LIFE Science Hub
JOURNAL OF SCIENCE
EXPANDING KNOWLEDGE ABOUT NUTRITION AND HEALTH

ORIGINAL RESEARCH
ISSN 2845-7269

La fame negli esseri umani: contesto evolutivo e implicazioni contemporanee - Revisione delle prove

Dott. A. Conte[1]

1 Biologo Nutrizionista, Italy

1. ABSTRACT

Lo studio analizzato è una rassegna storico-evolutiva che esamina il ruolo della fame nella storia umana. L'autore conclude che la scarsità alimentare è stata una forte pressione selettiva, ma sottolinea che le prove di un rapporto tra restrizione calorica e longevità nell'uomo restano deboli. Poiché è disponibile il solo abstract, il metodo di revisione, i criteri di selezione delle fonti e molti dettagli analitici non sono riportati nel materiale disponibile.Nel paragrafo di "La scelta di Vivere in Salute o in Malattia" del Dott. A. Colonnese e R. Panzironi, la pubblicazione contribuisce soprattutto al contesto evolutivo in cui i mutamenti nella disponibilità di cibo possono influenzare demografia e adattamenti umani. Studi archeologici indipendenti confermano che, in vari contesti neolitici, l'agricoltura si associò a cambiamenti rapidi della dieta, maggiore stabilità insediativa e iniziali crescite della popolazione. Tuttavia, non dimostrano che ogni società agricola abbia avuto una dieta inevitabilmente meno nutriente o minore biodiversità alimentare.

ONLINE ARTICLE

ARTICLE INFORMATION

Published: November 10, 2026
Updated: November 11, 2026

DOI 10.5281/zenodo.24140605

MISSION

LIFE Science Hub – Journal of Science nasce con l'obiettivo di rendere accessibile il sapere scientifico senza rinunciare a rigore metodologico, qualità delle fonti e autorevolezza dei contenuti. La rivista promuove la diffusione della conoscenza nelle scienze della salute, della nutrizione, della medicina e della longevità, creando un ponte tra il mondo della ricerca e la società.

Attraverso articoli, revisioni, approfondimenti e contributi di esperti, il Journal valorizza la medicina e la scienza basate sulle evidenze, favorendo una corretta interpretazione dei dati scientifici e contrastando la disinformazione. Ogni contenuto è sviluppato con l'obiettivo di tradurre la complessità della ricerca in informazioni comprensibili, utili e applicabili, mantenendo intatti i principi di accuratezza, trasparenza e indipendenza scientifica.

Libera da condizionamenti politici, industriali e commerciali, la rivista si propone come uno spazio editoriale autorevole e indipendente, dedicato alla promozione della cultura scientifica, dell'aggiornamento professionale e della crescita della consapevolezza sanitaria nella popolazione.

2. STUDIO ANALIZZATO

La domanda affrontata dalla pubblicazione è se la fame e la restrizione calorica abbiano avuto un ruolo nell'evoluzione umana e se possano aiutare a spiegare un'eventuale relazione tra minore disponibilità energetica e longevità. L'ipotesi discussa è che le ripetute esposizioni storiche alla carestia abbiano favorito adattamenti utili alla sopravvivenza quando il cibo era scarso.Per il paragrafo di "La scelta di Vivere in Salute o in Malattia" del Dott. A. Colonnese e R. Panzironi, il punto pertinente non è una dimostrazione diretta degli effetti dell'agricoltura sulla biodiversità o sulla sedentarietà. La pertinenza riguarda invece il quadro generale: la disponibilità di cibo, la fame e le strategie di risparmio energetico sono fattori che hanno inciso profondamente sulla storia biologica e demografica umana.Lo studio può quindi sostenere un passaggio evolutivo generale della narrazione, ma non può dimostrare che la coltivazione abbia causato, in tutte le popolazioni, un impoverimento nutrizionale della dieta oppure la sedentarietà. Questi aspetti richiedono evidenze archeologiche e antropologiche specifiche.

3. MATERIALI E METODI DELLO STUDIO ORIGINALE

La pubblicazione è presentata nell'abstract come una breve rassegna della documentazione storica sulla frequenza e sull'estensione delle carestie nella storia umana. Non è una sperimentazione clinica, non confronta gruppi di partecipanti e non riporta un intervento alimentare.Poiché il testo completo non è accessibile e il materiale disponibile consiste nel solo abstract, non sono riportati i criteri di inclusione delle fonti, il numero delle pubblicazioni esaminate, il periodo di ricerca, le banche dati consultate, una strategia di ricerca bibliografica, procedure di valutazione della qualità degli studi o analisi statistiche. Non sono inoltre riportati campione, gruppo di controllo, endpoint, follow-up o dati quantitativi comparativi.

