

Il ruolo dell'alimentazione nella prevenzione e cura delle malattie cronico degenerative

Pubblicato: Mercoledì 19 Ottobre 2016

DEGENERATIVE



VENERDI' 25 NOVEMBRE - ORE 21
Presso Aula Magna, Scuola Secondaria di Primo Grado "N. Sauro" Via Baracca,1 - Malnate.

Scegliere un cibo sano non è solo questione di grassi e calorie: è ormai certo che l'alimentazione è legata alla nostra salute e che almeno un terzo dei casi di tumore e numerose altre malattie cronico degenerative potrebbero essere evitate se solo mangiassimo correttamente. Ma in che modo il cibo che mangiamo interagisce col nostro organismo e aumenta o riduce il rischio di ammalarsi? Grazie a studi condotti in tutto il mondo il World Cancer Research Fund (WCRF) ha individuato alcuni meccanismi che governano il rapporto tra il cibo e la malattia. Conoscerli significa poter intervenire su di essi scegliendo gli alimenti più corretti. A partire dagli anni '70 ricerche epidemiologiche, che hanno coinvolto centinaia di migliaia di persone e studiato decine di migliaia di casi di tumore, di infarto, di diabete, hanno confermato, al di là di ogni ragionevole dubbio, che la trasformazione del cibo che ha accompagnato la rivoluzione industriale della produzione e della distribuzione alimentare, ha avuto un ruolo importante nella genesi delle malattie croniche che caratterizzano il mondo moderno.

Scegliere un cibo sano non è solo questione di grassi e calorie: è ormai certo che l'alimentazione è legata alla nostra salute e che almeno un terzo dei casi di tumore e numerose altre malattie cronico degenerative potrebbero essere evitate, se solo mangiassimo correttamente. Ma in che modo il cibo che mangiamo interagisce col nostro organismo e aumenta o riduce il rischio di ammalarsi? Grazie a studi condotti in tutto il mondo il World Cancer Research Fund (WCRF) ha individuato alcuni meccanismi che governano il rapporto tra il cibo e la malattia. Conoscerli significa poter intervenire su di essi scegliendo gli alimenti più corretti. A partire dagli anni '70 ricerche epidemiologiche, che hanno coinvolto centinaia di migliaia di persone e studiato decine di migliaia di casi di tumore, di infarto, di diabete, hanno confermato, al di là di ogni ragionevole dubbio, che la trasformazione del cibo che ha accompagnato la rivoluzione industriale della produzione e della distribuzione alimentare, ha avuto un ruolo importante nella genesi delle malattie croniche che caratterizzano il mondo moderno.

Nel corso della serata si esporranno, in modo semplice e facilmente accessibile, i risultati di numerosi studi sull'argomento, dando un taglio, per quanto possibile pratico, alla serata.

Relatore:

Dr. Alessandro Scorba, Medico Chirurgo

Medico Nutrizionista dell'Istituto di Medicina Genetica e preventiva di Milano.

