodern Uses of Sex*, (trad. it. *Gli usi postmoderni del sesso*, Il Mulino, Bologna, 2013).
- Becattini, C. (1981). “Il concetto di sublimazione è univoco? Analisi del concetto di sublimazione nel pensiero Freudiano”. *Teresianum* 32 (2): 201-261.
- Beidelman, T. O. (1974). “Sir Edward Evan Evans-Pritchard (1902-1973). An Appreciation”. *Anthropos* 69(3/4): 553–567.
- Benedict, R. (ed. or. 1946). *The Chrysanthemum and the Sword*, (trad. it. *Il crisantemo e la spada: modelli di cultura giapponese*, editori Laterza, Roma, 2009).

- Benton, S. (ed. or. 1998), (ed. 2003). “Founding father and earth mothers. Women’s place at the ‘birth’ of nations”. In Charles, N., Hintjens, H., *Gender, Ethnicity and Political Ideologies*, Routledge, London
- Bestor, T. C. (2000). “How Sushi Went Global”. *Foreign Policy* 121: 54-63.
- Bianchi, A., Di Giovanni, P. (2010). *Mente, comunicazione, lavoro. Temi di psicologia con elementi di statistica*, Paravia, Torino.
- Björkroth, J. (2005). “Microbiological ecology of marinated meat products”. *Meat Science* 70 (3): 477-480.
- Boccaccio, G. (ed. 2013). *Decameron*, BUR rizzoli classici, Milano, VIII, 3.
- Borkfelt, S. (2022). *Reading Slaughter. Abattoir Fictions, Space, and Empathy in Late Modernity*, Palgrave Macmillan, Cham.
- Bourdieu, P. (ed. or. 1979). *La distinction. Critique sociale du Jugement*, Minuit, Paris, (trad. it. *La distinzione. Critica sociale del gusto*, Il Mulino, Bologna, 2012).
- Bradbury, J. W., Davies, N. B. (1987), “Relative Roles of Intra- and Intersexual Selection”. In Bradbury, I. W. e Andersson, M. B. (eds.), *Sexual Selection: Testing the Alternatives*, John Wiley&Sons, Chichester, pp. 143-163.
- Brody, S. (2010). “The Relative Health Benefits of Different Sexual Activities”. *Journal of sexual medicine* 7: 1336-1361.
- Brown, J. D., Witherspoon, E. M. (2002). “The mass media and American adolescents health”. *J Adolesc Health* 31(6):153-170.
- Bruch, H. (1973). *Eating Disorders: Obesity, Anorexia Nervosa and the Person Within*, Basic Books, New York.
- Bruch, H. (1982). “Anorexia Nervosa: Theory and Therapy”. *The American Journal of Psychiatry* 139(12): 1531-1538.
- Bruhn, C. M., Cotter, A., Diaz-Knauf, K., Sutherlin, J., West, E., Wightman, N., Williamson, E. & Yaffee, M. (1992). “Consumer Attitudes and Market Potential for Dairy Products Utilizing Fat Substitutes”. *Journal of Dairy Science* 75(9): 2569 – 2577.
- Cabanac, M. (1971). “Physiological role of pleasure”. *Science* 173: 1103-1107.
- Canadian Paediatric Society (1999). “Children and the media”. *Paediatrics & Child Health* 4(5): 350–354.
- Cannon, W. G. (1932). *The Wisdom of the Body*, W. W. Norton & Company, Norton, New York.
- Carmody, R.N., Wrangham, R.W. (2009). “The energetic significance of cooking”. *Journal of Human Evolution* 57: 379-391.

- Chan, T. (2024). *Savoring stereotypes: exploring orientalized narratives through american reactions to east asian foods on youtube*. Master of Arts, Faculty of Purdue University.
- Cianci, R. and Gambrel, P. (2003). "Maslow's hierarchy of needs: Does it apply in a collectivist culture". *Journal of Applied Management and Entrepreneurship* 8(2): 143–161.
- Ciceri, M. R. (2013). *Motivazione*. In Ciceri, M. R., Amoretti, G. F., Feldman, R. S. (eds.), *Psicologia generale*, McGraw-Hill Education, Milano.
- Circolare 11 marzo 1992, n. 10 sulle direttive e raccomandazioni in merito alla presenza di larve di Anisakis nel pesce.*
- Ciullo, D. (2013). "Intelligenza e comportamento animale". *Rivista Italiana di Teosofia* 8-9: 23-28.
- Comis, G. (2017). "Meret Oppenheim Opere in dialogo da Max Ernst a Mona Hatoum". *MasiLugano*: 1-17.
- Cossu, T. (2017). *Discorsi sul puro e l'impuro: approcci antropologici per lo studio del mondo antico*. Atti del Convegno Internazionale di Studi in onore di Simonetta Angiolillo, Università di Cagliari, Dipartimento di Storia, Beni culturali e Territorio, Cagliari.
- Cover, R. (2003). "The Naked Subject: Nudity, Context and Sexualization in Contemporary Culture". *Body and Society* 9(3): 53-72.
- Coward, R. (1984). *Female Desire Women's sexuality today*, Paladin Press, Boulder.
- Daschner, A. (2016). "Risks and Possible Health Effects of Raw Fish Intake". In Raatz, S. K., Bibus, D. M. (eds.), *Fish and Fish Oil in Health and Disease Prevention*, Academic Press.
- De Saussure, F. (ed. or. 1916). *Cours de linguistique générale* (Vol. 1), (trad. it. Corso di linguistica generale, Laterza, Bari, 2009).
- Di Marino, B. (2013). *Hard media. La pornografia nelle arti visive, nel cinema e nel web*, Johan & Levi, Milano.
- Douglas, M. (ed. or. 1966), (ed. 2002). *Purity and Danger: An Analysis of Concepts of Pollution and Taboo*, Routledge Classics, New York.
- Dudley, S. C. (1999). "Consumer attitudes toward nudity in advertising". *Journal of Marketing Theory and Practice* 79 (4): 89-96.
- Durkheim, É. (1912). *Les formes élémentaires de la vie religieuse: Le système totémique en Australie*, Presses Universitaires de France, Paris.
- Elias, N. (ed. or. 1969). *Über den Prozess der Zivilisation. I. Wandlungen des Verhaltens in den weltlichen Oberschichten des Abendlandes; II. Wandlungen der Gesellschaft. Entwurf zu einer Theorie der Zivilisation*, Suhrkamp, Frankfurt, (trad. it. *Il processo di civilizzazione*, Il Mulino Bologna, 1982).

