Introduzione

Guardare programmi di cucina
Post tratto dal blog Trappola per topi[1]*:*

Un'anoressica potrebbe guardare per ore programmi di cucina senza mai cucinare niente. Guardare programmi di cucina non è una cosa da malati, ma lo diventa nel contesto. Ci sono altri esempi: girare per i supermercati, spiare nei frigoriferi in casa di amici, leggere articoli sull'alimentazione biologica, cucinare cose che non si mangeranno mai…
C'è anche l'ED porn, porno dei disturbi alimentari, di cui fanno parte per esempio guardare i programmi sull'obesità (grassi contro magri in prima linea) o documentari sui disturbi alimentari, leggere blog sui disturbi alimentari, in generale fare qualsiasi cosa che riguardi i disturbi alimentari e che non sia strettamente abbuffarsi, vomitare o andare in palestra. E se ve lo state chiedendo, sì, leggere questo blog è considerato ED porn.
Quindi mi sono resa conto che io dedico ore all'ED porn. Ore e ore e giorni. E che qualsiasi persona che soffre di DCA lo fa. Chi soffre di DCA conosce ogni programma televisivo sull'alimentazione, ogni documentario, legge articoli su diete che non farà e cibi che non mangerà, è un esperto in cucina, conosce il sistema digerente meglio di tutto il resto della popolazione e nonostante questo continua ad auto-distruggerselo.
Risposta.
Mi alzo la mattina e penso a cosa dovrò/potrò mangiare.
Come bruciarlo.
Sempre, da 11 anni la stessa storia.
Tutti i giorni.
In salute e in malattia.
Persino in ospedale, in vacanza, in compagnia, al lavoro.
Me ne vergogno ma non riesco a smettere, quando ci provo i giorni successivi va peggio di prima.

Ovviamente food e ED porn sono roba mia.
Mentre faccio ginnastica leggo giornali di cucina.
Risposta
Pazzesco. L'ho letteralmente appena fatto: la cosa dei giornali di cucina in palestra, non mi era mai capitato ma per una serie di coincidenze (dette anche disturbi ossessivi-compulsivi) proprio oggi leggevo la ricetta del taboulé alle noci sull'ellittica. Non che lo cucinerò mai, io odio cucinare. Comunque.
Penso sempre che se non pensassi al cibo per tutto il tempo che penso al cibo avrei un sacco di tempo per pensare a delle cose interessanti. Penso che avrei fatto un sacco di cose nella vita.
Eccheccivuoifare

Nello scambio sopra riportato emergono alcune delle principali questioni che attraverseranno le riflessioni contenute in questo libro. La prima, più evidente e scontata, è che più si sta a dieta e più si pensa al cibo.

Negli ultimi anni, come mai è accaduto prima, la televisione presenta una ridondanza di trasmissioni di cucina, di ricette, di gare culinarie ma anche, e non di meno, di reality, con specifici format *lifestyle* e *makeover*, che si occupano della gestione del corpo e del grasso in eccesso, insomma di dieta.

Nell'attuale produzione televisiva, quindi, da un lato aumenta la costruzione di desiderio e di fantasie di consumo intorno al cibo, dall'altro continua a reiterarsi un discorso normativo sulla gestione del sé attraverso il controllo del corpo. Nella società occidentale contemporanea, dove la maggior parte delle persone è costantemente a dieta, si sta cioè diffondendo una vera e propria ossessione per la cucina, per gli stili alimentari, per le ricette, in generale per tutto ciò che ruota intorno al cibo.

In questo libro si vuole esplorare come nel contesto mediatico, e in particolare in quello televisivo, la polarità edonismo/autocontrollo legata ai consumi alimentari si declini in differenti formazioni discorsive e produca conseguenze sui soggetti e sulle loro pratiche.

Nel caso specifico del post sopra riportato, si tratta di uno scambio tra persone che soffrono di DCA (disturbi del comportamento alimentare); in aggiunta, va detto che *Trappola per topi* è un blog che riesce a conciliare autoriflessione, conoscenze scientifiche e informazioni sulla

produzione culturale intorno ai DCA (dalle più recenti ricerche, all'ultima serie tv) e chi lo frequenta, ma soprattutto chi lo gestisce, è particolarmente esperto di tali temi. Tuttavia, occorre ribadire – come già fatto in precedenti studi – che anoressia e bulimia rappresentano solo la punta dell'iceberg di disturbi alimentari non diagnosticati ma assai diffusi nella popolazione. Inoltre, già da tempo diversi autori[2] hanno spiegato come l'anoressia sia penetrata a fondo nell'attuale cultura occidentale, tanto da potersi definire "metafora di un'epoca"[3]; tale "anoressia discorsiva" produce a livello sociale gli stessi effetti che si manifestano nelle persone che soffrono di disturbi della condotta alimentare.

