



Webinar gratuito: Il ruolo dell'alimentazione nella prevenzione del Covid 19

## “Cosa mangiare o non mangiare in caso di Covid 19”

*Perchè alcuni si ammalano gravemente e altri no? Fra le tante motivazioni non sottovalutare l'alimentazione!*

Evitare di impegnare l'organismo nella digestione di alcuni alimenti è fondamentale nel prevenire l'ingresso dei virus all'interno del nostro sistema. Finché il virus viene mantenuto in superficie difficilmente svilupperemo forme gravi di malattia. Come fare a mantenerlo in superficie? La spiegazione è molto logica e possiamo analizzarla anche nella chiave intuitiva della medicina cinese antica che vede l'esistenza di 3 livelli del Qi... tra cui quello della Wei Qi o energia difensiva. Alcuni cibi di questo livello saranno fondamentali mentre altri alimenti andranno momentaneamente evitati.

**Prima:**

**Venerdì 10 settembre 2021** (dalle 10:30 alle 11:30) - Webinar su piattaforma Zoom

**Replica:**

**Lunedì 13 settembre 2021** (dalle 20:30 alle 21:30) - Webinar su piattaforma Zoom

**Iscrizioni e informazioni**

[www.alimentazionealutare.com](http://www.alimentazionealutare.com)

+39 3459847705

[dr.annarita.aiuto@gmail.com](mailto:dr.annarita.aiuto@gmail.com)