4. RISULTATI

Il risultato principale è concettuale e storico-evolutivo: la fame viene descritta come una delle principali pressioni selettive sul genoma umano. In termini semplici, per molte generazioni la capacità di sopravvivere quando il cibo era insufficiente può avere favorito caratteristiche biologiche utili a risparmiare energia e a mantenere la riproduzione in condizioni difficili.L'abstract riporta che la componente genetica contribuirebbe approssimativamente per il 25% alla variabilità della longevità umana. L'autore ritiene però improbabile che geni capaci di prolungare direttamente la vita siano stati selezionati proprio per questo effetto; eventuali vantaggi sulla longevità potrebbero essere conseguenze non intenzionali di altri adattamenti. Questo valore non è accompagnato, nel materiale disponibile, da metodo di stima, intervallo di confidenza o popolazione di riferimento.La pubblicazione conclude inoltre che le prove di un effetto della restrizione calorica sulla longevità nell'uomo sono deboli. Non vengono riportati risultati sperimentali sull'agricoltura, misure di biodiversità della dieta, dati nutrizionali comparativi o stime dirette della sedentarietà. Perciò il segmento pertinente al libro è il collegamento generale tra pressione alimentare, adattamento e organizzazione delle popolazioni, non una dimostrazione completa della frase citata.

5. INTERPRETAZIONE

Il significato più accessibile dello studio è che la storia alimentare umana non è stata una storia di abbondanza costante. Periodi ricorrenti di scarsità possono avere influenzato la sopravvivenza e la riproduzione, lasciando tracce negli adattamenti biologici. Questa è una cornice evolutiva plausibile per comprendere perché grandi cambiamenti nei sistemi di approvvigionamento alimentare abbiano avuto conseguenze sociali e demografiche.La pubblicazione oggetto della Revisione delle prove non dimostra però una catena causale completa da agricoltura a riduzione della biodiversità alimentare, impoverimento nutrizionale, crescita demografica e sedentarietà. Documenta soprattutto il passaggio più generale scarsità alimentare pressione selettiva adattamenti di sopravvivenza. L'estensione di questo ragionamento alla transizione neolitica è un'interpretazione che deve essere valutata con studi indipendenti sui resti umani, sulle diete antiche e sulla demografia archeologica.

6. EVIDENZE INDIPENDENTI DI CONFERMA

Una revisione archeologica di Larsen ha esaminato le conseguenze del passaggio dalla raccolta e dalla caccia all'agricoltura in diverse popolazioni del periodo olocenico. L'autore descrive che, in molti contesti, la crescente dipendenza da piante coltivate si associò a una dieta meno varia, a minore accesso a carne e ad alcuni micronutrienti, oltre che a una maggiore stabilità degli insediamenti. Questa evidenza conferma il passaggio del libro che collega coltivazione sistematica, minore varietà alimentare e sedentarietà, pur trattandosi di una sintesi narrativa e non di una metanalisi quantitativa. Le conseguenze non furono identiche in ogni area geografica o in ogni periodo storico [1].Uno studio su resti umani della Gran Bretagna ha utilizzato isotopi stabili del carbonio nelle ossa, cioè tracce chimiche che aiutano a ricostruire la provenienza generale degli alimenti consumati. Gli autori hanno osservato, all'inizio del Neolitico, un passaggio rapido e completo da una dieta fortemente basata su risorse marine a una dieta principalmente terrestre, in coincidenza con la comparsa di piante e animali domesticati. Questo risultato conferma direttamente che l'introduzione dell'agricoltura poté modificare in modo marcato il repertorio alimentare; non dimostra da solo che la nuova dieta fosse necessariamente peggiore sotto ogni profilo nutrizionale [2].Per il segmento demografico, Shennan e colleghi hanno analizzato 13.658 datazioni al radiocarbonio provenienti da siti dell'Europa occidentale, usandole come indicatore indiretto della densità di popolazione nel tempo. In dieci delle dodici regioni esaminate, la comparsa locale dell'agricoltura fu seguita da una crescita significativa della popolazione rispetto al modello di riferimento. Il quadro non fu però di crescita continua: dopo i primi aumenti furono osservate oscillazioni e, in varie regioni, cali demografici. Lo studio conferma quindi l'associazione tra adozione dell'agricoltura e iniziali espansioni demografiche, ma invita a non descriverla come un processo uniforme o inevitabilmente stabile [3].