- Evans-Pritchard, E. (1965). *The position of women in primitive societies and other essays in social anthropology*, Faber and Faber, London.
- Fabietti, U. (ed. 2019). *Antropologia*, Einaudi (Scuola), Milano.
- Fairburn, C. G., Harrison, P. J. (2003). "Eating Disorders". *The lancet* 361: 407-416.
- Fetto, J. (2001). "Where's the lovin'?". *American Demographics* 23 (2): 10-11.
- Foucault, M., (1976). *La volontà de savoir. Histoire de la sexualité I*, Gallimard, Paris.
- Foucault, M., (1984). *Le Souci de soi, Histoire de la sexualité III*, Gallimard, Paris.
- Foucault, M., (1984). *L'usage des plaisirs. Histoire de la sexualité II*, Gallimard, Paris.
- Foucault, M., (2018). *Les aveux de la chair. Histoire de la sexualité IV*, ed. Gros F., Gallimard, Paris.
- Foucault, M., (ed. it. 2006). *Utopie ed eterotopie*, Cronopio, Napoli.
- Freud, S. (ed. or. 1908). *Die "kulturelle" Sexualmoral und die moderne Nervosität*, (trad. it. "La morale sessuale «civile» e il nervosismo moderno", in *Opere*, vol. V, Bollati Boringhieri, Torino, 1989).
- Freud, S. (ed. or. 1910). *Eine Kindheitserinnerung des Leonardo da Vinci*, (trad. it. "Un ricordo d'infanzia di Leonardo da Vinci", in *Opere*, vol. VI, Bollati Boringhieri, Torino, 1976).
- Freud, S. (ed. or. 1914). *Zur Einführung des Narzißmus*, (trad. it. "Introduzione al narcisismo", in *Opere*, vol. VII, Bollati Boringhieri, Torino, 1977).
- Freud, S. (ed. or. 1930). *Das Unbehagen in der Kultur*, (trad. it. *Il disagio della civiltà*, Feltrinelli, Milano, 2021).
- Freud, S. (ed. or. 1932). *Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse. Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse*, (trad. it. "Introduzione alla psicanalisi. Nuova serie di lezioni", in *Opere*, vol. XI, Bollati Boringhieri, Torino, 1979).
- Freud, S., (ed. or. 1905). *Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie*, (trad. it. "Tre saggi sulla teoria sessuale", in *Opere*, vol. IV, Bollati Boringhieri, Torino, pp. 488-489, 1977).
- Friedman, L. M., Grossman, J. L. (2016). "A Private Underworld: The Naked Body in Law and Society", *Buffalo Law Review* 61(1): 169-214.
- Gabrielli, F., Irtelli, F. (2022). "The Myth of the Perfect Body Image, Body Dysmorphic Disorder, and Bigorexia". In *Body Image and Eating Disorders, An Anthropological and Psychological Overview* Cambridge University Press, Cambridge, pp. 51-67.
- Galanti, K., Gluck, M. E., Geliebter, A. (2007). "Test Meal Intake in Obese Binge Eaters in Relation to Impulsivity and Compulsivity". *International Journal of Eating Disorders* 40(8): 727-732.
- Garotti, Ricci, F. (2013). "Passione o leggerezza? Un'analisi contrastiva di pubblicità italiane e tedesche". *L'analisi linguistica e letteraria XXI*: 5-18.

- Geertz, C. (ed. or. 1988). *Works and lives*, Stanford University Press, Stanford (trad. it. *Opere e vite. L'antropologo come autore*, il Mulino, Bologna, 1990).
- Geller, L. (1982). "The Failure of Self-Actualization Theory: A Critique of Carl Rogers and Abraham Maslow". *Journal of Humanistic Psychology* 22(2): 56-73.
- Geri, N. (A.A. 2011/2012). *How Sushi went popular in Italy: the role of producers and consumers*, Corso di laurea magistrale in Lingue e istituzioni economiche e giuridiche dell'Asia e dell'Africa mediterranea dell'Università di Ca' Foscari Venezia.
- Giacomel, S. (a. a. 2022/2023). *Cibarsi di immagini: il food porn e la comunicazione gastronomica su youtube italia*, Corso di Laurea triennale in Scienze e Cultura della Gastronomia, Università degli studi di Padova.
- Giannetti, C. (A.A. 2022-2023). *La Famiglia dei Tetraodontidi, la loro diffusione nel Mar Mediterraneo e la tetrodotossina*. Corso di laurea magistrale in Medicina Veterinaria dell'Università di Parma.
- Gluckman, M. (1956). *Custom and conflict in Africa*, Basil Blackwell, Oxford.
- Gluckman, M. (1963). "Papers in Honor of Melville J. Herskovits: Gossip and Scandal". *Current Anthropology* 4(3): 307.
- Gowlett, J. A. J., Wrangham, R. W. (2013). "Earliest fire in Africa: towards the convergence of archaeological evidence and the cooking hypothesis". *Azania: Archaeological Research in Africa* 48(1): 5-30.
- Grazioli, F. (2024), "Appetiti bestiali". In Sereni, D. (ed.), *L'integrale selvatico. Cibo e cultura* 9, Iperborea, Milano.
- Gremigni, P., Letizia L. (2011). *Il problema obesità. Manuale per tutti i professionisti della salute*. Maggioli Editore, Rimini.
- Grosz, E. (1994). *Volatile Bodies: Toward a Corporeal Feminism*. Allen and Unwin, St Leonards, NSW.
- Grosz, E. (1998). 'Naked', unpublished paper given at the Centre for Comparative Literature and Cultural Studies, Monash University, Melbourne, Australia.
- Haire, M., Ghiselli, E. E., & Porter, L. W. (1966). *Managerial thinking: An international study*, Wiley, New York.
- Hasan, M., Sohail, M. S. (2020). "The Influence of Social Media Marketing on Consumers' Purchase Decision: Investigating the Effects of Local and Nonlocal Brands". *Journal of International Consumer Marketing* 33(3): 350-367.

