

Gaetano Gucciardo

# Come ci si sente, come ci si pensa

Una indagine sul benessere globale  
e il benessere locale

Prefazione di Fabio Lo Verde

Con contributi di Marco Ciziceno e Emanuele Plata



STUDI e RICERCHE

**Salute e Società – *Health & Society***

**FrancoAngeli** 

# Salute e Società – *Health & Society*

COLLANA DIRETTA DA / EDITOR **GUIDO GIARELLI**

La collana editoriale, attiva dal 2002, si propone di rappresentare un punto d'incontro di carattere interdisciplinare tra le scienze umane e sociali orientato a investigare il complesso nesso tra salute, malattia, medicina da una parte e società e cultura dall'altra secondo una pluralità di approcci epistemologici, teorici e metodologici. Essa accoglie sia testi di carattere manualistico, antologico, monografico di alta qualità e innovativi, sia i risultati di studi, ricerche e indagini di carattere qualitativo e/o quantitativo empiricamente fondati e orientati a contribuire al miglioramento della qualità dei servizi sanitari. Tutti i testi, in italiano o inglese, sono sottoposti a *peer review* in doppio cieco da parte di due *referee* anonimi esperti dello specifico tema trattato e possono essere pubblicati anche in e-book.

*The editorial series, active since 2002, aims to represent an interdisciplinary forum between the human and social sciences oriented at investigating the complex link between health, disease, medicine on one hand and society and culture on the other one according to a plurality of epistemological, theoretical and methodological approaches. It includes both high-quality and innovative texts of manual, anthological, monographic nature, and the results of studies, researches and surveys of a qualitative and / or quantitative nature that are empirically founded and aimed at contributing to the improvement of the quality of health services. All the texts, in Italian or English, are subjected to double-blind peer review by two anonymous referees who are experts in the specific topic dealt with and can also be published in e-books.*



## **COMITATO SCIENTIFICO / SCIENTIFIC BOARD**

Ellen Annandale (*University of York*)  
Rita Bichi (*Università Cattolica del Sacro Cuore, Milano*)  
Piet Bracke (*Universiteit Gent*)  
Hannah Bradby (*Uppsala Universitet*)  
Mario Cardano (*Università di Torino*)  
Cleto Corposanto (*Università Magna Græcia, Catanzaro*)  
Anna Rosa Favretto (*Università di Torino*)  
Boaventura de Sousa Santos (*Universidade de Coimbra*)  
Siegfried Geyer (*Medizinischen Hochschule Hannover*)  
David Hughes (*University of Swansea*)  
Enrique Perdiguero-Gil (*Universidad Miguel Hernández, Alicante*)  
Mike Saks (*University of Suffolk*)  
Graham Scambler (*University College London*)  
Alberto Scerbo (*Università Magna Græcia, Catanzaro*)  
Stefano Tomelleri (*Università di Bergamo*)  
Giovanna Vicarelli (*Università Politecnica delle Marche*)

## **COMITATO EDITORIALE / EDITORIAL BOARD**

Charlie Barnao (*Università Magna Græcia, Catanzaro*), Alessia Bertolazzi (*Università di Macerata*), Micol Bronzini (*Università Politecnica delle Marche*), Silvia Cervia (*Università di Pisa*), Carmine Clemente (*Università di Bari*), Maurizio Esposito (*Università di Cassino e del Lazio Meridionale*), Davide Galesi (*Università di Trento*), Angela Genova (*Università di Urbino Carlo Bo*), Linda Lombi (*Università Cattolica del Sacro Cuore, Milano*), Beba Molinari (*Università Magna Græcia, Catanzaro*), Umberto Pagano (*Università Magna Græcia, Catanzaro*), Alessandra Sannella (*Università di Cassino e del Lazio Meridionale*), Mauro Serapioni (*Universidade de Coimbra*), Eleonora Venneri (*Università Magna Græcia, Catanzaro*), Roberto Vignera (*Università di Catania*).

## **RESPONSABILI REDAZIONALI / EDITORIAL MANAGERS**

Marilin Mantineo, *m.mantineo@unicz.it*  
Anna Trapasso, *annatrapasso1@gmail.com*  
Sonia Chiaravalloti, *sonia.chiaravalloti@unicz.it*



Il presente volume è pubblicato in open access, ossia il file dell'intero lavoro è liberamente scaricabile dalla piattaforma **FrancoAngeli Open Access** (<http://bit.ly/francoangeli-oa>).