Come è stato dimostrato dall'esperimento denominato *Minnesota study*, di cui si tratterà specificamente nelle conclusioni, se sottoposti a un regime di anoressia, anche soggetti "normali" sviluppano gli stessi comportamenti che si riscontrano nelle persone che soffrono di disturbi del comportamento alimentare, in particolare il pensiero ossessivo intorno al cibo. Durante la restrizione dietetica prolungata, i partecipanti a questo esperimento dichiararono di aver spesso sognato di cucinare e di avere continuamente fantasticato intorno alla preparazione di piatti immaginari; in seguito, una volta concluso l'esperimento, in molti si misero a collezionare ricette, e tre di loro divennero cuochi affermati.

Qual è dunque il posto del *food porn* in una società neoliberale in cui la responsabilizzazione individuale ha prodotto il discorso sull'anoressia e in cui al venire meno del welfare state il corpo magro e la dieta diventano sinonimi di moralità e buona cittadinanza?

Il *food porn* è il piacere voyeristico del cibo, un edonismo mentale che si nutre del piacere dell'attesa piuttosto che dell'esperienza del godimento.

Il proliferare di format di cucina, di gare culinarie o di esperienze alimentari estreme è parte del *food porn*. Così come il successo di trasmissioni sulla preparazione di dolci ipercalorici – che attraverso il "cake design" diventano opere d'arte – è legato a un edonismo mentale ormai piegato sull'estetizzazione del piacere.

La diffusione del *food porn*, come si vedrà nel primo capitolo, è connessa alla *foodie culture*, una sottocultura che si costruisce intorno al gusto. Per i *foodies*, seguaci della *foodie culture*, lo stile alimentare è parte significativa della propria rappresentazione identitaria; attenti alle questioni etiche che ruotano intorno al cibo, questi nuovi gourmet hanno

come icone di riferimento esperti alimentari e chef stellati che seguono soprattutto nelle trasmissioni di cucina e nei *food blog.* A questi ultimi, la cui presenza sul web è, nel giro di poco tempo, cresciuta in modo esponenziale, è attribuita la diffusione della pratica di fotografare il cibo per condividerlo sui social network, un'altra deriva del *food porn*.

I *food blog* hanno anche influenzato il modo di costruire i programmi televisivi di cucina, sempre più affini alle pratiche del web soprattutto per quanto riguarda il coinvolgimento diretto del pubblico, principalmente nei format di *lifesytle television*, un tipo di trasmissioni basato sull'idea dell'esemplificazione dei corretti stili di vita. In realtà la funzione "educativa" dei programmi televisivi è rintracciabile fin dagli albori della storia televisiva, quando divenne importante costruire il desiderio di consumo, e di riconoscimento identitario attraverso esso. Le trasmissioni di cucina hanno pertanto svolto un ruolo importante nel percorso di ricostruzione dell'identità nazionale nel dopoguerra, attraverso la ricomposizione dell'idea di una cucina nazionale.

Nel secondo capitolo saranno quindi ripercorse le principali tappe che dalla televisione "*educational*" hanno condotto agli attuali programmi "*instructional*". Se le prime trasmissioni hanno avuto la funzione di saldare il sentimento nazionale, i più recenti format hanno la funzione di educare al corretto consumo alimentare. Nella modernità alimentare, caratterizzata da istanze fortemente contraddittorie – salutistiche, edonistiche, estetiche, identitarie – per il consumatore è senza dubbio fondamentale poter beneficiare di un sapere esperto che funga da guida nella complessità generata dalla società detta "gastroanomica", una società cioè dalle complesse, e a volte contrastanti, norme alimentari.

La sovrabbondanza di trasmissioni di cucina e di dieta nei palinsesti televisivi risponde quindi anche all'esigenza di orientare il consumatore alimentare che deve dimostrarsi competente e responsabile delle sue scelte. Tuttavia, i repertori discorsivi intorno al cibo possono svolgere (e nascondono) altre funzioni.