- Hedrick, A. V., Temeles, E. J. (1989). "The Evolution of Sexual Dimorphism in Animals: Hypotheses and Tests". *Tree* 4: 136-138.
- Heiter, C. (2007). *The sushi book*, ThingsAsian Pr, San Francisco.
- Hilbert, A. (2018). "Binge-Eating Disorder". *Psychiatric Clinics of North America* 42 (1): 33-43.
- Hofstede, G. (1984). "The cultural relativity of the quality of life concept". *Academy of Management Review* 9 (3): 389–398.
- Hong, Q. (2024). *"Don't Call Me Angel": The Construction of Female Representation from a Postfeminist Perspective. 2nd International Conference on Social Psychology and Humanity Studies*. Faculty of Arts, University of Melbourne, Victoria, Australia.
- Johnson, D. K., Satow, K. (1978). "Consumers' reactions to sex in TV commercials". In Hunt, H. K. (ed.), *Advances in consumer research* (Vol. V), *Association for Consumer Research*, Ann Arbor, pp. 411-414.
- Jullien, F. (2004). *Il nudo impossibile*, Luca Sossella editore, Bologna.
- Kabbani, R. (1986). *Europe's myths of Orient*, Macmillan, London.
- Kelly, A.M., Wall, M., Eisenberg, M.E., Story, M., Neumark-Sztainer, D. (2005). "Adolescent girls with high body satisfaction: who are they and what can they teach us?". *Journal of Adolescent Health* 37: 391-396.
- Klein, A. M. (1993). *Big little men: Bodybuilding subculture and gender construction*, State University of New York Press, Albany.
- Knauss, C., Paxton, S. J., Alsaker F. D. (2007). "Relationships amongst body dissatisfaction, internalisation of the media body ideal and perceived pressure from media in adolescent girls and boys". *Body Image* 4(4): 353-360.
- Köbbing, K.-P., (1984). "Absurdity and hidden truth: cunning intelligence and grotesque body images as manifestations of the trickster". *History of Religions* 24 (3): 191-214.
- Köbbing, K.-P., (1985), Baubo und Priapos. "Ethnographische Materialien zur mythischen und rituellen Symbolik der Geschlechterbeziehungen". In Muller, S. (ed.), *Graffiti*, Bielefeld.
- Koensler, A. e Meloni, P. (1997). *Antropologia dell'alimentazione, Produzione, consumo, movimenti sociali*, Carocci editore, Roma.
- Kohsaka, R. (2017). "The myth of washoku: a twisted discourse on the "uniqueness" of national food heritages". *Journal of Ethnic Foods* 4: 66-71.
- Köpping, K., P. (ed. or. 1997). "Oscenità". In Wulf, C. (ed.), *Vom Menschen. Handbuch Historische Anthropologie*, Verlag-Weinheim und Basel, Beltz, (trad. it. *Le idee dell'antropologia*, Pearson Paravia Bruno Mondadori, 2002).

