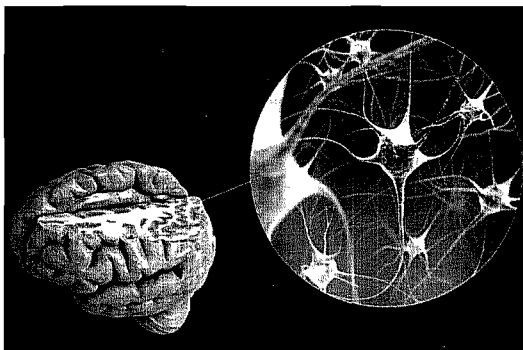


Evoluzione E il cibo cotto fece l'uomo

Perché il cervello dei nostri progenitori sviluppasse nuovi neuroni - e gli esseri umani ne posseggono tre volte in più rispetto a primati come gorilla e scimpanzé - cruciale sembra essere stato il passaggio a una dieta di cibi non più crudi ma cotti. A sostenerlo è lo studio sui "Pnas" di due neuroscienziate, Karina Fonseca-Azevedo e Suzana Herculano-Houzel dell'Istituto di Scienze biomediche dell'Università Federale di Rio de Janeiro, in Brasile. L'ipotesi che a far evolvere rapidamente il cervello dell'Homo erectus (che i reperti fossili datano a 1,7 milioni di anni fa) sarebbe stata la cottura di carne e radici di tuberi sul fuoco, era già stata avanzata alla fine degli anni '90 dal primatologo dell'Università di Harvard, Richard Wrangham: i cibi cotti avrebbero reso più efficiente la capacità dell'intestino di assorbire le calorie necessarie a nutrire il cervello favorendone lo sviluppo. Le due studiose, nella ricerca da loro condotta, hanno "contato" i neuroni presenti nel cervello di 13 specie di primati (e di oltre 30 specie di mammiferi). Concludendo che le dimensioni della massa cerebrale sono direttamente correlate al numero dei neuroni e che questi



ultimi, a loro volta, lo sono alla quantità di energia (o calorie) necessarie per nutrire il cervello. Questo spiegherebbe come mai lo sviluppo del cervello non sia nella specie umana proporzionale rispetto a quello del corpo: la massa corporea di gorilla e scimpanzé sovrasta di gran lunga quella degli uomini ma il loro cervello è molto più piccolo. Sarebbero stati i limiti metabolici di una dieta basata su cibi crudi a condizionare l'incremento dei loro neuroni e a fornire agli esseri umani un indubbio vantaggio. La possibilità di ricavare più calorie dagli alimenti consumati ha probabilmente consentito ai nostri antenati di ridurre il tempo dedicato alla ricerca di cibo, e di sviluppare maggiori capacità sociali e cognitive.

Gianna Milano