

<http://www.ilgiornale.it/news/cibo-yoga-mantenersi-belli-fuori-e-1532392.html>

**il Giornale.it** stile

Home Politica Mondo Cronache Blog Economia Sport Cultura Milano LifeStyle Speciali Motori Abbonamento Cerca

Condividi:   

## Dal cibo allo yoga Come mantenersi belli fuori e dentro

*Fino a domani allo spazio La Pelota incontri e dimostrazioni con esperti aperti a tutti*

Gioia Locati - Sab, 26/05/2018 - 06:00

[commenta](#)   Mi piace 1

Gioia Locati

Belli fuori e dentro. Così si chiama l'evento dedicato al benessere in programma a Milano questo fine settimana. Fino a domani lo spazio la Pelota di via Palermo 10 sarà un alternarsi di incontri e dimostrazioni. Medici, nutrizionisti e professionisti della bellezza presenteranno al pubblico le novità, all'insegna del motto «La salute fa bene alla bellezza».

I talk show sono aperti a tutti, il pubblico potrà testare i prodotti di ultima generazione.

Dalle creme che rigenerano le fibre connettive agli integratori di aminoacidi essenziali capaci di contrastare l'ossidazione cellulare. Il progetto nasce da un'idea di Maddalena Di Mauro responsabile dell'agenzia di comunicazione Oon: «Sono sempre stata attenta a ai temi della salute e della bellezza. Ho pensato di facilitare il compito di chi si avvicina a questi argomenti riunendo in un unico luogo molti specialisti». Ed eccoli. La supervisione scientifica è curata dalla dermatologa Adele Sparavigna e da Evelina Flachi, nutrizionista e

Inserisci le chiavi di ricerca

Cerca

Info e Login

 login  registrazione  edicola

**Editoriali**

**Mattarella non mollerà**  
di [Alessandro Sallusti](#) 

**Articolo della domenica**

**In un mondo di robot nessuno ascolta più**  
di [Francesco Alberoni](#) 

# Dal cibo allo yoga Come mantenersi belli fuori e dentro

**Fino a domani allo spazio La Pelota incontri e dimostrazioni con esperti aperti a tutti**

[Gioia Locati](#) - Sab, 26/05/2018 - 06:00  
[commenta](#)

Gioia Locati

Belli fuori e dentro. Così si chiama l'evento dedicato al benessere in programma a Milano questo fine settimana. Fino a domani lo spazio la Pelota di via Palermo 10 sarà un alternarsi di incontri e dimostrazioni. Medici, nutrizionisti e professionisti della bellezza presenteranno al pubblico le novità, all'insegna del motto «La salute fa bene alla bellezza».

I talk show sono aperti a tutti, il pubblico potrà testare i prodotti di ultima generazione.

Dalle creme che rigenerano le fibre connettive agli integratori di aminoacidi essenziali capaci di contrastare l'ossidazione cellulare. Il progetto nasce da un'idea di Maddalena Di Mauro responsabile dell'agenzia di comunicazione Oon: «Sono sempre stata attenta a ai temi della salute e della bellezza. Ho pensato di facilitare il compito di chi si avvicina a questi argomenti riunendo in un unico luogo molti specialisti». Ed eccoli. La supervisione scientifica è curata dalla dermatologa Adele Sparavigna e da Evelina Flachi, nutrizionista e specialista in Scienza dell'Alimentazione. Che anticipa: «Sulle nostre tavole non dovrebbero mai mancare i cibi ricchi di antiossidanti, presenti nella frutta e nella verdura fresca. L'alimentazione deve essere equilibrata nei nutrienti, varia e moderata nelle porzioni». Flachi interverrà oggi all'incontro «Per una valida integrazione» dalle 13.45 alle 15.15 assieme al dermatologo Ivano Luppino. Domani a mezzogiorno parlerà di «Microbiota umano: gli ospiti che ci fanno bene» con la giornalista Nicoletta Carbone e le dermatologhe Elisabetta Sorbellini e Adele Sparavigna. Quindi, alle 13.45 «La prevenzione a tavola con la dieta mediterranea» insieme con Maddalena di Mauro, Adele Sparavigna e Davide Zambelli, vincitore della Prova del Cuoco 2017.

La dermatologa Sparavigna ammette che «oggi, chiunque avverta l'esigenza di stare bene, di sentirsi in forma e di piacersi anche, rischia di rimanere confuso dalla moltitudine d'informazioni e dalle promesse del mercato. Questo evento nasce con l'intento di avvicinare mondi che interagiscono (dermatologi, nutrizionisti, cosmetologi, esperti di fitness, pubblico) senza conoscersi reciprocamente. Fra gli ospiti anche gli agricoltori del consorzio OP Arca Fruitche si battono per la lotta integrata, le coltivazioni di frutta e verdura senza pesticidi che ogni consumatore, se informato, può richiedere, anche sui mercati. L'obiettivo è quello di creare una comunità che potrà continuare a tenersi in contatto in rete». Sparavigna interverrà quest'oggi alle 10.15 a «Faccia...da Fumo» con Emanuele Bartoletti, presidente della Società italiana di medicina estetica, Luigi Godi, Scientific & Medical Advisor della Philip Morris, la multinazionale del tabacco che ha inventato le sigarette senza combustione (IQOS) e Nadia Fraone, vice direttore Scuola internazionale di Medicina estetica. Oggi si parlerà anche di acido ialuronico e domani di chirurgia plastica con il dermatologo Antonino di Pietro. Altri temi sono il ringiovanimento con la luce e la genomica per migliorare salute, sport e bellezza.

Per chi volesse un trattamento specifico, peeling, trucco, shiatsu, yoga o altro, è possibile acquistare online ([bellifuoriedentro.it](http://bellifuoriedentro.it)) una delle tre tessere, Gold, Silver e Bronze (20,15 e 5 euro). I proventi saranno devoluti a Orphanet, rete dedicata alle malattie rare, in particolare finanzieranno la ricerca e la cura delle genodermatosi infantili.

**STUDIO RINALDI – IHRF**  
**Ufficio Stampa**

Gerardo Mauro [germauro81@gmail.com](mailto:germauro81@gmail.com) – Tel. 328 8948120  
Pierluigi Di Monaco [pierluigi\\_di\\_monaco@hotmail.com](mailto:pierluigi_di_monaco@hotmail.com) – Tel. 328 8711115