

1 luglio 1997 0:00

## DIETE

PERICOLOSE PER GLI ADOLESCENTI LE DIETE VEGETARIANE Roma, 1 luglio 1997. Secondo uno studio del King's College (Gran Bretagna), le diete vegetariane e con alimenti magri, così spesso seguite dagli adolescenti, danneggiano la loro intelligenza e nuocciono alla salute.

L'alimentazione priva di carne rossa e di formaggi interi, causa deficienza di ferro e calcio, i cui livelli sono connessi con lo sviluppo delle abilità mentali.

La moda delle diete -dichiara Primo Mastrantoni, segretario dell'Aduc- provoca più danni di quanto si possa pensare, specialmente nel periodo di sviluppo, tipico dell'età adolescenziale. Non ci stancheremo mai di raccomandare una dieta equilibrata, l'unica in grado di apportare tutti gli elementi indispensabili al nostro organismo. Con buona pace delle industrie farmaceutiche, che continuano a propagandare gli integratori alimentari.