- Laden, G., Wrangham, R.W. (2005). "The rise of the hominids as an adaptive shift in fallback foods: plant underground storage organs (USOs) and australopith origins". *Journal of Human Evolution* 49: 482-498.
- Langner, T. S. (2002). *Choices for living. Coping with fear of dying*, Kluwer Academic/Plenum Publishers, New York.
- LaTour, M. S., Henthorne, T. L. (1993). "Female nudity: Attitudes toward the ad and the brand, and the implications for advertising strategy". *Journal of Consumer Marketing* 10 (3): 25-32.
- Lavis, A. (2017). "Food porn, pro-anorexia and the viscosity of virtual affect: Exploring eating in cyberspace". *Geoforum* 84: 198-205.
- Le Breton, D. (2007). *Antropologia del corpo e modernità*, Giuffrè Editore, Milano.
- Le Goff, J., Truong, N. (ed. or. 2003). *Une histoire du corps au Moyen Âge*, Editions Liana Levi, Paris (trad. it. *Il corpo nel medioevo*, Economica Laterza, Roma-Bari, 2016).
- Lehel, J., Yaucat-Guendi, R., Darnay, L., Palotás, P., Laczay, P. (2020). "Possible food safety hazards of ready-to-eat raw fish containing product (sushi, sashimi)". *Critical Reviews in Food Science and Nutrition* 61: 867-888.
- Lequenne, F. (1973). *Il libro delle insalate. Tutte le insalate del mondo dal radicchio alla ruchetta, dalla pimpinella al raperonzolo e i modi di condire e presentarle a tavola*, Oscar Mondadori, Milano.
- Lévi-Strauss, C. (ed. or. 1958). *Antropologie structurale* (trad. it. *Antropologia Strutturale*, Il Saggiatore, Milano, 1980).
- Lévi-Strauss, C. (ed. or. 1964). *Le cru et le cuit*, Plon, Paris (trad. it. *Il crudo e il cotto*, il Saggiatore, Milano, 2008).
- Lévi-Strauss, C. (ed. or. 1968). *Mythologiques III. L'origine des manières de table*, (trad. it. *Le origini delle buone maniere a tavola*, Il Saggiatore, Milano, 2010).
- Lubas, B. (2020). *How to Photograph Food*, illex, London.
- Maraschi, A., Tasca, F. (2024). *Food, Heresies, and Magical Boundaries in the Middle Ages*, Amsterdam University Press, Amsterdam.
- Marcuse, H. (ed. or. 1964). *One-dimensional man. Studies in the ideology of advanced industrial society*, Les Editions de Minuit, Paris (trad. it. *L'uomo a una dimensione. L'ideologia della società industriale avanzata*, Einaudi, Torino, 1967).
- Mariani, Costantini, A., Cannella, C., Tomassi, G. (1999). *Fondamenti di nutrizione umana*, Il pensiero scientifico, Roma.
- Marrone G. (2015). "'Food Porn': l'esposizione del cibo". In Abruzzese A. e Massidda D. (eds.), *Expo 2015. Storie e immagini delle Grandi Esposizioni*, Utet, Torino.

- Maslow A. H. (1973). *Motivazione e personalità*. Armando Armando, Roma.
- Maslow, A. H. (1943). "A theory of human motivation". *Psychological Review* 50(4): 370–396.
- Mataragas, M., Skandamis, P. N., Drosinos E. H. (2008). "Risk profiles of pork and poultry meat and risk ratings of various pathogen/product combinations". *International Journal of Food Microbiology* 126: 1-12.
- Mcbride, A. E. (2010). "Food porn". *Gastronomica: the journal of food and culture* 10 (1): 38–46.
- Meglio, L. (2017). *Sociologia del cibo e dell'alimentazione*, FrancoAngeli, Milano.
- Mejova, Y., Haddadi, H., Abbar, S. (2016). "Fetishizing Food in Digital Age: #foodporn Around the World". *Proceedings of the International AAAI Conference on Web and Social Media* 10(1): 250-258.
- Mengotti, P., Foroni, F. (2015). "Il cibo tra desiderio e inibizione: processi cognitivi e correlati neurali". *Italian Journal of the Addictions* 17: 45-49.
- Meston C. M., Buss D. M. (2007), "Why Humans Have Sex". *Springer nature Link* 36: 477-507.
- Meston, C. M., & Buss, D. M. (2007). "Why humans have sex". *Archives of Sexual Behavior* 36(4): 477–507.
- Mills, J. S., Shannon, A., Hogue, J. (2017). "Beauty, Body Image, and the Media". In Levine, P. M. (ed.), *Perception of Beauty*, IntechOpen, London.
- Molinari, E., Castelnuovo, G. (2011). *Clinica Psicologica Dell'obesità: Esperienze Cliniche e di Ricerca*, Springer, Milano.
- Montanari, M. (1997). *La fame e l'abbondanza*, Editori Laterza, Bari-Roma.
- Montanari, M. (2006). *Il cibo come cultura*, Editori Laterza, Bari-Roma.
- Montanari, M. (2015). *Mangiare da cristiani: Diete, digiuni, banchetti. Storie di una cultura*, Rizzoli, Milano.
- Montanari, M. (ed. or. 2004), (ed. 2006). *Il cibo come cultura*, Bari-Roma, Economica Laterza.
- Morris, A. M., Katzman, D. K. (2003). "The impact of the media on eating disorders in children and adolescents". *Paediatrics Child Health* 8: 287-289.
- Neale, J., Hudson, L. D. (2020). "Anorexia nervosa in adolescents". *Br J Hosp Med (Lond)* 81(6):1-8.
- Neher, A. (1991). "Maslow's Theory of Motivation: A Critique". *Journal of Humanistic Psychology* 31(3): 89-112.
- Niessen, S. (2010). "Interpreting Civilization Through Dress". *Berg Encyclopedia of World Dress and Fashion* 8: 1-8.

