



## COMUNICATO STAMPA

**CAMeC** | Centro Arte Moderna e Contemporanea

**Incontri a latere della mostra *Small size. Piccoli capolavori dalle collezioni del CAMeC***

***Microcosmo intestinale e salute  
conversazione di e con Alberto Fiorito***

giovedì 19 aprile 2018, ore 17.30. Ingresso libero

La Spezia. Giovedì 19 aprile ancora un appuntamento a corollario della mostra *Small size. Piccoli capolavori dalle collezioni del CAMeC*. Questa nutrita serie di incontri ha inteso affrontare il tema del 'piccolo' in senso lato, perlustrando gli ambiti più diversi, compreso quello scientifico.

In questa occasione è Alberto Fiorito, voce autorevole della medicina nutrizionista, docente universitario e autore di studi specialistici e illuminanti pubblicazioni, a condurre una conversazione dedicata ai microorganismi che ci abitano, alla loro funzione e rilevanza. Il medico spezzino infatti illustrerà l'importanza della cosiddetta flora batterica intestinale e la fondamentale relazione fra le migliaia di microscopici ospiti del nostro corpo e il nostro stato di salute.

In particolare conosceremo le qualità del microbiota, insieme di batteri 'amici' che vivono in simbiosi con l'uomo, preziosi depositari del nostro benessere. A questo proposito il dr Fiorito indicherà i comportamenti da evitare, responsabili del cattivo funzionamento dell'organismo, e suggerirà quelli da coltivare di consuetudine, fornendo basilari indicazioni e consigli a proposito dell'educazione alimentare, talvolta o troppo spesso trascurata. Come d'abitudine durante le sue conversazioni, il medico risponderà alle domande e alle richieste di chiarimento dei presenti.

Alberto Fiorito, già Ufficiale medico della Marina Militare, è specialista in Medicina Subacquea ed Iperbarica e Medicina Psicosomatica, oltre che esperto in terapie integrate e nutrizione biologica. Docente a contratto presso l'Università di Padova, è ideatore e direttore scientifico del Master di I livello in

Nutraceutica e educazione alimentare delle Università di San Marino e Chieti. Da oltre vent'anni si occupa di terapie integrate e di nutrizione, associando questi due strumenti alla pratica medica quotidiana. Nel settore della nutrizione ha scritto alcuni libri, tra cui *Progetto Salute* e *Mangia Bene Cresci Bene*. Quest'ultimo, edito da Gribaudo, è stato oggetto di una campagna informativa nelle scuole che negli anni 2015-16 ha raggiunto oltre 23.000 bambini e 8.000 adulti portando informazioni sul corretto rapporto tra alimentazione, stile di vita e salute. Con il libro *Progetto Salute* e tramite il sito Internet [www.governodellasalute.it](http://www.governodellasalute.it), Alberto Fiorito porta avanti una campagna rivolta a tutte le persone, indipendentemente dalla loro età, professione o ceto sociale, che ha lo scopo di sensibilizzare l'opinione pubblica sull'importanza di adottare stili di vita più consoni al mantenimento e al recupero del benessere, a partire dalle corrette scelte alimentari e da una vita attiva dal punto vista fisico per proseguire con un'integrazione opportuna, senza trascurare l'importanza del riposo e del benessere psicologico.