


# PNR

## PAGANINI NON RIPETE

### #LIFESCORE

Buona Domenica  Facciamo un **esercizio di logica** e allarghiamo l'uso del **Nutriscore** agli oggetti della nostra vita quotidiana. L'**obesità** infatti non è determinata dai nutrienti che ingeriamo ma da tanti altri fattori come DNA, metabolismo e stile di vita. Abbiamo così inventato il **Lifescore**, il Nutriscore delle cose che concorrono a condizionare il nostro stato di salute. Può funzionare?

Buona Settimana dal Poggio di Leo,  
**Paga**

---

**SAPPIAMO CHE** La Commissione Europea vorrebbe introdurre il **Nutriscore**, un sistema fronte pacco già usato in Francia (dove è stato inventato), per ridurre l'obesità e le patologie legate alla cattiva nutrizione. Per la Commissione è **uno strumento di politica pubblica**.

Eppure, **non ci sono evidenze scientifiche che ne dimostrino l'efficacia**. Dobbiamo piuttosto temere le conseguenze inintenzionali alla riformulazione delle ricette, all'uso di OGM, etc.

**OBSOLETO E PERICOLOSO** I pochi argomenti a favore dell'algoritmo del **Nutriscore** sono già stati smontati da molti scienziati.

Ho già **dimostrato che è un sistema che inibisce la libertà di scelta e il senso critico, umilia la diversità, e soprattutto è obsoleto**. L'evoluzione tecnologica (AI e IoT) e gli sviluppi della scienza ci consentono di personalizzare la nostra dieta e di evitare strumenti come il Nutriscore, i semafori o le stelline valutative.

I nostri ragionamenti però, non possono **convincere i sostenitori del Nutriscore**. Rifiutando il metodo scientifico e preferendogli l'ideologia non aperti a valutare (e confutare) altri argomenti e cambiare idea.

**Possiamo provare a provarli dimostrando l'incoerenza logica dei loro - deboli - argomenti.**

**ESERCIZIO LOGICO** Possiamo fare un **esercizio logico** - e divertente - che

dimostra l'inconsistenza del concetto stesso dei sistemi di valutazione fronte pacco come il Nutriscore.

Proviamo a pretendere che il Nutriscore sia uno strumento efficace che riesce a indirizzare le scelte dei consumatori verso prodotti salutari che limitano l'uso di grassi, sale, e zuccheri, a favore di fibre, proteine, vitamine, etc.. (Omettiamo di polemizzare sul fatto che grasso, sale e zucchero sono fondamentali in una dieta equilibrata).

- **EVVIVA** Il minor consumo di nutrienti insalubri e l'aumento di quelli salutari concorrerà a ridurre l'obesità.

**COSA SAPPIAMO** I nutrienti che ingeriamo non sono la causa dell'obesità. Il problema è la quantità di nutriente che assumiamo, che a sua volta è condizionata da altri fattori variabili variabili.

- Le cause dell'obesità sono infatti molteplici, per esempio lo stile di vita, il metabolismo, e il DNA.
- Ciascuno di noi ha uno stile di vita, un metabolismo e un DNA molto diversi.

È la meraviglia dell'umanità e delle specie viventi, ma anche di quelle inanimate.

- **IL PROBLEMA** non sono i nutrienti, non è la quantità di per se, ma **la quantità che assumiamo in relazione allo stile di vita, al metabolismo, al DNA, etc..**

**ALLORA...** Se - come abbiamo accettato di credere - l'algoritmo che regola il Nutriscore funziona con i nutrienti che assumiamo, **dovrebbe funzionare anche con gli altri fattori che concorrono a causare l'obesità.**

Dobbiamo per esempio, applicare l'algoritmo a tutte le attività e gli oggetti che definiscono il nostro stile di vita. Possiamo infatti, istruire l'algoritmo con un punteggio positivo o negativo per ciascun fattore che caratterizza attività e oggetti della nostra vita.

**ESERCIZIO INTERATTIVO** Ciascuno è libero di elencare gli oggetti in uso quotidiano che concorrono a comporre il proprio stile di vita. A ciascun oggetto possiamo applicare un criterio oggettivo di valutazione che ci consente di assegnare colori e lettere. +/- n. se quell'oggetto o attività concorre a impigrirci o attivarci facendoci consumare +/- calorie, per esempio.

- Essendo un esercizio ludico ciascuno può pensare liberamente al punteggio da assegnare a oggetti e attività: divani, sedie e scrivanie, scale, scale mobili e ascensori, auto, bici e bici elettriche, monopattini e scooter, dispositivi mobili, console di video giochi, video giochi più o meno interattivi, piattaforme di streaming, e così via.
- Ciascuno avrà assegnato un punteggio a ciascun oggetto. Se si associa n. a un colore (verde, arancione, rosso) e una lettera (A-E) abbiamo ottenuto il Lifescore.

**IL LIFESCORE** Abbiamo ottenuto un algoritmo che ci aiuta a misurare quanto gli oggetti della nostra vita sono salutari o meno.

- Sarebbe uno strumento di politica pubblica coerente con il Nutriscore.

**ANCHE IL LIFESCORE** come tutti i sistemi valutativi sarebbe un fallimento. Il problema non sono il divano, le scale o l'ascensore, i videogiochi o i dispositivi mobili, ma chi li usa e come. Così per l'obesità il problema non sono i nutrienti. Possiamo usare QUALSIASISCORE quanto vogliamo, ma il problema resta ciascuno di noi.

**PROVOCAZIONE** Questo esercizio molto goffo è una provocazione, ovviamente. Ma teniamo alta la guardia casomai qualcuno - dalle parti di Brussels e di Parigi - dovesse prenderla seriamente.

---

*Copyright © 2023 Pietro Paganini, All rights reserved.*