

## MINDEAT

ALIMENTAZIONE E SALUTE MENTALE  
TRA MITI E PREGIUDIZI

**6 OTTOBRE 2015**  
ORE 17:00

CONFERENCE CENTER DI EXPO  
(ZONA SUD CENTRALE)  
EXPO 2015 - MILANO



Un neuropsichiatra, uno psicoanalista, una scrittrice e uno chef discutono del rapporto tra cibo e mente e su quanto sia importante sfatare i falsi miti. Molti sono i pregiudizi e i luoghi comuni che esistono sull'alimentazione oramai così radicati nella nostra cultura alimentare che riuscire a discernere tra "fatti" e "miti" è molto difficile. Questi luoghi comuni non si basano su alcun presupposto scientifico e molto spesso accompagnano le scelte alimentari di adolescenti e adulti mettendone a rischio la salute.

Nell'illusione di questi miti sempre più persone iniziano una dieta e sempre più diete vengono create. Tuttavia, il completo benessere può essere raggiunto solo quando si mette in atto una sana alimentazione non deviata da modelli culturali e dalla ricerca esasperata di perfezione estetica. Il rapporto tra cibo e mente è, così, un rapporto molto complesso e spesso conflittuale che, a volte, assume i contorni di un vero disturbo mentale, il disturbo del comportamento alimentare, ovvero l'anoressia e la bulimia.

### INTERVERRANNO

#### Stefano Vicari

Responsabile Struttura Complessa  
di Neuropsichiatria Infantile  
Ospedale Pediatrico Bambino Gesù, Roma

#### Vittorio Lingiardi

Professore di Psicologia Dinamica  
Facoltà di Medicina e Psicologia  
Sapienza Università di Roma

#### Nadia e Giovanni Santini

Chef del Ristorante dal Pescatore  
Canneto sull'Oglio

#### Ilaria Caprioglio

Scrittrice



**PER ISCRIVERSI  
E RICHIEDERE IL BIGLIETTO  
GRATUITO A EXPO 2015**

**[info@nutrirelavita.it](mailto:info@nutrirelavita.it)  
06.6859.2022 - 06.6859.3788**