**LA DIETA MEDITERRANEA **

1. Che malatie possono essere prevenute col seguimento della dieta Mediterranea?
2. Qual’e l’unico alimento che ha le stesse propieta’ di questa dieta?
3. Quali sono i paesi promotori di questa dieta alimentaria?
4. Quali sono gli alimenti che predominano in questo tipo di dieta?
5. Perche questa dieta e’ stata abbandonata negli anni sessanta?
6. Che malatie sono prevenute col consume dell’olio d’oliva e le verdure?
7. Spiega come funziona la “piramide alimentare”.
8. Quali sono gli amlimenti protagonisti di questa dieta.
9. Perche e molto importanti il consumo dei cereali?
10. Qual’e’ la funzione dell’istituzione italiana conosciuta come “La Sapienza”?

  