7. EVIDENZE DISCORDANTI

Non sono state individuate evidenze direttamente discordanti sufficientemente pertinenti; ciò non dimostra l'assenza di risultati contrari.Le evidenze disponibili richiedono comunque prudenza. Una dieta terrestre o più dipendente dalle colture non equivale automaticamente a una dieta di minore qualità in ogni popolazione. La varietà degli alimenti, la presenza di allevamento, pesca, raccolta di piante spontanee, condizioni climatiche e pratiche di conservazione potevano modificare sostanzialmente gli effetti della transizione agricola. Anche la sedentarietà non fu assoluta: molte comunità combinarono coltivazione, allevamento, caccia, pesca e mobilità stagionale. Infine, le ricostruzioni demografiche archeologiche sono basate su indicatori indiretti e descrivono soprattutto tendenze di popolazione, non conteggi censuari completi.

8. QUADRO COMPARATIVO E SINTESI DELLE EVIDENZE

La tabella distingue la pubblicazione oggetto della review dalle ricerche indipendenti utilizzate per verificare i singoli passaggi della narrazione del libro.

Quadro comparativo

Riferimento	Tipo di studio	Popolazione o modello	Risultato principale	Direzione dell'evidenza	Forza dell'evidenza
Studio originale	Rassegna storico-evolutiva	Storia evolutiva umana; nessun campione sperimentale riportato	La fame è descritta come importante pressione selettiva; prove deboli per restrizione calorica e longevità umana.	evidenza biologicamente coerente	preliminare
[1]	Revisione narrativa archeologica	Popolazioni umane dell'Olocene in diversi contesti archeologici	Il passaggio all'agricoltura è associato, in molti contesti, a dieta meno varia, minore mobilità e possibili svantaggi nutrizionali.	conferma indiretta	moderata
[2]	Studio osservazionale archeologico con isotopi stabili	Resti umani pre-neolitici e neolitici della Gran Bretagna	All'inizio del Neolitico si osserva un passaggio rapido da dieta marina a dieta terrestre.	conferma diretta	moderata
[3]	Studio osservazionale archeologico-demografico	13.658 datazioni al radiocarbonio in 12 regioni dell'Europa occidentale	L'arrivo dell'agricoltura è seguito da iniziali crescite demografiche in dieci regioni, con successivi andamenti instabili.	conferma diretta	moderata

9. SINTESI EDITORIALE E CONCLUSIONI

CONCLUSIONI

La pubblicazione analizzata sostiene in modo plausibile che fame e scarsità di cibo abbiano avuto rilevanza evolutiva nella storia umana, ma non fornisce dati diretti sulla transizione all'agricoltura. La narrazione del paragrafo è confermata indirettamente da evidenze archeologiche che mostrano cambiamenti dietetici, maggiore stabilità insediativa e iniziali aumenti demografici associati all'agricoltura. L'idea di un impoverimento nutrizionale universale richiede però una formulazione prudente, perché gli esiti variarono tra popolazioni, ambienti e strategie di sussistenza.

Aggiornato al 17/11/2026. Questo contenuto riflette una sintesi divulgativa delle evidenze scientifiche al momento della pubblicazione e non sostituisce il parere medico.

10. TRASPARENZA E RESPONSABILITÀ SCIENTIFICA

L'Intelligenza Artificiale è stata impiegata esclusivamente come strumento di supporto editoriale e documentale. Tutti i contenuti, le interpretazioni, le citazioni bibliografiche e le conclusioni sono stati verificati, revisionati e approvati

dall'autore, che ne assume la piena responsabilità scientifica.
Il manoscritto è stato inoltre sottoposto a revisione tra pari (peer review) indipendente prima della pubblicazione.
Per garantire la massima trasparenza, la cronologia completa dell'articolo, comprensiva delle date di sottomissione, revisione, accettazione e pubblicazione, nonché delle informazioni sul processo di peer review, è disponibile nella pagina dedicata alla Storia dell'articolo.

11. RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

[1] **The agricultural revolution as environmental catastrophe: Implications for health and lifestyle in the Holocene**
Larsen et al., 2006
Quaternary International
DOI: https://doi.org/10.1016/j.quaint.2006.01.004

[2] **Sharp shift in diet at onset of Neolithic**
Richards et al., 2003
Nature
DOI: https://doi.org/10.1038/425366a

[3] **Regional population collapse followed initial agriculture booms in mid-Holocene Europe**
Shennan et al., 2013
Nature Communications
DOI: https://doi.org/10.1038/ncomms3486