Per l'antropologa Mary Douglas, che si è accostata al processo di "decifrare un pasto" partendo dalla premessa che le categorie alimentari codificano, e quindi strutturano, gli avvenimenti sociali, mangiare è un'attività rituale e le categorie alimentari costituiscono un sistema di demarcazione sociale: la struttura prevedibile di ogni pasto crea una

disciplina che elimina la potenziale confusione. Il pasto è perciò un microcosmo di più ampie strutture sociali e definizioni di barriere: "se il cibo è trattato come un codice, il messaggio che esso mette in codice si troverà nello schema di rapporti sociali che vengono espressi. Il messaggio riguarda diversi gradi di gerarchia, inclusione ed esclusione, confini e transazioni attraverso i confini"[4].

Sul territorio simbolico del cibo perciò si rendono evidenti molte produzioni di alterità: culturali, geografiche, religiose, generazionali ed economiche. Attraverso differenti dispositivi, i discorsi mediatici intorno all'alimentazione riproducono questi e altri confinamenti, per esempio l'ordine sociale di genere.

Nel terzo capitolo si affronterà specificamente il rapporto tra genere e cibo, in particolare attraverso le prospettive analitiche nutrimento/piacere e pubblico/privato. La rappresentazione di genere nelle trasmissioni di cucina riproduce i modelli tradizionali: la donna, sempre ancorata alla sfera domestica e al ruolo di cura, è infatti cuoca e non chef. Per il genere femminile cucinare è un'attitudine, un dovere, non una professione e neppure un territorio di godimento. Semmai, un messaggio che continua a circolare è che la donna debba preparare ma non mangiare il cibo che cucina: le molte trasmissioni che si occupano di dieta e disturbi del comportamento alimentare hanno come protagoniste quasi esclusivamente donne. Continua cioè a reiterarsi l'idea che la dieta sia sinonimo di moralità perché riguarda la capacità di controllare altri "appetiti".

L'idea della dieta come capacità di autocontrollo e autosorveglianza è anche alla base dei format di *makeover television*. Per *makeover television* si intende quell'insieme di programmi in cui alcuni volontari del pubblico si sottopongono a un processo di trasformazione. Si tratta solitamente di programmi che mostrano il "risanamento" di persone che hanno perso il controllo di parti della loro vita – può trattarsi di abitazioni molto sporche o disordinate, o dell'accumulo compulsivo di oggetti o di animali, o, ancora, della gestione dei figli – e, attraverso l'aiuto di un sapere esperto, sono ricondotte alla normalità. Nei format di *makeover* che riguardano le persone sovrappeso, l'equazione "perdita di controllo = corpo strabordante" è molto chiara e definita. Il presupposto della *makeover television* è che nella società contemporanea il corpo magro non rappresenti solo la buona salute ma anche una serie di virtù

quali il controllo e la buona cittadinanza, che sono quegli imperativi morali di autosorveglianza e di responsabilità a cui i soggetti sovrappeso risultano essersi sottratti.

Nel quarto capitolo saranno perciò presi in considerazione alcuni dei principali format che riguardano la normalizzazione di corpi strabordanti. Attraverso un repertorio di pratiche di inferiorizzazione e medicalizzazione, negli show che riguardano il dimagrimento di persone sovrappeso, è messa in scena la colpevolizzazione dei soggetti obesi. L'obesità ne emerge come una forma di devianza sociale da cui il soggetto obeso è tenuto a emanciparsi attraverso la forza della volontà e l'ausilio di un sapere esperto che assume la funzione di imprenditore morale[5].

La parabola della sfida con se stessi, raccontata secondo archetipi fiabeschi di rivincita e autodeterminazione, è paradigmatica di una società neoliberale che considera i soggetti artefici ma soprattutto responsabili del proprio destino. Tale rappresentazione diventa particolarmente suggestiva ed efficace se i soggetti sottoposti all'azione normalizzatrice dei *makeover show* sono adolescenti. Il tema del "problema dell'adolescenza" che incrocia il discorso sull'"epidemia di obesità", risulta infatti un contesto particolarmente adatto per rintracciare le retoriche e le narrazioni che si articolano lungo l'asse consumo/controllo.

