

Lezioni alimentari per le miss

«Quando ho detto che un piatto di patatine fa dimagrire più di uno di minestrone mi hanno guardato incredulo». Sara Farnetti, nutrizionista dell'Istituto di Medicina Interna dell'Università Cattolica di Roma, ha guidato le oltre 200 finaliste di Miss Italia 2008 verso un'alimentazione più sana. Il progetto Alimentazione Funzionale, voluto dalla *Miren International*, punta a "rialfabetizzare" le miss ri-

guardo al cibo. Il corso finirà dopodomani (13 settembre). «Ho fatto capire che non ha senso aver paura di un gelato o di una pizza. Che un piatto di pasta fa bene e digiunare non è una soluzione». Al progetto ha collaborato la struttura alberghiera di Salsomaggiore, che ha servito solo frittiture di olio extravergine d'oliva, colazioni a buffet con dolci e frutta di prima qualità e snack biologici. (sara ficocelli)