- Nietzsche, F. (1989). <<L'altra Canzone del Ballo>>, in Id., *Così parlò Zarathustra*, parte III, 3, Melita editori, La spezia.
- Niland, J. (ed. or. 2019). *The whole fish cookbook: new ways to cook, eat and think*, Hardie Grant Books, Melbourne: (trad. it. *Il grande libro del pesce*, Giunti Editore, Firenze-Milano, 2020).
- Niola, M. (2025). *Homo dieteticus. Viaggio nelle tribù alimentari*, Il Mulino, Bologna.
- Norbert, E. & Hammer, H (ed. or. 1939). *Über den Prozeß der Zivilisation*, Suhrkamp, Frankfurt. (trad. en. *The Civilizing Process*, Blackwell, Oxford, 1994).
- Noriega, J. (2014). *Enigmi del piacere. Cibo, desiderio e sessualità*, EDB Edizioni Dehoniane Bologna, Bologna.
- Pachirat, T. (2011). *Every Twelve Seconds. Industrialized Slaughter and the Politics of Sight*, Yale University Press, Londra.
- Paz, O., & Lamberti, M. (1994). *La duplice fiamma: amore ed erotismo*, Garzanti GEMS, Milano.
- Pedersen, H. (2013). "Follow the Judas Sheep. Materializing Post-Qualitative Methodology in Zooethnographic Space". *International Journal of Qualitative Studies in Education* 26 (6): 717–731.
- Pelton, R. D. (1980). *The Trickster in west Africa*, University of California Press, Berkeley.
- Piasentier, E., Marangon, M., Morgante, M., Valusso, R., Volpelli, L. A., (2004). "Effect of ageing time on consumer-perceived quality of Italian Simmental beef". *Italian journal of animal science* 3: 259-266.
- Pieroni, A. (2006). *Leggere la fotografia. Osservazione e analisi delle immagini fotografiche*, EDUP, Roma, pp. 108-109.
- Pressacco, F. (2015). "Il crudo e il cotto: la cultura che dà da mangiare". In Bombi R. e Orioles V. (eds.), *Italiani nel mondo. Una Expo permanente della lingua e della cucina italiana*, Forum, Udine.
- Prezioso, G., Russo, C. (1999). "I processi coinvolti nell'intenerimento della carne durante la frollatura". *Ingegneria alimentare. Le conserve animali* 6: 16-19.
- Price, T.D. (1984). "The evolution of sexual size dimorphism in population of Darwin's finches". *Am. Nat.* 123: 500-5.
- Probyn E., (2000). *Carnal Appetites: FoodSexIdentities*, Routledge, London.
- Radin P., Jung, C., G., Kerenyi, K. (ed. or. 1956). *The Trickster*, London, (trad. it. *Il briccone divino*, Bompiani, Milano, 1965).
- Radin. P. (1973), *The Winnebago Tribe*, University of Nebraska Press, Nebraska.
- Regolamento (ce) n. 1924/2006 del parlamento europeo e del consiglio del 20 dicembre 2006.
- Regolamento (ce) n. 852/2004 del parlamento europeo e del consiglio del 29 aprile 2004 sull'igiene dei prodotti alimentari.

Regolamento (ce) n. 853/2004 del parlamento europeo e del consiglio del 29 aprile 2004 che stabilisce norme specifiche in materia di igiene per gli alimenti di origine animale.

Reichel-Dolmatoff, G. (1971). *Amazonian cosmos. The sexual and the religious symbolism of the Tukano Indians*, University of Chicago Press, Chicago.

Reichert, T. (2002). “Sex in Advertising Research: A Review of Content, Effects, and Functions of Sexual Information in Consumer Advertising”. *Annual Review of Sex Research* 13 (1): 241-273.

Riccò, D. (1999). *Sinestesie per il design: le interazioni sensoriali nell'epoca dei multimedia*, ETAS, Milano.

Roderick, J. (1975). “Japanese Actor Poisoned”. (ed. or.) *The Leader-Post*.

Rossi, F. (2009). “Emozioni e retorica in vendita: il linguaggio pubblicitario”. *XXI Secolo, Comunicare e rappresentare* 2: 407-416.

Sandrou, D. K., Arvanitoyannis, I. S. (2000). “Low-Fat/Calorie Foods: Current State and Perspectives”. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition* 40(5): 427–447.

Santinello, M, Rampado, N., Penasa, M., De Marchi, M. (2022). “Qualità della carne: nuove opportunità per la valutazione”. *Supplemento a Stalle da latte*: 18-26.

Sassaroli, S., Ruggiero, G. M. (2010). *I disturbi alimentari*, Editori Laterza, Bari, p. 85.

Schutz, A. (1974). *Saggi sociologici*, UTET, Torino.

Sereni, D. (2024). *L'integrale selvatico. Cibo e cultura* 9. Iperborea, Milano.

Seunga, Venus, J. (2018). “Interactive Effects of Instagram Foodies' Hashtagged #Foodporn and Peer Users' Eating Disorder on Eating Intention, Envy, Parasocial Interaction, and Online Friendship”. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* 21 (3): 157-167.

Shoda, H. (2019). *Washoku. L'arte della cucina giapponese. Tecniche e strumenti*, Giunti Editore, Firenze.

Sietsma, R. (1997). “Sashimi to die for”. *The Village Voice*: 46-47.

Simpson, P. Horton, S., Brown, G. (1996). “Male nudity in advertisements: A modified replication and extension of gender and production effects”. *Journal of the Academy of Marketing Sciences* 24: 257-262

Simula E. (A. A. 2022/2023), *Uno studio qualitativo sulla percezione dell'esperienza orgasmica in un campione di uomini e donne italiani: partner stabili versus partner occasionali. A qualitative study on the perception of the orgasmic experience in a sample of Italian men and women: Stable versus casual partners*, Corso di laurea Magistrale in Psicologia Cognitiva Applicata dell'Università degli Studi di Padova.

