

FORMAGGIO GORGONZOLA COME FONTE DI SALUTE

Mercoledì 22 ottobre 2025 h.20.45

Presso Biblioteca F. Galato, v. Montenero 30, Gorgonzola

Le attuali indicazioni dietetiche tendono a mettere in discussione alcune fonti alimentari tradizionali come il formaggio gorgonzola che, secondo i canoni dietetici convenzionali, potrebbe essere portatore di eccessi di grassi in grado di sbilanciare una dieta.



Nella attuale presentazione, il **Dr Antonino Frustaglia**, Cardiologo, Gerontologo e Geriatra esperto di nutrizione cerca di delineare le potenzialità ed i limiti di questo formaggio tipico tradizionale. Attraverso la descrizione dei reali contenuti del prodotto e nel rispetto della scienza, si scoprirà che usato a dosi adeguate e accompagnato da alcune piccole attenzioni dietetiche, questo dono della natura può addirittura, rispettando alcune regole, aiutare a riequilibrare il nostro microbiota intestinale.

L'incontro è rivolto a tutti gli interessati

Ai partecipanti che ne faranno richiesta verrà rilasciato un attestato di partecipazione

Per prenotazioni: Centro Psicologia, info@centropsicologia.it, 0295302231