



COMUNICATO STAMPA

**GIORNATA MONDIALE DELLA NUTRIZIONE  
ASL5 OFFRE CONSULENZA TELEFONICA GRATUITA CON BIOLOGO NUTRIZIONISTA**

In occasione della giornata mondiale della nutrizione che si terrà sabato 16 ottobre ASL5 SPEZZINO offre agli utenti un **servizio di consulenza telefonica gratuita** con il dott. Carlo Cattaneo biologo nutrizionista del Servizio di Nutrizione e Dietetica dell'Ospedale Sant'Andrea.

**Dalle 8.30 alle 12.30 di sabato 16 ottobre chiamando il numero 0187/533201** il dott. Cattaneo risponderà alle domande e ai dubbi sull'alimentazione come, ad esempio: qual è il peso corretto, il significato di piatto sano e come ottenerlo, come impostare una corretta alimentazione, l'importanza dell'attività fisica e dell'idratazione, le diete "fai da te" e gli stili alimentari scorretti, le allergie e le intolleranze alimentari e quali i reali test per diagnosticarle.

La Spezia, 14/10/2021