- Sinopoli, I., Damiani, V., Busoni, M. (2014). "Note di fisiologia dell'apparato digerente". In Viti, C. (ed.), *L'alimentazione clinica del paziente orl.* TorGraf, Lecce, pp. 15-26.
- Smith, D. (1999). "'The Civilizing Process' and 'The History of Sexuality': Comparing Norbert Elias and Michel Foucault". *Theory and Society* 28: 79-100.
- Smolina, T. L., Gromkiy, I. S. (2020). "The repression of sexuality and scapegoat theory: the experience of 'otherness'". *Coquocpepa* 1: 161-165.
- Stagi, L. (2016). *Food porn. L'ossessione del cibo in TV e nei social media*, Egea, Milano.
- Stasiak, P. (2014). "Il paradosso della cultura giovanile. Il consumo del corpo". *Acta Philologica*, 45: 126-133.
- Stokes, R., Frederick-Recascino, C. (2003). "Women's perceived body image: Relations with personal happiness". *J. Women Aging* 15: 17-29.
- Sturluson, S. (2016). *Edda*, Garzanti, Milano.
- Suvillivan, L., E. (1987). "Mesoamerican and south american tricksters". In Eliade, M. (ed.), *Enciclopedia delle religioni*, vol. 15, MacMillan, New York.
- Terracciano, B. (2019). "Il sovranismo è servito: la retorica salviniana del buono made in Italy". *E/C Serie Speciale* 27: 1-13.
- Ticconi C., Pietropolli A., Palattella A., Piccione E. (2006), "Fisiopatologia dell'orgasmo femminile". *Aggiornamento medico* 30: 339-343.
- Toates, F. (1986). *Motivational Systems*, Cambridge University Press, Cambridge.
- Toates, F. (1994). "Comparing motivational systems—An incentive motivation perspective". In C. R. Legg & D. A. Booth (eds.), *Appetite: Neural and behavioural bases*, Oxford University Press, pp. 305-332.
- Treasure, J., Zipfel, S., Micali, N., Wade, T., Stice, E., Claudino, A., Schmidt, U., Frank, G. K., Bulik, C. M., & Wentz, E. (2015). "Anorexia nervosa". *Nature Reviews Disease Primers* 1 (1): 15074.
- Turner, V. (ed. or. 1969). *The ritual process. Structure and antistructure*, Cornell University Press, New York, (trad. it. *Il processo rituale. Struttura e antistruttura*, Morcelliana, Brescia, 1972).
- Uchôa, F. N. M., Uchôa, N. M., da Costa Daniele, T. M., Lustosa, R. P., Garrido, N. D., Deana, N. F., Aranha, A. C. M. & Alves, N. (2019). "Influence of the Mass Media and Body Dissatisfaction on the Risk in Adolescents of Developing Eating Disorders". *International Journal of Environmental Research and Public Health* 16: 1508.
- Van den Berg, P., Paxton, S. J., Keery, H., Wall, M., Guo, J., Neumark-Sztainer, D. "Body dissatisfaction and body comparison with media images in males and females". *Body Image* 4: 257-268.

- Vangelova-Vlahova, D., Dragoev, S. (2014). "Marination: effect on meat safety and human health. A review". *Bulgarian Journal of Agricultural Science* 20 (3): 503-509.
- Venturini, R. (2012). "Modelli culturali e veicoli del senso". In Muzzetto, L. (ed.), *Quaderni di Teoria Sociale*, Morlacchi Editore, pp. 151-198.
- Versace, F., Frank, D. W., Stevens, E. M., Deweese, M. M., Guindani, M., Schembre, S. M. (2018). "The reality of "food porn": Larger brain responses to foodrelated cues than to erotic images predict cue-induced eating". *Psychophysiology* 56(4): 1-13.
- Vertinsky, P. (2007). "Making and marking gender: Bodybuilding and the medicalization of the body from one century's end to another". *Culture, Sport, Society* 2 (1): 1-24.
- Wade, T. D. (2019). "Recent Research on Bulimia Nervosa". *Psychiatric Clinics of North America* 42 (1): 21-33.
- Wahba, M. A., Bridwell, L. G. (1976). "Maslow reconsidered: A review of research on the need hierarchy theory". *Organizational behavior and human performance* 15(2): 212-240.
- Wellman, M. L. (2020). "What it means to be a bodybuilder: social media influencer labor and the construction of identity in the bodybuilding subculture". *The Communication Review* 23 (4): 273-289.
- Whiteside, U., Chen, E., Hunter, D., Lo, T., Larimer, M. (2007). "Difficulties Regulating Emotions: Do Binge Eaters Have Fewer Strategies to Modulate and Tolerate Negative Affect?". *Eating and Behaviour* 8 (2): 162-169.
- Wilfley, D. E., Friedman, M. A., Dounchis, J. Z., Stein, R. I., Welch, R. R., Ball, S. A. (2000). "Comorbid Psychopathology in Binge Eating Disorder: Relation to Eating Disorder Severity at Baseline and Following Treatment". *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 68 (4): 641-649.
- Wrangham, R.W., Conklin-Brittain (2003). "Cooking as a biological trait". *Comparative Biochemistry and Physiology Part A*, 136: 35-46.
- Zaloom, C. (2020). "Mary Douglas, Purity and Danger". *Public Culture* 32 (2): 415-422.
- Zhang, X., Zong, J., Chen, S., Li, M., Lu, Y., Wang, R., Xu, H. (2020). "Accumulation and Elimination of Tetrodotoxin in the Pufferfish *Takifugu obscurus* by Dietary Administration of the Wild Toxic Gastropod *Nassarius semiplicata*". *Toxins* 12(5): 278.