**FrancoAngeli Open Access** è la piattaforma per pubblicare articoli e monografie, rispettando gli standard etici e qualitativi e la messa a disposizione dei contenuti ad accesso aperto. Oltre a garantire il deposito nei maggiori archivi e repository internazionali OA, la sua integrazione con tutto il ricco catalogo di riviste e collane FrancoAngeli massimizza la visibilità, favorisce facilità di ricerca per l'utente e possibilità di impatto per l'autore.

Per saperne di più:

<https://www.francoangeli.it/autori/21>

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it) e iscriversi nella home page al servizio "Informatemi" per ricevere via e-mail le segnalazioni delle novità.

Gaetano Gucciardo

# Come ci si sente, come ci si pensa

Una indagine sul benessere globale  
e il benessere locale

Prefazione di Fabio Lo Verde

Con contributi di Marco Ciziceno e Emanuele Plata

**FrancoAngeli** 

Il volume è stato realizzato, in convenzione fra PLEF e il Polo territoriale universitario di Agrigento dell'Università di Palermo, con il finanziamento del gruppo CRAI – CRAI CODE' nell'ambito del premio nazionale Bezzo, istituito dall'Associazione Aregai, dall'Associazione AIQUAV e da PLEF, per la ristorazione equo-sostenibile vinto dal ristorante Ginger People & Food di Agrigento.

La cura redazionale ed editoriale del volume è stata realizzata da Marco Ciziceno

Progetto grafico di copertina di Elena Pellegrini

Copyright © 2022 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore ed è pubblicata in versione digitale con licenza *Creative Commons Attribuzione-Non Commerciale-Non opere derivate 4.0 Internazionale* (CC-BY-NC-ND 4.0)

*L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito*  
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.it>

# Indice

<b>Prefazione</b> , di <i>Fabio Massimo Lo Verde</i>	pag.	7
<b>Ringraziamenti</b>	»	11
<b>1. La problematica generale dello studio del benessere</b> di <i>Gaetano Gucciardo</i>	»	13
1. La felicità degli antichi, la felicità dei moderni	»	13
2. Le dimensioni del benessere	»	19
3. Cosa sappiamo di come funziona la felicità	»	24
4. Siamo soddisfatti quanto dovremmo?	»	30
5. Come si rileva il benessere soggettivo?	»	38
6. Come è distribuito nel mondo e in Italia?	»	42
7. I legami sociali e il benessere	»	45
<b>2. Il BES al livello comunale al servizio dei policy makers e delle comunità</b> di <i>Emanuele Plata</i>	»	54
1. L'origine del BES	»	54
2. Il significato del BES	»	56
3. Il valore del BES	»	57
4. Il posizionamento Strategico Sostenibile del Territorio prima e dopo il BES	»	58
5. Il BES nelle imprese e la convergenza dei posizionamenti tra imprese e territori	»	59
6 Il BES espressione del cambio di paradigma	»	61
<b>3. Qualità della vita, benessere e salute: significati e metafore conoscitive della vita</b> di <i>Marco Ciziceno</i>	»	63
1. Lo studio scientifico della Qualità della vita (QdV)	»	63
2. La nascita del concetto di Qualità della Vita e il movimento degli indicatori sociali	»	67

3. Qualità della vita, Benessere Soggettivo e Felicità: una necessaria distinzione	pag.	71
4. Qualità della vita e salute: il ruolo dell'alimentazione	»	74
5. Verso una definizione comune di Qualità della Vita	»	76
<b>4. Il benessere alimentare ad Agrigento: i risultati della ricerca di Gaetano Gucciardo</b>	»	79
1. Mangiare bene per stare bene	»	79
2. Benessere e alimentazione ad Agrigento	»	83
3. La dimensione cognitiva del benessere	»	84
4. I risultati della ricerca	»	86
5. La soddisfazione alimentare e le sue componenti	»	109
Conclusione	»	119
<b>Appendice metodologica: i numeri della ricerca</b>	»	121
<b>Riferimenti bibliografici</b>	»	123

