

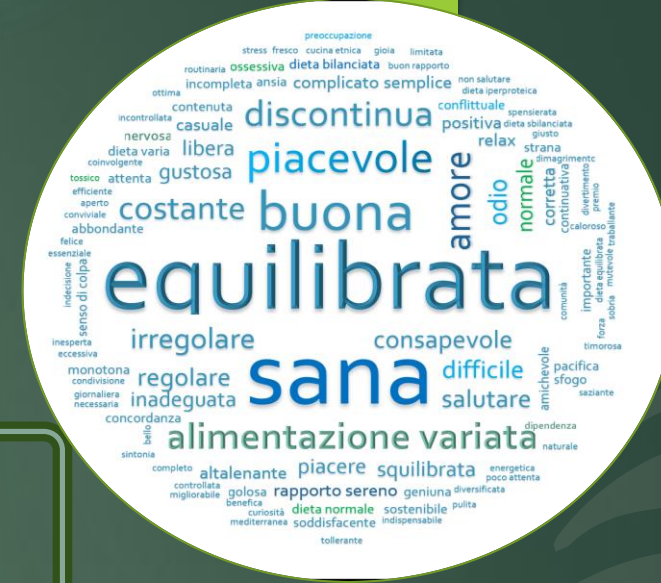
Costruire un modello alimentare salutare e sostenibile: giornata teorico-pratica con gli studenti del Liceo «S. Cannizzaro» di Roma

QUANDO: 09 febbraio 2023- ore 09:00-12:00

DOVE: Aula Santorio – CREA Centro di ricerca Alimenti e Nutrizione

Programma

- ❖ diario alimentare: compilazione e valutazione dell'adeguatezza dei consumi individuali di una «giornata alimentare»
- ❖ Indice di Massa Corporeo (IMC): calcolo e valutazione
- ❖ dispendio energetico teorico: calcolo e valutazione dei fabbisogni
- ❖ questionari sulle abitudini alimentari e gli stili di vita: compilazione e valutazione
- ❖ l'aderenza dei consumi al modello alimentare mediterraneo



La tua opinione è importante:
dicci la tua in meno di un minuto

