

## INVITO

**PER\_CORSI FONDAZIONE FICO 2018**  
**ENPAB. Nutrire le stagioni della vita**

**MERCOLEDI' 28 FEBBRAIO, ORE 17.30**  
**FONDAZIONE FICO, SPAZIO 118 EATALY WORLD**

**NUTRIZIONE CONSAPEVOLE.**

**I GRASSI? CONOSCIAMOLI, ANZICHE' EVITARLI.**  
**POTREMO COSI' SCEGLIERE CORRETTAMENTE.**



**NE PARLA IL BIOLOGO NUTRIZIONISTA**  
**FRANCESCO BONUCCI, ESPERTO IN LIPIDOMICA.**



**BOLOGNA - Perché il corpo umano ha bisogno dei grassi? Cosa sono gli Omega-3 e perché sono essenziali? Quali sono i grassi da evitare e quali da scegliere? Un incontro ci aiuterà a evitare la demonizzazione indiscriminata dei grassi e a capire come orientarci fra i grassi utili e di cui non possiamo fare a meno, e quelli che ci conviene evitare o ridurre al minimo: appuntamento mercoledì 28 febbraio alle 17.30 a Fondazione FICO - spazio 118 del Parco Agroalimentare Eataly World – per la conversazione a cura del biologo nutrizionista Francesco Bonucci dedicata a “Nutrizione consapevole: i grassi non sono da evitare, ma da conoscere per scegliere correttamente”. L'appuntamento, nell'ambito del ciclo “Nutrire le stagioni della vita” a cura di Enpab - Ente nazionale di Previdenza e Assistenza a favore dei Biologi, è proposto con ingresso libero, info [www.fondazionefico.org](http://www.fondazionefico.org) Fare chiarezza sulle categorie nutrizionali è importante: i grassi ci offrono colesterolo buono oppure “cattivo”. Troppo spesso bistrattati in base a falsi miti o a conoscenze non aggiornate con i progressi del mondo della ricerca scientifica, i lipidi non sono - da soli - la causa principale dei problemi di salute e di sovrappeso. E' importante conoscere i nuovi sviluppi della scienza in e distinguere le false credenze dalle realtà dietetiche, per poter scegliere consapevolmente. Francesco Bonucci, master of Science all'Università di Greenwich**

sull'Impatto Ambientale e Master in Scienza dell'Alimentazione e Dietetica Applicata a Unitelma Sapienza, Roma. dal 2008 è **biologo Nutrizionista**: si occupa di nutrizione umana in condizioni fisiologiche e fisiopatologiche accertate ed è esperto in lipidomica, scienza che studia i lipidi presenti nelle membrane cellulari e che può essere applicata come indicatore dello stato nutrizionale dell'individuo. Collabora dal 2010 con Lipinutragen ed è membro della redazione del **quotidiano on-line a carattere scientifico La Scuola di Ancel** ([www.lascuoladiancel.it](http://www.lascuoladiancel.it)).

**Info:** [www.fondazionefico.org](http://www.fondazionefico.org)

**Contatti stampa:** [press@fondazionefico.org](mailto:press@fondazionefico.org) cell 3922067895