

LA SCIENZA A TAVOLA

**COME PREVENIRE CON L'ALIMENTAZIONE LE MALATTIE CRONICO-DEGENERATIVE COME
ALZHEIMER, PARKINSON, OSTEOPOROSI, SCOMPENSO CARDIO-CIRCOLATORIO**

IL SAPERE E IL SAPER FARE

PER UNA SANA E LUNGA VITA

Venerdì 8 NOVEMBRE 2019

UNITRE - Università della terza età Via Tari, 23 81055 Santa Maria Capua Vetere



Dott.ssa Letizia Mercurio

Biologa Nutrizionista e Farmacista

CELL: 347 49 65 055

Email: letiziamercuriobiobiofarm@gmail.com

Facebook: Dott.ssa Letizia Mercurio Biologa Nutrizionista e Farmacista

Riceve per appuntamento:

Via Catauli 10/L - Caserta

Corso Trieste 233 - Caserta

Via Vittorio Emanuele II 96 Pal. FIAT scala A I piano - S.Maria C.V

Il principale problema alimentare nell'anziano è la malnutrizione, spesso dovuta a una riduzione dell'introito alimentare, alla perdita di motivazione all'assunzione di cibo ma anche a questioni economiche. La gran parte delle ricerche condotte nell'ultimo ventennio ha unanimemente evidenziato come molte patologie tipiche dell'età avanzata riconoscano, tra i determinanti principali, lo stile di vita, inteso come sommatoria di comportamenti individuali. Tra tali fattori, l'alimentazione e la conseguente nutrizione dei singoli anziani e delle comunità geriatriche assume una importanza fondamentale, sia in senso negativo (malnutrizione) che – di contro - proattivo per il mantenimento della salute. La malnutrizione nelle sue diverse forme e assunti è, infatti, ampiamente modificabile e rappresenta, per gli operatori di Sanità Pubblica, un bersaglio sul quale agire efficacemente allo scopo di contrastarne l'insorgenza e comprimerne il più possibile l'esordio nella fase terminale della vita, il nostro intento è fornire linee guida a tutti gli operatori del settore, ma soprattutto a tutte le famiglie che abbiano ad assistere soggetti in età avanzata con patologie croniche. L'obiettivo dei corsi di alimentazione, è quello di aiutare la popolazione esposta a molteplici rischi ambientali ad adottare un corretto stile di vita e ad acquisire maggiore consapevolezza sul ruolo fondamentale che l'alimentazione svolge sin dalla nascita per mantenerci in longevità senza patologie. È quindi un modo per andare oltre i sapori, i gusti, e capire cosa c'è dietro; ma soprattutto per migliorare i nostri pranzi e le nostre cene, vivere sani e più a lungo e Mettere bene in chiaro il ruolo che ha l'alimentazione per mantenere sano l'organismo

**Dott.ssa Letizia Mercurio Biologa Nutrizionista e Farmacista CELL: 347/4965055 EMAIL:
letiziamercuriobiobiofarm@gmail.com**

Fondazione DD Clinic Research Institute Onlus consulenze specialistiche Via Catauli 10/L 81100- Caserta

FACEBOOK: Dott.ssa Letizia Mercurio Biologa Nutrizionista e Farmacista

“Da Terra dei Fuochi (o dei Veleni) a Terra dei Cuori”:

Mission della Fondazione DD Clinic Research Institute è LA tutela la salute umana in aree a rischio ambientale promuovendo azioni urgenti e concrete “scientificamente validate”, che possano limitare i danni alla salute dei residenti, valorizzando il territorio, la natura e l'ambiente, in un lavoro in “Team” con tutti i nostri soci sostenitori formati ed apprezzati professionisti nel tema della disintossicazione ambientale e della persona, in attesa che interventi legislativi ad hoc possano ulteriormente migliorare il territorio.