

Cucina & Salute

ALIMENTAZIONE, MALATTIE INFIAMMATORIE, DEGENERATIVE E CANCRO

Corso di Cucina
19 e 20 gennaio 2013

Corso di cucina rivolto a chi desidera conoscere le potenzialità curative e preventive del cibo in relazione al cancro e alle malattie infiammatorie e degenerative. I principi ispiratori del corso sono gli stessi che hanno guidato e che sono stati sperimentati nei progetti DIANA dell'Istituto dei Tumori di Milano, e nei corsi per il malato oncologico tenuti presso il Dipartimento di medicina predittiva e preventiva dell'Istituto nel campus di Cascina Rosa, Milano.

La base dei corsi per il malato oncologico-organizzati dall'Associazione Salute Donna onlus che da 15 anni collabora per la divulgazione dei progetti della Divisione di Epidemiologia dell'Istituto Tumori di Milano - fa riferimento agli importanti studi scientifici che documentano da un lato l'influenza degli stili di vita per apportare miglioramenti sullo stato infiammatorio, sulla sintesi e sulla concentrazione plasmatica di fattori di crescita, e dall'altro l'influenza di questi fattori sulla crescita tumorale.

Una dieta antinfiammatoria può aiutare i pazienti a sopportare meglio le terapie ricevute, riducendone gli effetti collaterali.

Conducono il corso

Elena Alquati, L'Ordine dell'Universo, Milano
Docente di cucina macrobiotica ha poi approfondito gli studi nella Medicina cinese - Dietetica e Dietoterapia Cinese. Operatore shiatsu, operatore di Medicina Tradizionale Cinese, dal 2006 collabora con il dipartimento di Medicina Predittiva e della Prevenzione Istituto Nazionale Tumori Milano.

Dr. Franco Berrino, già Direttore del Dipartimento di Medicina Predittiva e della Prevenzione, Istituto Nazionale Tumori Milano per lo studio della relazione tra alimentazione e malattie degenerative

PARTE PRATICA

- Consigli dietetici generali: che cibi usiamo?
- Consigli mirati per il malato oncologico
- Agevolare la transizione al cambiamento
- Organizzare un menù
- Gli utensili da cucina necessari
- Rimedi casalinghi

PARTE TEORICA

- Alimentazione e scienza
- Alimentazione e sviluppo della malattia
- Incontro e confronto scienza e medicina orientale: principio Unificatore e nutrizionismo
- L'importanza del cibo e dell'Agricoltura nella vita umana
- Notizie dal ... passato
- Gli alimenti utili
- Gli alimenti problematici
- Ritorno al cereale integrale



Informazioni generali

Il corso si terrà presso Spazio Fabbroni, via Maderno, Lugano (situato nello stesso stabile di Balmelli Outlet - Posteggi a disposizione)

sabato 19 gennaio: dalle 14.00 alle 21.30

domenica 20 gennaio: dalle 09.00 alle 15.00

(chiusura flessibile)

Fr. 150.-, comprendenti documentazione teorica e pasti da versare in contanti il 19 gennaio, a Wanda/Marinella/Marco di afiordigusto

Iscrizioni (massimo 30 partecipanti) via telefono afiordigusto allo 091 970 16 80, oppure via email a: info@afiordigusto.ch

L'iscrizione vale come impegno di partecipazione e pagamento del corso. In caso d'impedimento o assenza sarà spedita polizza di versamento, per il saldo del corso, oppure si accetta volentieri un sostituto.

Corso realizzato con il sostegno di:

GIOTI - Az. Agricola Biologica Lina e Maurizio Cattaneo - Bio Market - Cantine Fabbroni