Il quinto capitolo si concentra pertanto su due particolari *makeover show* di dimagrimento rivolti agli adolescenti e alle loro famiglie: *Tesoro salviamo i ragazzi* e *Teenager in crisi di peso*. La rappresentazione del ripristino del controllo funzionale alla costruzione biografica, in questi casi, prende la valenza di un riscatto sociale che assume dimensioni salvifiche per il/la giovane partecipante ma anche per chi assiste alla sua vittoria.

L'impostazione del libro ha cercato di misurarsi con le questioni che emergono dal dibattitto intorno alla sociologia visuale e alla sociologia pubblica[6], in particolare per ciò che attiene alla spendibilità del sapere sociologico, tema caro al sociologo Pierre Bourdieu, per il quale il fine della sociologia dovrebbe essere quello di disvelare i meccanismi della dominazione e del potere, rendendosi comprensibile anche ai profani, senza per questo franare verso il senso comune che, al contrario, va messo in discussione e per certi versi combattuto.

L'intento perciò è stato quello di provare a utilizzare diverse strategie comunicative per rendere l'analisi sociologica più comprensibile anche a un pubblico di "non addetti ai lavori". La sfida non è semplice dal momento che, come detto, semplificare lo stile non significa rinunciare alla scientificità o all'utilizzo di concetti sociologici, da cui non si può prescindere.

Il lavoro sulla composizione dei testi, sulla grafica e sull'uso delle immagini risponde perciò all'esigenza di rendere più comprensibili le argomentazioni di carattere sociologico. Secondo questa logica, anche le note e i riferimenti bibliografici sono stati posti alla fine di ogni capitolo.

La struttura dei capitoli prevede che le parti più discorsive siano alternate ad altre più dense di riferimenti teorici e di concetti sociologici; ogni capitolo si conclude con un testo che, partendo da un esempio cinematografico, riassume in modo semplice e sintetico le principali riflessioni già affrontate, annunciando anche la continuità con gli argomenti che seguiranno. Sono poi presenti in ogni capitolo alcuni testi, isolati in box, che contengono approfondimenti su uno degli argomenti trattati, oppure brani antologici utili a esemplificare qualche passaggio, o ancora dati di contesto e, sempre sul modello dell'ipertesto, testimonianze tratte da siti internet.

Alcune delle idee alla base di questo lavoro sono nate nel 2012, quando la collega Elisa Giomi – che ringrazio per questa sollecitazione – mi ha invitato a scrivere un saggio su cibo e dieta in televisione per il volume collettaneo *Factual, reality, makeover. Lo spettacolo della trasformazione nella televisione contemporanea* (a cura di Veronica Innocenti e Marta Perrotta), un innovativo testo di cui verranno ripresi alcuni concetti e definizioni in diverse parti di questo libro. Da allora, grazie alle prime analisi effettuate, hanno cominciato a delinearsi alcune ipotesi interpretative, che sono state poi progressivamente sviluppate in tre lavori pubblicati come articoli scientifici[7].

La metodologia comune a tutti questi lavori è stata l'etnografia dei media[8] supportata dagli archivi televisivi reperibili su internet. L'osservazione sistematica della programmazione e dei palinsesti televisivi ha cioè portato a definire una serie di ipotesi che sono state sviluppate successivamente attraverso l'analisi del materiale televisivo registrato e archiviato su internet. I format o i programmi televisivi ritenuti rile-

vanti per le ipotesi delineate sono stati quindi oggetto di analisi approfondita ed estesa. Nello specifico, sono state visionate tutte le puntate dei format: *Il cibo ti fa bella*, *I menu di Benedetta*, *Cortesie per gli ospiti*, *Il boss delle torte*, *Tesoro salviamo i ragazzi*, *Teenager in crisi di peso*. Per tutte le altre trasmissioni citate si è proceduto operando un campionamento sistematico (a passo variabile, in relazione al materiale reperibile su internet) con una soglia minima di tre puntate per serie.

