



"Consumo di Alimenti Ultra-Processati e Nutrizione Personalizzata: Strategie per un Invecchiamento Attivo"

L'Italia è uno dei paesi con la più alta proporzione di anziani al mondo. L'invecchiamento della popolazione porta con sé molteplici sfide sanitarie, sociali ed economiche, tra cui l'aumento delle malattie croniche. Un'alimentazione equilibrata è fondamentale per migliorare la qualità della vita e contrastare i rischi legati al consumo di alimenti ultra-processati.



I nostri obiettivi:

- Promuovere una nutrizione consapevole per favorire un invecchiamento sano
- Sensibilizzare sull'importanza della Dieta Mediterranea
- Valutare il consumo di alimenti ultra-processati attraverso un questionario di frequenza

Compila il questionario e dai il tuo contributo alla ricerca!

Il tuo aiuto è essenziale per comprendere meglio le abitudini alimentari e sviluppare strategie nutrizionali efficaci per un invecchiamento sano