



home > notizie > donna > news

Home Bellezza e salute Moda Gossip Sessualità Mamme e birbi Psiche e dintorni Parole di Rocca Fotogallery Contattaci

Fino a 50.000€ per te! Scopri il prestito personalizzato a zero spese da Finatel

La dieta di Miss Italia Le candidate a lezione dalla nutrizionista



Carlo Conti e Miss Italia 2007 Silvia Battisti (Ansa)

Le 100 finaliste sono pronte per la grande kermesse di Salsomaggiore e Tabiano Terme che partirà il 9 e si concluderà il 13 settembre con la proclamazione della vincitrice al termine di quattro serate di Raiuno condotte da Carlo Conti. Fra prove, canti e balli le ragazze si stancano e sembrano arrivare alla sera distrutte. Come ritemparsi senza sgarrare sulla dieta?

Cibo e salute - Quest'anno uno dei grandi temi promossi da Patrizia Mirigliani, patron del Concorso, è quello della salute alimentare. Il cibo come elisir di cura e benessere psico-fisico è il principio base che la dottoressa Sara Farnetti, internista del Policlinico "Gemelli" di Roma, cercherà di comunicare alle finaliste. Una buona idea vista l'accusa di essere troppo magra rivolta alla Miss Italia uscente, Silvia Battisti, dalle stesse colleghe candidate all'indomani della sua elezione.

Cosa mangiare per avere una pelle di luna - Il progetto ha l'obiettivo di insegnare alle 100 finaliste i segreti per coltivare un rapporto sano ed equilibrato con il cibo. A questo scopo, per le aspiranti al titolo, sono stati realizzati degli opuscoli che, ogni giorno, tratteranno un tema correlato a quello della bellezza: dalla salute dei capelli e della pelle, alla cellulite, al corretto riposo notturno.

La salute a tavola - Le ragazze troveranno tali opuscoli in tavola, insieme a una scelta di pietanze preparate con cibi freschi di stagione, opportunamente associati e cucinati seguendo precise modalità di cottura (solo olio extra vergine di oliva). Sono previsti anche numerosi spuntini biologici a base di con frutta fresca e snack preparati senza "ogm" (organismi di origine geneticamente modificati), senza grassi "trans" (che interferiscono con l'attivazione del sistema immunitario), conservanti, additivi o coloranti.

Percorsi enogastronomici - Spiega Patrizia Mirigliani: "Il nostro impegno è quello di realizzare un percorso enogastronomico alla scoperta delle virtù dei cibi e delle loro associazioni alimentari più appropriate per suscitare tra le miss la curiosità di come impiegare gli alimenti per stare bene; ma attenzione, non si tratta di una dieta: non ci sono restrizioni né di calorie né di quantità dei cibi, ma solo di consapevolezza e conoscenza delle proprietà di ciò che si mangia per il nostro benessere".

Una scuola alimentare - "La nostra iniziativa - dice la dottoressa Farnetti, presidente dell'associazione per l'alimentazione funzionale "Eutrophia" - in linea con gli interventi per il controllo dei disturbi del comportamento alimentare, vuole sfatare tabù e mistificazioni nutrizionali, regimi dietetici squilibrati spesso punitivi

<http://donna.tiscali.it/articoli/08/sette...>

Ultimi articoli

Uva, pesche e pere contro lo stress da rientro

Colombari: 'Billy è un marmo perfetto'

Adesso i tatuaggi si cancellano con una crema

Italiane a caccia di piacere, è boom di ritocchi al punto G

Senza veli per 'In Interview US'

Paris Hilton crea le extension intercambiabili

Janet Jackson crea e firma una linea di lingerie

L'ottimismo riduce il rischio di tumore al seno

Le foto



Le 100 candidate

Approfondimenti



Il programma



Le caratteristiche delle mis

LAVATRICE A VAPORE LG
Elimina gli allergeni dal tuo bucato.
ESPLORA IL MONDO DEL VAPORE ►►►

LAVATRICE A VAPORE LG
PROVA LA FORZA DEL VAPORE

Videocamere digitali
Dalla MiniDV alle ibride. Scegli cosa masterizzare!

Portatili..
I migliori PC Portatili da 1 euro..

Primavera Estate 2008
Intimo di primavera by La Perla

Viola Vienna
a/r solo €129, Prenota subito!

Scopri quanto vale la tua casa
www.tecnocasa.it

AutoCatania
Offerta Noleggio a € 50!

pubblicità

Rimini Terme

Benessere per corpo e mente
Relax, emozioni e divertimento: scopri i trattamenti...

GRATTA E VINCI POKER

Vincere è facile!
Gratta e vinci fino a mezzo milione di Euro!
- Guarda i Gratta e Vinci
- Scopri il Poker digitale

Lavori all'asta
Rinnova la tua casa
Devi ristrutturare o tinteggiare le pareti? Metti all'asta la tua richiesta!

Cerca annunci
Regioni: Scegli la regione
Categorie: Scegli la categoria

Medicina e Chirurgia estetica
LaCLINIQUE®
Per fissare la tua consultazione gratuita clicca qui...

Tiscali Video
Sexy
Paparazzi
Humor
Blue Note
Videogames

Claire Forlani

Cerca in donna

Expedia.it

09/09/2008

Le candidate a lezione dalla nutrizioni...

che, anche se diffusi e consolidati, vanno a danno della salute e della bellezza. La sfida è quella di diffondere tra queste ragazze, e indirettamente a chi le osserva come modelli, la consapevolezza che alimentarsi bene significa prendersi cura di sé. Per questo - conclude- Miss Italia ha scelto di proporre alle ragazze dei brevi dibattiti, in cui si confronteranno ogni giorno su un tema generale". Una vera e propria scuola alimentare, quindi, la 69/ma edizione del Concorso, che fornirà alle proprie miss due piani di confronto: il primo, squisitamente teorico, con l'opuscolo introduttivo, il secondo, pratico, formato dai pasti quotidiani e dalla discussione

[Invia l'articolo a un amico](#) | [Stampa l'articolo](#)

Vota l'articolo Voto medio: 0

Social Web

 del.icio.us  ok-notizie  digg  google  reddit

[Redazione](#)