

CORSO “ A TAVOLA IN SALUTE”
ANNO ACCADEMICO 2024-2025
Dott. Matteo Bronzini

- PERCHÉ' MANGIAMO? ANALISI DEL RAPPORTO CON IL CIBO.
- PIRAMIDE ALIMENTARE E LINEE GUIDA PER UNA SANA ALIMENTAZIONE.
- I GRASSI ALIMENTARI, QUALI BUONI E QUALI MENO BUONI.
- ALIMENTI PROTEICI, QUALI E QUANTI.
- I COLORI NELLA FRUTTA E VERDURA. QUALE SIGNIFICATO.
- L'IMPORTANZA DELLA FIBRA ALIMENTARE.
- ZUCCHERI AGGIUNTI, QUANTI AL GIORNO?
- I DOLCIFICANTI, BENE O MALE?
- LA COTTURA DEGLI ALIMENTI.
- GLI INTEGRATORI ALIMENTARI, SONO UTILI?
- BRAIN FOOD: LA NUTRIZIONE PER IL CERVELLO.
- ESIGENZE NUTRIZIONALI NELLA TERZA ETA'.
- I BENEFICI DELLA CORRETTA NUTRIZIONE NELLA SINDROME METABOLICA.
- ALIMENTAZIONE E TUMORI: IL CIBO NELLA PREVENZIONE E DURANTE LE CURA DI PATOLOGIE ONCOLOGICHE.