SITOGRAFIA

- Adnkronos (2022), “Food, in Italia tutti pazzi per sushi e poké”, consultato il 10/11/2024 su <https://www.utilitalia.it/notizia/37b6b4f1-26a9-46e0-a60c-b2bb0b1b12fe#:~:text=Il%20consumo%20di%20sushi%2C%20in.registrare%20un%20incremento%20del%2068%25>.
- Ajelli, C., La Spina, C., *Sinestesia*, consultato il 04/02/2025 su <https://www.stateofmind.it/sinestesia/>.
- Alarcon-Najarro, M. (2022). “‘Euphoria’s’ hypersexualization of Cassie Howard is problematic”, *Commonwealth Times*, Virginia Commonwealth University, Richmond, consultato il 06/01/2025 su <https://www.proquest.com/wire-feeds/euphoria-s-hypersexualization-cassie-howardis/docview/2624697530/se-2?accountid=9652>.
- Alarcon-Najarro, M. (2022). “‘Euphoria’s’ hypersexualization of Cassie Howard is problematic”, *Commonwealth Times*, Virginia Commonwealth University, Richmond, consultato il 06/01/2025 su <https://www.proquest.com/wire-feeds/euphoria-s-hypersexualization-cassie-howardis/docview/2624697530/se-2?accountid=9652>.
- ATS Brescia (2024). *La Rivoluzione Iper-Proteica: tra Tendenza e Salute*, consultato il 30/01/2025 su <https://www.ats-brescia.it/la-rivoluzione-iper-proteica-tra-tendenza-e-salute>.
- Barthes, R. (ed. or. 1957), (ed. 1970). *Mythologies*, Éditions du Seuil, Paris.
- Becchi, M. (2018). *Ristoranti su Facebook: come si comportano i locali italiani nel mondo del web*, consultato il 03/02/2025 su <https://www.gamberorosso.it/notizie/ristoranti-su-facebook-come-si-comportano-i-locali-italiani-nel-mondo-del-web/>.
- BhadDhad, <https://open.spotify.com/>.
- Bindel J. (2010). “I am about to eat sushi off a naked woman's body”. *The Guardian*, London, UK, consultato il 03/01/2025 su <https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2010/feb/12/nyotaimori-eating-sushi-naked-woman>.
- Bulian, G. (2024). “Il mito del ‘washoku’: le ambivalenze della cultura gastronomica giapponese”. *Georgofili INFO – Notiziario di informazione a cura dell’Accademia dei Georgofili*, pp. 1-7, consultato il 22/11/2024 su https://iris.unive.it/retrieve/ea30f572-a068-4e7f-abb0-4fd43816b8b7/Il%20mito%20del%20_washoku_%20le%20ambivalenze%20della%20cultura%20gastronomica%20giapponese%20-%20Accademia%20dei%20Georgofili.pdf.
- Cabanac M. (1971), “Physiological Role of Pleasure: A stimulus can feel pleasant or unpleasant depending upon its usefulness as determined by internal signals”. *Science* 173: pp. 1103-1107, consultato il 30/10/2024 su <https://www.science.org/doi/abs/10.1126/science.173.4002.1103>.

Cambridge University Press, *Frederick Toates*, consultato il 30/10/2024 su <https://www.cambridge.org/cn/universitypress/authors/209013>.

Carlucci, C. (2015). *Ideale corporeo in adolescenza: bellezza o salute? L'insoddisfazione corporea è altamente prevalente in adolescenza, anche a causa dell'influenza dei mass media rispetto agli ideali da raggiungere*, consultato il 13/03/2025 su <https://www.stateofmind.it/2015/03/immagine-corporea-adolescenza/>.

Carocci, A. (2006). *Douglas Mary*, consultato il 02/03/2025 su [https://www.treccani.it/enciclopedia/mary-douglas_\(Enciclopedia-Italiana\)/](https://www.treccani.it/enciclopedia/mary-douglas_(Enciclopedia-Italiana)/).

Carocci, A. (2007). “*Turner, Victor Witter*”, consultato il 10/01/2024 su [https://www.treccani.it/enciclopedia/victor-witter-turner_\(Enciclopedia-Italiana\)/](https://www.treccani.it/enciclopedia/victor-witter-turner_(Enciclopedia-Italiana)/).

Class Pubblicità (2022). *Ristoranti sui social media: cosa e come raccontarsi?*, consultato il 03/02/2025 su www.gamberorosso.it/native/ristoranti-sui-social-media-cosa-e-come-raccontarsi/.

Cockburn, A. (1977). *Gastro-Porn*, consultato il 02/02/2025 su <https://www.nybooks.com/articles/1977/12/08/gastro-porn/>.

Comunità Professionale Suinicola (2023). “*Consumo di carne suina in Europa nel 2023*”, consultato il 02/01/2025 su [https://www.3tre3.it/articoli/consumo-di-carne-suina-in-europa-nel-2023_15070/#:~:text=La%20quantit%C3%A0%20di%20carne%20\(escluso,equivalenti%20di%20c arcassa%20\(tec\).](https://www.3tre3.it/articoli/consumo-di-carne-suina-in-europa-nel-2023_15070/#:~:text=La%20quantit%C3%A0%20di%20carne%20(escluso,equivalenti%20di%20c arcassa%20(tec).)

Corno, D. (2011). *Sinestesia*, consultato il 04/02/2025 su [https://www.treccani.it/enciclopedia/sinestesia_\(Enciclopedia-dell'Italiano\)/](https://www.treccani.it/enciclopedia/sinestesia_(Enciclopedia-dell'Italiano)/).

Cosa mangiamo oggi?, “*A cena al ristorante Alchemist, 2 stelle Michelin, a Copenaghen* ★★” (2022), consultato il 01/02/2025 su <https://www.youtube.com/watch?v=PcOx0vOoU88&t=1959s>.

Cultural Heritage online, “*Satohama shell midden*”, Agency for Culural Affairs, consultato il 15/12/2024 su <https://bunka.nii.ac.jp/heritages/detail/209550>.

Dilorenzo A. (2024). *Cibo proteico: l'ossessione da 2 miliardi di euro del mondo ricco*, consultato il 30/01/2025 su <https://www.gamberorosso.it/notizie/cibo-proteico-ossessione/>.

Dottorini, D. (2003). *Barthes, Roland*, consultato il 02/02/2025 su [https://www.treccani.it/enciclopedia/roland-barthes_\(Enciclopedia-del-Cinema\)/](https://www.treccani.it/enciclopedia/roland-barthes_(Enciclopedia-del-Cinema)/).

