

*storica* **MENTE**  
LABORATORIO DI STORIA



ALMA MATER STUDIORUM  
Università di Bologna  
Dipartimento di Storia Culture Civiltà

BIBLIO  

---

TECA

VIELLA

**STORICAMENTE.ORG**  
**Laboratorio di Storia**

Daniele Ognibene  
*Steven Shapin, "Eating and Being"*  
© Daniele Ognibene  
Creative Commons BY-NC-ND 4.0  
International License 2004- 2025

Volume: 2025  
Issue: 21  
Article number: 5  
Section: Biblioteca  
Pages. 1-4  
DOI: 10.52056/9791257010393/29  
ISSN: 1825-411X  
Publisher: Viella

Double blind peer review: No  
Document type: Review  
Research Areas: History  
Published: 15/05/2026

Corresponding Address: Daniele Ognibene, Università di  
Bologna, Dipartimento di Storia Culture Civiltà, piazza  
San Giovanni in Monte 2, Bologna, Italy

# Steven Shapin, “Eating and Being”

DANIELE OGNIBENE  
Univ. di Bologna, Dip. di Storia Culture Civiltà  
daniele.ognibene2@unibo.it

Steven Shapin, *Eating and Being: A History of Ideas about Our Food and Ourselves*. Chicago: The University of Chicago Press, 2024. 560 pp.

Con *Eating and Being*, Steven Shapin offre un’analisi densa, sfaccettata e cronologicamente ampia della storia del rapporto tra cibo, sensi, corpo e identità. Il volume si presenta come un progetto ambizioso e di ampio respiro, che mira da un lato a ricostruire le trasformazioni del pensiero dietetico, mettendone al contempo in luce la stabilità nel corso del tempo e, dall’altro, non solo a descrivere e interpretare, ma anche, come scrive l’autore, “to evoke a sense of what people in the past might have felt like as they thought about their food and themselves” (p. 23). Questi obiettivi, esplicitati nell’introduzione, risultano pienamente conseguiti da Shapin, che, a fronte dell’ampio arco cronologico preso in esame – dal pensiero dietetico ippocratico-galenico fino alle scienze nutrizionali contemporanee – costruisce un percorso sapientemente ordinato, all’interno del quale dà vita a un’efficace continuità e a una ricca e puntuale orchestrazione di fonti – soprattutto trattati medici, filosofici, chimici, dietetici, ma anche testi letterari, teatrali e fonti visive – che creano un dialogo intenso tra epoche diverse.

In tal modo emerge con particolare chiarezza la persistenza, spesso sommersa, di temi e concetti che, in contesti storici differenti — anche apparentemente inconciliabili — tendono a riemergere, seppur articolati attraverso vocabolari e quadri epistemici diversi. In questa prospettiva si collocano le riflessioni dell’autore sulla ‘modernizzazione’ della dietetica a seguito delle teorie meccaniciste (cap. 6), svilup-

pate anche con l'intento di distaccarsi dalla teoria umorale, nonché sull'impatto, ancora più profondo, della chimica (cap. 7) nei linguaggi attraverso cui il cibo e la digestione venivano letti e interpretati. Più che una rottura netta, queste trasformazioni si configurano come una forma di *pastiche*, all'interno della quale è possibile cogliere la persistenza di elementi molto cari alla dietetica tradizionale quali la *moderazione*, la *prudenza* e la *conoscenza di sé*. Questi concetti continuano, al di là delle trasformazioni, a operare in forma latente, riemergendo in forme rielaborate all'interno dei nuovi linguaggi meccanicisti e, soprattutto, chimici.