# *Prefazione*

di *Fabio Massimo Lo Verde*<sup>1</sup>

La polisemia del termine “benessere” è evidenziata dalle incursioni nelle numerose e diverse discipline dalle quali viene trattato come *topic* di ricerca. Alle molte sfaccettature del significato che assume nelle diverse discipline, corrispondono infatti altrettante proprietà e suoi stati la cui variabilità è sovente oggetto di misurazione oltre che di classificazione. Comprendere cosa si intenda per benessere e, una volta definito, misurarne la presenza/assenza ovvero la sua variabilità in relazione a condizioni individuali e collettive, innanzi tutto, e soprattutto economiche, sociali, culturali, ambientali, è diventato oggetto di studio ormai da quasi mezzo secolo. Il “come misurarlo” sconta la difficoltà che presenta ogni oggetto di studio la cui valutazione e misurazione, oltre che presenza o assenza, è funzione del modo in cui viene percepito. Ma esiste invece anche una condivisione di valutazioni, da parte della comunità scientifica, rispetto ad alcune dimensioni del benessere, la cui presenza o assenza è certamente un indicatore diretto di questo stato.

Il volume di Gucciardo, risultato di una ricerca su benessere e alimentazione in una città media siciliana, costituisce un ulteriore approfondimento che muove da una sistematizzazione sia della letteratura – sistematizzazione alla quale contribuiscono l’intervento di Ciziceno e di Plata – sia del dibattito che attorno al tema del benessere individuale e collettivo si è sviluppato soprattutto da quando alcuni effetti determinati da shock esogeni – la pandemia, prima, e la crisi energetica ed economica connessa alla invasione dell’Ucraina da parte della Federazione Russa – hanno evidenziato che non basta essere “felici” individualmente per vivere in uno stato di benessere, ma che si vive in uno stato di benessere quando si è consapevoli che oltre a noi, tutto il contesto in cui viviamo vive in buone condizioni.

---

<sup>1</sup> Ordinario di Sociologia generale nel Dipartimento di Scienze economiche, aziendali e statistiche dell’Università di Palermo.

Il tema è associato inoltre ad una valutazione su una condizione, necessaria per quanto non sufficiente, senza la quale non possiamo parlare di benessere, né individuale né collettivo, ovvero la qualità della nostra alimentazione. L'Italia, come è noto, ha visto modificare gli stili alimentari nell'arco di un settantennio in maniera assai significativa. Utilizzando una periodizzazione nota in letteratura, possiamo dire che la transizione alimentare e nutrizionale italiana è stata scandita da momenti di "passaggio di epoche": dagli anni della scarsità agli anni dell'abbondanza, fino agli anni attuali, che addirittura sono caratterizzati dallo spreco alimentare. E attorno alla mutazione della quantità e qualità di risorse alimentari consumate da italiane e italiani, si è anche sviluppata una "filosofia dell'alimentazione" che, come è stato ricordato, ha di fatto visto convivere, soprattutto in questi ultimi anni, forme di "radicalismo" e "integralismo" alimentare a forme di "politeismo" disordinato della nutrizione. Ma nei consumi alimentari si sono mantenute quelle differenze che connotano i "tratti culturali" del consumo di un paese frammentato e spesso assai più segmentato nella realtà che non nei risultati che evidenziano le ricerche: *cleavages* nutrizionali sono ancora riscontrabili rispetto a più tradizionali *cleavages*: città/campagna, centro/periferia, metropoli/piccolo centro, ma anche culture del grasso e culture del saporito contrapposte a culture del magro e dell'insipido, come ci ha insegnato Bourdieu. E con queste, valutazioni che associano, all'una o all'altra, il significato di salutare o di insalubre.

Ne emerge una mappatura dell'Italia che oltre alle varietà regionali e sub-regionali delle cucine, degli stili di consumo alimentare legati alle differenti materie prime locali utilizzate e al modo di consumarle, vede avvicinarsi altri stili e altri clusters di materie prime e di modi di combinarle, nonché altri integralismi e politeismi che fanno del cibo e del modo di consumarlo una vera e propria "filosofia del benessere". L'alimentazione si unisce così, nell'immaginario italiano, alla salute più che alla semplice nutrizione; al benessere psicofisico che genera oltre che al bisogno; e al piacere, oltre che alla domanda di sazietà. E in questa polarità fra piacere del palato e tutela salutare va visto il modo in cui si delinea oggi il rapporto con il cibo che hanno gli italiani. Ciò che implica nuove strategie nel modo di procurarselo, da parte della domanda – sempre più "filiera corta", chilometro zero, bio, tradizione, genuinità, autenticità, ecc. per usare alcune *keywords* circolanti fra il ceto medio ecc., ma accanto a una domanda di prezzi bassi e garanzia di origine. E, da parte dell'offerta, la risposta a nuove emergenze: nuove strategie nel bilanciamento dei costi, nella organizzazione delle filiere standardizzate di tipo non solo nazionale, nella costruzione di una qualità che venga vista dal

consumatore come assicurata “nonostante” il processo di standardizzazione della produzione.

