

Alimentazione consapevole: incontro con una specialista in nutrizione

Pubblicato: Venerdì 4 Ottobre 2019



Un incontro informativo dove sarà possibile interagire direttamente con la **dottoressa Marzia Sucameli, specialista in nutrizione** e responsabile dell'Ambulatorio per la cura dei Disturbi Alimentari di **Humanitas Mater Domini**.

Puntare alla 'verità scientifica', sarà questa la prerogativa dell'evento **"i falsi miti sull'alimentazione"**. Per aiutare a fare chiarezza in una divulgazione di notizie spesso falsa sul cibo e le sue proprietà, fare spazio al senso critico nell'ottica di **favorire un'alimentazione consapevole, priva di assolutismi e allarmismi**. Tra i temi della serata: la differenza tra intolleranze e allergie, i rischi dell'assunzione di prodotti senza lattosio e senza glutine per coloro che non hanno intolleranze, i falsi miti su alcuni cibi che aumentano il livello di colesterolo, e molto altro.

Come partecipare alla serata?

L'incontro, organizzato **mercoledì 29 ottobre alle 20.30 presso Palace Hotel Legnano** (Via per Castellanza, 41 – Legnano), è rivolto a tutti coloro che vogliono scoprire la verità sul mondo alimentare. **L'ingresso è libero e gratuito**, ma si richiede gentile conferma telefonando al n. 0331 476578 – 117 oppure scrivendo una mail a: laura.saccone@materdomini.it (numero posti disponibili: 60).

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it