

Con Dario Bressanini il gran finale estate 2023 di DolomitIncontri

Nel salotto culturale delle Pale di San Martino la scienza smaschera le fake news

Il ricchissimo calendario della **37^a edizione della Rassegna Culturale DolomitIncontri** che a partire dalla fine di luglio ha portato nel salotto culturale delle Pale di San Martino eccellenti autori, personaggi straordinari ed alpiniste di fama mondiale, **sabato 26 agosto** chiuderà il sipario dell'estate 2023 con un ospite davvero eccezionale: **Dario Bressanini**, l'amatissimo divulgatore scientifico che con indiscutibile competenza, intelligenza e ironia ha saputo conquistare il web smontando ad una ad una dicerie, fake news e pseudoscienza legate al macro tema dell'alimentazione.

Il noto ricercatore universitario e docente di Chimica all'Università dell'Insubria a Como presenterà nel salotto culturale delle Pale di San Martino il libro **"Fa bene o fa male? Manuale di autodifesa alimentare"** (Mondadori) un vero e proprio strumento utile a liberarci dalle più comuni, e sconvenienti, paure alimentari. Con il linguaggio semplice e l'approfondimento scientifico che l'hanno sempre contraddistinto, **Dario Bressanini** smonta dubbi e incertezze relativamente a ciò che decidiamo di mettere, o non mettere, nel piatto permettendoci di trovare da soli le risposte che cerchiamo e, quindi, di fare la spesa e sederci a tavola con più consapevolezza e serenità. Dai salumi "cancerogeni" al famigerato olio di palma, dai misteriosi "zuccheri aggiunti" al temutissimo sale, oggi il cibo sembra più un nemico da cui difendersi che uno dei grandi piaceri della vita; questo anche a causa del marketing, che sui temi dell'alimentazione si fa sempre più aggressivo, e della proliferazione di studi e articoli allarmistici che di scientifico hanno ben poco. Afferma lo scrittore: *"È paradossale che, proprio quando abbiamo a disposizione un assortimento di cibo senza precedenti, non solo mangiamo troppo e male, ma siamo sempre più confusi e ansiosi rispetto a ciò che portiamo a tavola. La domanda che più frequentemente ci poniamo quando valutiamo un alimento è se fa bene o fa male e pretenderemmo risposte facili: un sì o un no. Peccato che sia impossibile trovare una risposta senza prima comprendere come funziona il motore della ricerca scientifica, come distinguere la scienza dalla pseudoscienza, o uno studio serio da una bufala di ultima generazione."* In questo nuovo libro, perciò, Dario Bressanini fornisce al lettore preziosi tools per evitare di cadere nelle trappole dei media e della pubblicità e lo fa prendendo in esame alcuni falsi miti, come la clorofilla che farebbe bene alla pelle e ai capelli, il cioccolato che "aiuta a dimagrire", ma anche a ottenere un Premio Nobel, o il sale rosa dell'Himalaya che in realtà è prodotto in Pakistan. Avvalendosi di studi scientifici inoppugnabili, ci guida nella scelta di alcuni alimenti basilari, per insegnarci a distinguere le informazioni di cui abbiamo davvero bisogno da ciò che il marketing vuole darci a intendere. **Dario Bressanini** è ricercatore universitario e docente di Chimica all'Università dell'Insubria a Como. Curatore per la rivista *Le Scienze* della rubrica mensile *Pentole e provette*, è anche autore del blog *Scienza in cucina*. Tra le sue numerose pubblicazioni ricordiamo *Pane e bugie* (2010), *Contro natura* (2015) e, per Gribaudo, *La scienza della pasticceria* (2014), *La scienza della carne* (2016), *La scienza delle verdure* (2019) e *La scienza delle pulizie* (2022). Uno dei



divulgatori scientifici più amati e stimati, i suoi canali social sono seguiti da oltre un milione di follower.

Tutti gli appuntamenti in ambito della Rassegna Culturale DolomitIncontri avranno luogo a San Martino di Castrozza presso la sala congressi del Palazzo Sass Maor alle ore 18.00. Ingresso libero.

La Rassegna Culturale DolomitIncontri è realizzata con il patrocinio del Comune di Primiero San Martino di Castrozza e la Comunità di Primiero.

Per il calendario completo della rassegna DolomitIncontri 2023:
<https://www.sanmartino.com/IT/dolomitincontri/>

Ufficio Stampa
ApT San Martino di Castrozza, Passo Rolle,
Primiero e Vanoi
E: comunicazione@sanmartino.com
T: 0039 0439 768867