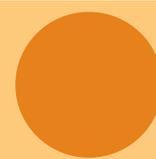
Appare sempre più chiaro, e il volume lo evidenzia soprattutto attraverso la ricerca empirica, come attorno all'alimentazione circoli una idea di benessere che, per gli analisti sociali, obbliga ad un ripensamento e una messa in discussione delle stesse categorie di analisi. Mangiare, come ha evidenziato Alan Warde, è una pratica che ne implica tante altre: dalla scelta dei luoghi in cui acquistare o consumare il pasto, al modo in cui lo prepariamo e lo cuciniamo, alla maniera in cui lo consumiamo, alle occasioni in cui lo facciamo e alle persone con cui lo facciamo. Anche nella nostra vita quotidiana, soprattutto in una regione, la Sicilia, e una provincia, quella di Agrigento, in cui l'alimentazione e il benessere vengono associati soprattutto quando si consumano i pasti “insieme”, in una socialità che intreccia al desiderio di “prendersi cura” e “avere attenzione” vissuta da chi prepara il pasto – non più soltanto madri, mogli, compagne, sorelle, ma ancora soprattutto, più che padri, mariti, compagni e fratelli – la riconoscenza e la reciprocità dei servizi di cura di altro tipo che è spesso intergenere e intergenerazionale. Il consumo del pasto continua ad essere una “sosta” – per citare il poeta Lucio Piccolo – a cui si rinuncia con difficoltà e con una nota di malinconia, se e quando succede. La “pratica” del mangiare – ancora per citare Warde – assume una connotazione del tutto differente rispetto al benessere individuale se si declina da soli o in compagnia. E, ancora oggi, soprattutto nell'immaginario siciliano, non c'è immagine più malinconico, di qualcuno che mangia da solo. Non di tristezza, ma di malinconia. Per qualcosa che manca. Anche davanti ad un buon piatto. Ovvero il poterlo condividere. Ciò che, certamente, genera benessere.

# Salute e Società – *Health & Society*

Le persone sanno se e quanto sono felici; riconoscono il loro livello di soddisfazione per la vita, sanno precisamente come si sentono. Se, però, ci chiediamo a cosa precisamente si riferiscono quando rispondono alle domande sul loro benessere, le cose diventano molto complicate; l'oggetto sembra perdere i propri contorni e, in più, per certi versi, sembra moltiplicarsi, non essere più una cosa riconducibile a unità. Si può essere soddisfatti se osserviamo noi stessi secondo una prospettiva ampia che guarda ai tempi di una vita ed essere molto meno soddisfatti se ci si osserva sul momento; si può fare un bilancio di quanto fatto e di quanto raggiunto oppure guardarsi dal punto di vista di come ci si sente emotivamente adesso. Come si fa a fare una sintesi? Cosa sappiamo di come funziona il benessere? Siamo soddisfatti quanto dovremmo? E come è distribuito? Stiamo meglio o stiamo peggio?

Il volume cerca le risposte a queste domande nelle ricerche, nella letteratura scientifica sul tema, nei dati mondiali disponibili e anche indagando le dimensioni del benessere in una realtà locale attraverso i risultati di una survey con la quale si è analizzato anche il funzionamento del benessere alimentare. E se sappiamo che le relazioni sociali sono fondamentali per il benessere, direttamente e indirettamente, scopriamo che lo sono anche per il benessere alimentare.

**Gaetano Gucciardo** è professore associato di Sociologia generale e di Metodologia della ricerca sociale nell'Università di Palermo ed è direttore del Laboratorio di ricerca sociale applicata – LAPP. Fra le sue pubblicazioni: *La legge e l'arbitrio*, 1999, *L'uguale e il diverso*, 2017.



STUDI e RICERCHE