



Accademia della Cucina Mediterranea 

“Sessualità e Dieta mediterranea”

Domenica scorsa la videoconferenza dell'Accademia della Cucina Mediterranea nell'ambito del VII Convegno nazionale “Mangiare per stare bene”

Affermati esperti hanno illustrato gli effetti positivi sulla salute e sulla fertilità dei prodotti della tradizione agricola locale

Proposta l'idea dell'Aperitivo della Maga Circe

La dieta mediterranea si conferma la regina della tavola e la più generosa in fatto di salute e benessere.

Gli esperti che hanno partecipato alla videoconferenza organizzata dall'**Accademia della Cucina Mediterranea** hanno mostrato studi che valorizzano i prodotti della tradizione agricola del territorio per l'apporto nutrizionale e gli effetti benefici sulle attività fisiologiche delle persone compresa la sessualità e la fertilità.

Sessualità e Dieta mediterranea è stato proprio il tema scelto quest'anno per il VII Convegno nazionale “Mangiare per stare bene” che si è svolto in videoconferenza domenica 12 luglio ed è stato trasmesso in diretta streaming sulle piattaforme social. L'evento ha raggiunto 3 mila persone in fase di promozione e la videoconferenza, che è stata visualizzata da circa 300 persone, è ora disponibile alla pagina **Facebook** di Accademia Cucina Mediterranea al link <https://www.facebook.com/accademiacucinamedit/>

Alla videoconferenza sono intervenuti affermati esperti quali la dottoressa **dott.ssa Lucia Tassi**, geriatra, nutrizionista, specialista in Bioterapia nutrizionale, autrice di una serie di libri in cui ha raccolto significative esperienze e raccontato casi molto particolari in cui le patologie sono state curate attraverso l'alimentazione con incredibili risultati. Come il caso del giovane al quale era cresciuto il seno per squilibri ormonali riportati alla naturale armonia con una dieta appositamente elaborata.

La **dott.ssa Mariagrazia Devastato**, biologa nutrizionista, esperta in Lipidomica e Nutritional Sport Expert, che si è soffermata sull'analisi lipidomica di membrana cellulare che esamina la composizione degli acidi grassi (lipidi) nell'organismo. L'obiettivo è quello di ottenere un riequilibrio della membrana cellulare, oltre che del benessere della persona, finalizzato alla fertilità di coppia.

E' stato il **professor Rocco Rago**, direttore del Centro Sterilità e Banca Ovociti dell'Ospedale Sandro Pertini di Roma, riconosciuto centro di eccellenza, ad analizzare il contributo degli alimenti soprattutto durante la gravidanza, per la crescita equilibrata del feto. Primo fra tutti ma non unico è l'acido folico, che è presente in molte verdure, essenziale nella prevenzione di alcune malformazioni congenite.

L'obesità, invece, è stata al centro della relazione del professor **Alessandro Dal Lago** Specialista in Endocrinologia UOC Fisiopatologia della Riproduzione e Andrologia sempre dell'Ospedale Sandro Pertini di Roma. L'eccessivo peso corporeo, infatti, può influire sulla funzione degli spermatozoi.

Alla videoconferenza hanno partecipato anche il sindaco di San Felice Circeo, **Giuseppe Schiboni**, il vice sindaco **Luigi Di Somma**, la Pro Loco di San Felice Circeo con il presidente **Silvano Fiorini**, e la Pro Loco di Sabaudia con **Paolo Porcelli**. Tutti hanno riconosciuto l'importanza di un'adeguata promozione del territorio che passa anche attraverso iniziative che parlano di salute come il convegno dell'associazione. Caldeggiata l'idea di introdurre nei locali pubblici del Circeo “*L'Aperitivo della Maga Circe*” a base di alimenti forniti dalle imprese locali. A rappresentare l'Accademia della Cucina Mediterranea c'erano il presidente del sodalizio culturale **Franco Bruno** e **Daniele Matteini** che hanno salutato e ringraziato i partecipanti rinnovando l'appuntamento al prossimo anno.

Per ulteriori informazioni Franco Bruno 338.7762101

email: accademiacucinamed@libero.it

Accademia della Cucina Mediterranea - Via Sabaudia, 180 – I 04017 San Felice Circeo