

{{message}}

{{ACCEPT_BUTTON_TEXT}}

{{INFO_BUTTON_TEXT}}

Italia a Tavola

Quotidiano di enogastronomia, turismo, ristorazione e ospitalità
Mercoledì 24 Gennaio 2018 | aggiornato alle 17:17 | 52330 articoli in archivio

PROFESSIONI ATTREZZATURE ALIMENTI OLIO VINO BIRRA BEVANDE SALUTE LOCALI EVENTI TURISMO MEDIA RICETTE LUXURY

LA SQUADRA NETWORK ABBONAMENTI CONTATTI **EURO-TOQUES** PARTNER CERCA PER CODICE O PAROLA CHIAVE



DÜSSELDORF, GERMANY
www.prowine.com

FOR TRADE VISITORS ONLY

HOME PROFESSIONI **CUOCHI**



di Emanuela Medi

I cuochi sono expert brains Più si allenano, più sviluppano abilità

Publicato il 24 Gennaio 2018 | 16:48

Con il libro "Come la passione del lavoro modella il cervello" edito **Franco Angeli**, Antonio Cerasa neuroscienziato che lavora presso Ibfm-Cnr, ha vinto l'edizione 2017 del Premio nazionale di divulgazione scientifica. Cosa hanno in comune un musicista, un architetto, un sommelier, un golfista, uno scalatore, un profumiere e un cuoco? Tutti sono expert brains: appartengono a quella categoria d'individui che, grazie a un allenamento estenuante, hanno sviluppato una particolare abilità tale che il cervello si è modellato di conseguenza. Antonio Cerasa non è nuovo a queste ricerche "cervellotiche" e ha già conosciuto la notorietà mediatica mondiale con uno studio sul cervello dei sommelier. Ora ad ampliare le sue ricerche sono tanti cervelli a partire da quello dei cuochi. Un libro, il suo, che qualsiasi cervello è in grado di leggere e capire e che si avvale di un interlocutore: uno studente un po' troppo curioso.

Libri medico- scientifici

Libri medico
scientifici dal
1948 al miglior
prezzo, scopri il
nostro sito

libreriauniverso.it





Il cuochi della **Federazione italiana cuochi** (badate, i cuochi sono coloro che dirigono un gruppo di cuochi in cucina) sono stati arruolati e non deve stupire il loro numero esiguo perché lo studio del cervello umano ha una grande affidabilità e attendibilità a livello statistico. Primo punto da capire: i cuochi hanno delle abilità particolari? Test neuropsicologici e risonanza magnetica hanno dimostrato che a livello di personalità tendono ad avere un grado più elevato di instabilità emotiva (livelli di ansia e impulsività più alti). Non solo, il loro cervello differisce da quello della popolazione perché hanno una maggiore densità di neuroni (le cellule del cervello) in tre particolari regioni: la corteccia somatosensoriale, il cervelletto anteriore e quello posteriore: alterazioni che si traducono in una maggiore super-abilità acquisita grazie all'allenamento.

Già abilità. Ma come fa un cuoco a tagliare velocemente le verdure senza guardare le mani e contemporaneamente parlare e dare ordini? Semplicemente perché i recettori che si trovano sotto la pelle delle mani inviano al cervello molte più informazioni rispetto una persona normale e questo è dovuto al fatto che i cuochi hanno allenato il cervello a lavorare molto con il tatto. Non solo quando un arto compie un atto motorio migliaia di volte quell'atto viene interiorizzato e si crea un modello interno che si sedimenta nel cervelletto. In altre parole il modello interno del "tagliare le verdure" si è stabilizzato nel cervelletto e questo ha causato l'aumento di densità neuronale visualizzato dalla risonanza magnetica.

Questa maggiore densità neuronale si traduce nei cuochi in una maggiore abilità motoria e velocità operativa, addirittura correlata con la grandezza della brigata. Insomma, per un cuoco "più persone sono abituate a essere coordinate nella mia cucina e più materia grigia possiedo". Quindi per avere il cervello più sviluppato il cuoco non solo deve saper fare il blind cutting ma deve saper coordinare una brigata e coordinare i movimenti.

A livello culturale il cervello del cuoco non è assolutamente diverso da quello di una persona normale se non per una piccola ma significativa differenza: la "Programmazione cognitiva". Il cervello del cuoco ha anche un'altra piccola cosetta: non solo una densità neuronale nella parte motoria anteriore ma anche cognitiva posteriore il che si traduce in una maggiore capacità di programmare, pianificare oltre a essere più veloci nell'immaginare. Insomma un expert brain.