Erdozain, N. (2024), <https://www.pexels.com/it-it/foto/deliziosi-panini-bao-con-guarnizioni-fresche-28460872/>.

Fabregas, H. (2022), <https://pixabay.com/it/photos/cheeseburger-bacon-maionese-cheddar-7580676/>.

Factoryjoe (2009), <https://commons.wikimedia.org/>.

Fazion, C. (2014). *Disturbi alimentari: l'esordio è sempre più precoce*, consultato il 27/01/2025 su <https://www.fondazioneveronesi.it/magazine/articoli/alimentazione/disturbi-alimentari-lesordio-e-sempre-piu-precoce#:~:text=I%20Disturbi%20del%20comportamento%20alimentare%20coinvolgono%20oltre%2055%20milioni%20di,ha%20avuto%20un%20ruolo%20importante.>

Gilbert Lewis, *Riti*, consultato il 21/10/2024 su [https://www.treccani.it/enciclopedia/riti_\(Enciclopedia-delle-scienze-sociali\)/](https://www.treccani.it/enciclopedia/riti_(Enciclopedia-delle-scienze-sociali)/).

Grant, T. (2024). *L'Express*, consultato il 02/02/2025 su <https://www.britannica.com/topic/LExpress>.

Il Sole 24 ORE (2023), “*Ue, scattato il via libera alla vendita della farina di grilli*”, consultato il 11/11/2024 su <https://www.ilsole24ore.com/art/ue-scattato-via-libera-vendita-farina-grilli-AETSMRZC>.

Istituto della Enciclopedia Italiana, *Barthes, Roland* consultato il 02/02/2025 su <https://www.treccani.it/enciclopedia/roland-barthes/>.

Istituto della Enciclopedia Italiana, *Dieta*, consultato il 28/10/2024 su <https://www.treccani.it/vocabolario/dieta1/>.

Istituto Superiore di Sanità, *Anoressia e Bulimia. Aspetti epidemiologici*, consultato il 27/01/2025 su <https://www.epicentro.iss.it/anoressia/epidemiologia>.

Kaminski P. (2006), <https://commons.wikimedia.org/>.

La Repubblica (2023), “*Golfo Aranci, nel buffet dell’hotel in offerta agli ospiti una ragazza ricoperta di cioccolato: bufera social*”, consultato il 10/01/2025 su https://www.repubblica.it/cronaca/2023/08/23/news/nel_buffet_di_un_hotel_in_sardegna_in_offert_a_gli_ospiti_una_ragazza_ricoperta_di_cioccolato_bufer_a_social-412031877/.

lilac Centro DCA, *Come riconoscere un disturbo alimentare*, consultato il 05/03/2025 su <https://www.centrolilac.it/blog/come-riconoscere-un-disturbo-alimentare/>.

Melo I. (2024), <https://www.pexels.com/it-it/>.

Montanari, M. *Il paese di Cuccagna*, Università di Scienze Gastronomiche di Pollenzo, 28 maggio, 2020, consultato il 20/12/2024 su <https://www.youtube.com/watch?v=l63VJEU3PzI>.

Niland, J. (2023), <https://www.instagram.com/mrniland?igsh=MXg0eW9lNG5scmFvdQ==>.

Niland, J. (2024), <https://www.instagram.com/mrniland?igsh=MXg0eW9lNG5scmFvdQ==>.

Niland, J. (2025), <https://www.instagram.com/mrniland?igsh=MXg0eW9lNG5scmFvdQ==>.

Pavesi Italia, “*Quando vuoi, quanti ne vuoi*” (2009), consultato il 13/03/2025 su https://www.youtube.com/watch?v=O_ioCINIwMI.

Personal Website of Lars Allolio- Näcke on ResearchGate, consultato il 28/02/2025 su <https://www.researchgate.net/profile/Lars-Allolio-Naecke>.

Pubblicità dell'olio SASSO degli anni 50', consultato il 01/03/2025 su <https://www.oliosasso.it/la-comunicazione/>.

Regolamento (ce) n. 1924/2006 del parlamento europeo e del consiglio del 20 dicembre 2006 relativo alle indicazioni nutrizionali e sulla salute fornite sui prodotti alimentari: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/it/txt/?uri=celex%3a32006r1924>.

Scita, F., Artoni, P. (2024). *I disturbi del comportamento alimentare*, consultato il 27/01/2025 su <https://www.ospedalemarialuigia.it/disturbi-comportamento-alimentare/cosa-sono-disturbi-alimentazione/>.

Sgambato, E., Soressi, M. (2024). *Cibi proteici e senza zucchero riempiono il carrello anche in tempi di inflazione*, consultato il 30/01/2025 su <https://www.ilsole24ore.com/art/cibi-proteici-e-senza-zucchero-riempiono-carrello-anche-tempi-inflazione-AFYoojMC>.

Soto E. (2011), https://www.flickr.com/photos/edith_soto/6139282682/in/photostream/.

Surianto J. (2021), <https://www.pexels.com/it-it/>.

Taglienti, M., *La comunicazione minimalista*, consultato il 03/02/2025 su <https://www.moniataglienti.it/>.

The Good Burger (2022), <https://www.pexels.com/it-it/>.

Uni3trieste, (2020). *Il food porn: il cibo da mangiare con gli occhi*, consultato il 06/02/2025 su <https://www.uni3trieste.it/wp-content/uploads/2020/04/FOOD-PORN.pdf>.

VHS Memories, “Spot crackers Pavesi 1996” (2022), consultato il 13/03/2025 su <https://www.youtube.com/watch?v=7vAwYR1aFPE>.