

# CANAPA, CAMBIAMENTO CLIMANTICO E SOSTENIBILITA'

È necessario pensare che il pianeta si sta surriscaldando, questo argomento è trattato dalla Convenzione quadro delle Nazioni Unite sui cambiamenti climatici e in questo articolo verrà trattato il legame con la canapa

---

*di Papa Valeria*



Molti studi dichiarano che nel 2050 sul pianeta Terra ci saranno quasi 10 miliardi di persone.

## **Questo cosa cambierà?**

- 1) Ci sarà più richiesta di cibo per la popolazione in crescita
- 2) Aumenteranno le **produzioni sostenibili** che possano arricchire il terreno
- 3) Si incrementeranno le coltivazioni che necessitano di sempre meno di pesticidi, erbicidi ecc.

La FAO, inoltre, segnala quanto sia necessario una migliore gestione dei terreni per "combattere" il cambiamento climatico, praticando soluzioni sostenibili per ridurre l'impatto e l'innalzamento delle temperature.

## Come può la nutrizione essere legata al cambiamento climatico?

“A causa del sistema produttivo industriale, le colture, dal dopoguerra a oggi, hanno perso il 25-70% delle loro sostanze nutritive. Gli alimenti di oggi forniscono dal 10 al 25% in meno di ferro, zinco, proteine, calcio, vitamina C e altre sostanze.” \*

Ciò significa che per **Produrre di più** si sta fornendo un cibo di una **qualità minore!**

Secondo gli esperti di nutrizione e sostenibilità della *Commissione Internazionale per il Futuro dell’Alimentazione e dell’Agricoltura* entro il 2050 si dovrebbe **raddoppiare** il consumo di:

- Vegetali (legumi, verdure, frutta)
- Semi (**canapa**, girasole, zucca, sesamo, lino)

ovvero tutti quegli alimenti che “arricchiscono il terreno” e ovviamente è necessario **ridurre**:

- ✚ Zuccheri
- ✚ Cereali raffinati
- ✚ Carne rossa e lavorata

poiché la raffinazione di zuccheri e cereali, così come gli allevamenti intensivi, produzione e trasporto non sostenibile inquinano, sfruttano e inaridiscono il terreno agricolo, le acque ecc.

Da qui è necessario ricordare che le scelte alimentari sono legate a stretto filo con l’impronta ecologica. Per cui per avere un’agricoltura più sostenibile dobbiamo scegliere prodotti sostenibili loro stessi, che arricchiscano il terreno e che non siano processati e raffinati.

“Esiste un legame molto stretto tra il suolo, le piante, il nostro intestino e il nostro cervello. Quando il suolo è sano, ricco di diversità di organismi viventi, è in grado di produrre tutto il nutrimento di cui hanno bisogno le piante consumate da animali e dagli esseri umani.” \*

## Quale coltivazione è sostenibile?

La coltivazione ha una funzione chiave nel ruolo nel ciclo del carbonio e dell'azoto contribuendo in modo significativo alla produzione di gas serra che innalzano la temperatura e causano cambiamenti climatici, più di qualsiasi altro settore.



Dallo studio di febbraio 2020 la sicurezza alimentare e la sostenibilità globali possono essere migliorate con una maggiore produzione e utilizzo di semi di canapa (*Cannabis sativa* L.). \*\*

Tale prodotto non solo fornisce **fonti salutari** di macronutrienti e micronutrienti ma anche una vasta gamma di **prodotti** derivati, come farina, olio.

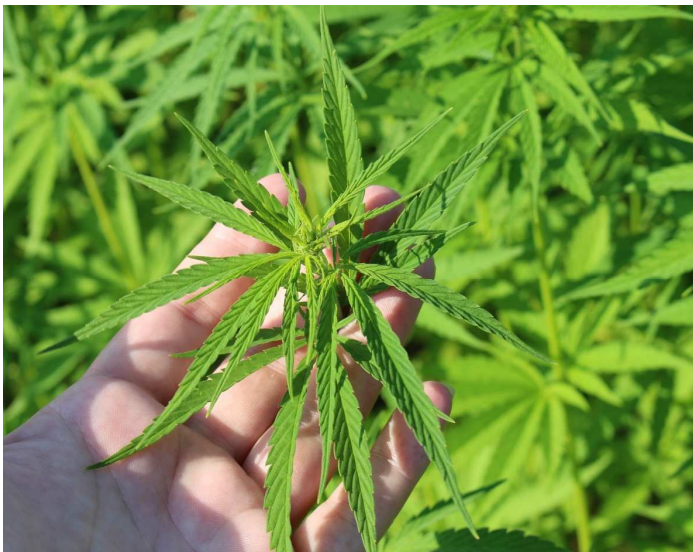
La canapa industriale, *Cannabis sativa* L. è una coltura **poliedrica** che viene sempre più considerata dagli agricoltori che cercano di **diversificare e ridurre la loro impronta ecologica**. \*\*

Un importante fattore che contribuisce alla sostenibilità della canapa è che la maggior parte delle parti della pianta possono essere utilizzate e l'innovazione sta contribuendo ad usi aggiuntivi della canapa per i biocarburanti, i tessuti ad alte prestazioni e gli insetticidi naturali. \*\*

È stato recentemente stimato che la produzione globale di canapa si incrementerà in tutto il mondo; l'interesse per questo prodotto alimentare ha portato a un numero crescente di coltivazione a basso contenuto di THC per applicazioni alimentari e in fibra.

## **Cosa offre la canapa più di altri?**

Rispetto ad altre colture la canapa è stata descritta come sostenibile perché è relativamente **resistente** agli stress biotici e abiotici, riducendo così gli input agronomici.



Un altro grande vantaggio è la **rapida crescita** delle piantine in modo tale da superare efficacemente le erbacce, è attaccata relativamente pochi parassiti e malattie.

È adatta a un'ampia varietà di tipi di terreno purché fertili con buon drenaggio e capacità di trattenere l'acqua, i quali vengono inoltre arricchiti.

Tutti questi punti a favore rendono la canapa maggiormente adatta alla **produzione biologica e sostenibile** rispetto a molte altre colture, poiché migliora il terreno, ha bisogno di pochi erbicidi, pesticidi e rientra nel gruppo di alimenti che la popolazione dovrebbe incrementare.

Fonti e riferimenti:

\* Il Manifesto Food for health pubblicato da Terra NuovaEdizioni e redatto con i contributi di alcuni dei maggiori esperti internazionali nei settori dell'alimentazione e della salute).

\*\* Consumer and health-related traits of seed from selected commercial and breeding lines of industrial hemp, Cannabis sativa L.

**Articolo a cura della dott.ssa Papa Valeria,**

Biologa Nutrizionista esperta in nutrizione e dietetica vegetariana e vegana, Master Internazionale in Nutrizione E Dietetica Vegetariana.

**TAG:** SOSTENIBILITÀ, ETICO, SOSTENIBILE, CLIMA, EFFETTO SERRA, BIOLOGICO, BIO, VEGAN, VEG, VEGETARIANO, NUTRIZIONE, ALIMENTAZIONE, CANAPA, SEMI, ALIMENTARE, OLIO, FARINA, SEMI, FRUTTA OLEOSA,