La decisione di sistematizzare tutto il materiale raccolto (e in parte pubblicato) sul rapporto tra cibo, dieta e televisione in un unico saggio di carattere più divulgativo, che utilizza molte immagini e altri accorgimenti grafici, deriva da un percorso portato avanti con i colleghi e le colleghe del Laboratorio di Sociologia Visuale dell'Università di Genova, che ci vede impegnati nel rendere le nostre ricerche fruibili anche al di fuori dei confini accademici, nella convinzione, appunto, che ciò sia parte dello statuto della sociologia. Il Laboratorio, peraltro, nasce nel contesto della sezione di Sociologia del DISFOR (Dipartimento di Scienze della Formazione dell'Università di Genova), un luogo particolarmente fecondo per il confronto, la sperimentazione sociologica e l'amicizia. Oltre a tutti i colleghi e tutte le colleghe, vorrei però ringraziare in modo particolare Luca Guzzetti che, pur trovandosi in un momento difficile, è stato, come è nel suo stile, disponibile all'ascolto e all'aiuto, oltreché fonte di preziosi suggerimenti.

Desidero poi ringraziare Mauro Palumbo che, nonostante i suoi numerosissimi impegni, è riuscito a trovare il tempo per leggere e discutere i miei testi.

Questo libro non sarebbe stato possibile senza il sostegno morale e materiale di Sebastiano Benasso e Sonia Startari, insostituibili compagni di lavoro, ma ancor più di vita.

Un ringraziamento speciale va a Paolo Ficai per aver condiviso ogni fase dell'ideazione del libro, per aver ascoltato pazientemente ogni idea o dubbio, per aver corretto meticolosamente ogni versione delle bozze e soprattutto per avermi regalato la serenità necessaria ad arrivare fino in fondo.

Ringrazio, infine, Rosalba Tubico, senza dubbio la mia più affezionata lettrice e sostenitrice, e Linda Barbieri che ha condiviso con me la visione della maggior parte dei programmi sul cibo e che per questo ora cucina i *cupcake* e utilizza la "pinza dello chef".

Questo libro è dedicato alla memoria di Massimiliano di Massa che mi ha aiutato a essere più consapevole dell'orgoglio di classe, dello sguardo di genere e del significato del cibo come dono.

Note

[1] https://trappolapertopi2.wordpress.com/2012/05/14/food-porn/.

[2] Giddens A. (1991), *Modernity and Self-Identity*, Polity, Cambridge e Turner B.S. (1996), *The Body and Society*, 2nd Edition, Sage, London.

[3] Tyler M., Wilkinson A. (2007), *The tyranny of corporate slenderness: 'corporate anorexia' as a metaphor for our age*, Work, «Employment and Society», vol. 21, n. 3, pp. 537-549.

[4] Douglas M. (1985), *Antropologia e simbolismo. Religione, cibo e denaro nella vita sociale*, Il Mulino, Bologna (ed. originale 1975), p. 165.

[5] Per Howard Becker gli imprenditori morali sono i soggetti che definiscono i confini della "società buona" creando nuovi frammenti della costituzione morale della società, del suo codice di giusto e sbagliato, producendo, conseguentemente, i gruppi di outsiders. Becker H.S. (1987), *Outsiders. Saggi di sociologia della devianza*, Ega, Torino (ed. originale 1963).

[6] Il dibattito intorno alla sociologia pubblica in Italia è stato animato negli ultimi anni da un saggio di Michael Burawoy (tradotto e pubblicato in italiano nel 2007 e reperibile online: Burawoy M. (2007), *Per una sociologia pubblica*, http://burawoy.berkeley.edu/PS/Translations/Italy/ASA.Italian.pdf), ma in realtà ha radici molto più lontane, che vanno rintracciate all'origine stessa della disciplina sociologica, come ricorda Annalisa Frisina nella prefazione intitolata *Esperienze di sociologia visuale come sport da combattimento* nel volume a cura di Stagi L., Queirolo Palmas L. (2015), *Fare sociologia visuale. Immagini, movimenti e suoni nell'etnografia*, http://www.professionaldreamers.net/_prowp/wp-content/uploads/Fare-sociologia-visuale.pdf, testo a cui si rimanda per un eventuale approfondimento sul rapporto tra sociologia visuale e sociologia pubblica.

[7] Stagi L. (2015), *Mise en scene du genre dans les émissions culinaires italiennes*, «Journal des Anthropologues», n. 140-141, pp. 73-92; (2014), *Lifestyle television and diet: body care as a duty*, «Italian Journal of Sociology of Education», vol. 6, n. 3, pp. 130-152; (2013), *You Are What You Eat. Television narratives between hedonism and self-control*, «Italian Sociological Review», vol. 3, n. 3, pp. 152-164.

[8] Boni F. (2004), *Etnografia dei media*, Laterza, Roma-Bari.