

# VerbanoNews

Le news del Lago Maggiore

## Al Maggia lezione di nutrigenomica

Redazione Varese News · Friday, December 13th, 2019

Al Maggia lezione di nutrigenomica Nuova branca della nutrizione permette di personalizzare al massimo la dieta in base al proprio patrimonio genetico

Il **10 dicembre** gli studenti delle **classi quinte degli indirizzi Enogastronomia e Sala e vendita** dell'istituto **Erminio Maggia di Stresa** hanno partecipato all'incontro dal titolo '**La nutrigenomica: nuove frontiere della dietologia**'. Protagonista e relatrice dell'evento, che si è svolto nella Sala Mainardi della scuola, **Giorgia Carabelli**, biologa nutrizionista specializzata in Nutrigenomica.

A coordinare l'iniziativa i **proff. Francesca Cartini e Luigi L'Aurora**. Il tema trattato dalla dott.ssa Carabelli è stata un'opportunità per gli studenti che operano in cucina e in sala di approfondire le conoscenze e le variabili che dovranno affrontare in un settore enogastronomico sempre più innovativo e attento alla scienza.

La **nutrigenomica**, sviluppatasi negli ultimi 15 anni, è **la scienza che indaga il rapporto tra gli alimenti ed il patrimonio genetico**: è una nuova branca della nutrizione che permette di personalizzare al massimo la dieta, non preoccupandosi tanto di quanti grammi si debbano mangiare di un determinato cibo, ma del tipo di nutrienti più congeniali al nostro organismo, per prevenire eventuali malattie metaboliche già presenti, ma ancora dormienti, nel nostro Dna. Con l'esame della saliva **si mappano circa 350 cibi** che saranno **divisi in tre categorie**: "verdi" si possono consumare regolarmente, "arancioni" con parsimonia, "rossi" da evitare.

This entry was posted on Friday, December 13th, 2019 at 9:20 am and is filed under [Primo piano](#), [Verbano](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.