La possibilità di mettere in luce con tale chiarezza gli elementi di stabilità all'interno dei processi di trasformazione del rapporto tra cibo, corpo e sensi dipende in larga misura dalla cura con cui Shapin costruisce la prima sezione del volume (capp. 1–5), dedicata a un'analisi sistematica dei fondamenti della dietetica tradizionale. A partire dalle basi teoriche – gli umori, le loro qualità e gli spiriti – fino alla disamina puntuale dei sei *non naturali* e dei diversi temperamenti, l'autore non si limita solo a illustrare in maniera certosina l'impianto concettuale, ma si premura anche di darvi vita, incarnando concretamente la dietetica tradizionale all'interno del composito tessuto sociale europeo tra Medioevo ed Età moderna. Attraverso un uso impeccabile delle fonti, l'autore riesce a evocare l'esperienza quotidiana delle persone riguardo al cibo, mettendo in luce come la teoria umorale fosse penetrata nei gangli della vita quotidiana, includendo trasversalmente non solo i ceti colti, i fisici e i medici, ma anche una larghissima parte della popolazione. I fondamenti della dietetica emergevano così come parte integrante di una cultura diffusa, trasmessa anche attraverso proverbi e tradizioni orali e accessibile ben oltre gli ambiti specialistici. Centrale, in questo quadro, era l'esperienza sensoriale: attraverso il gusto, l'odorato e il tatto si potevano percepire — e quindi comprendere — le qualità degli alimenti e dell'ambiente. La stessa digestione era concepita come un processo profondamente 'sensoriale', capace di fornire indizi sullo stato di salute attraverso le sensazioni corporee, le manifestazioni gassose e l'osservazione delle deiezioni. In questo senso, ciascun individuo poteva – o sarebbe dovuto – essere, almeno in parte, medico di sé stesso: la conoscenza di sé e del proprio temperamento costituiva una vera e propria 'carta d'identità', che orientava

le pratiche di cura e regolava i comportamenti. La teoria umorale definiva così l'individuo e contribuiva a strutturare le identità collettive, attribuendo al tempo stesso una responsabilità di autoregolazione fondata sulla temperanza, nella quale l'eccesso – tanto nella gola quanto nell'astinenza – assumeva una valenza negativa non solo medica, ma anche morale e civica.

Su questa solida base concettuale, Shapin riesce a costruire gli strumenti per impostare quel dialogo tra i contesti e le epoche diverse che attraversa l'intero volume, mettendo in relazione le «sommersioni» ed «emersioni» della dietetica tradizionale nel XVIII e XIX secolo, fino allo sviluppo delle scienze nutrizionali contemporanee, a cui è dedicato il denso capitolo finale (cap. 8). Queste ultime rappresentano una nuova fase, specialmente nella definizione dei costituenti nutritivi dei cibi: l'identificazione di proteine e carboidrati come rispettivamente 'mattoni' e carburante del corpo segna un passaggio importante, così come l'utilizzo di una nuova unità di misura – le *calorie* – e il crescente interesse per il calcolo dell'apporto energetico necessario per l'efficace funzionamento del corpo umano.

Anche in questa disamina, il capitolo finale entra in risonanza con quelli precedenti: l'immagine della digestione come processo di combustione per la creazione di energia richiama le analogie dello stomaco come «forno» e della digestione come «cottura»; allo stesso modo, l'interesse per la determinazione del fabbisogno calorico ottimale – in relazione alla produttività della classe lavoratrice e all'incremento dei profitti industriali – e la concezione del cibo come carburante necessario al funzionamento di macchine e locomotive rievocano l'associazione corpo-macchina formulata dagli iatromeccanici.

La continuità con cui questi temi sono trattati, così come la capacità evocativa e la dialettica tra trasformazioni, stabilità e omogeneità del pensiero dietetico, danno forma a una riflessione che mostra come, tanto nel passato quanto nel presente, il cibo costituisca una fonte privilegiata per interrogarsi su chi siamo e sul nostro posto nel mondo. Il libro di Shapin rappresenta il contributo di cui la storia dell'alimentazione — specialmente quella medievale, rinascimentale e della prima età moderna — oggi ha bisogno. Esso offre infatti una chiave interpretativa capace di aprire prospettive che diventano sempre più necessarie da indagare: l'attenzione alla dimensione sensoriale, alla

centralità dell'esperienza e alla diffusione trasversale dei saperi legati all'alimentazione. In questa direzione, tali prospettive consentono di rileggere, sotto una luce nuova, tanto fenomeni ancora poco esplorati quanto ambiti già ampiamente studiati.