



Visite e consulenze per adulti, adolescenti e bambini.

## PERCHÉ CONSULTARE UN MEDICO

Per stare meglio. Per fare del cibo la tua medicina. Per crescere i tuoi figli più sani. Per prenderti cura del tuo corpo e del tuo peso. Per modificare il tuo stile di vita. Per godere senza sensi di colpa dei piaceri della tavola. Per piacerti di più. Per sapere quale è il cibo giusto per te.



Poliambulatorio  
Medico Chirurgico

**CENTRO TESTA & COLLO**  
Medicina&Tecnologia srl  
Piazza Diaz 7 - 20123 Milano  
Tel. / Fax +39 02 875644  
(da lun a ven dalle 14 alle 20)

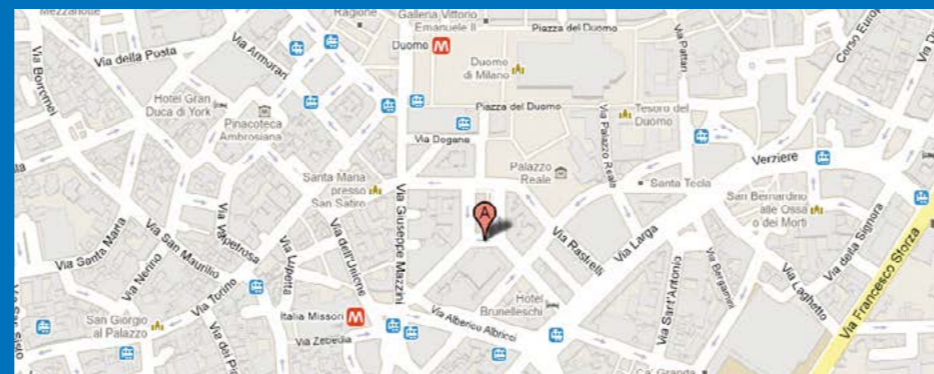
info@centrotestaecollo.it  
www.centrotestaecollo.it

### COME RAGGIUNGERCI

In metropolitana: MM1 (linea rossa) e MM3 (linea gialla) fermata Duomo

In macchina: Percorrere Via Larga, girare in Via Baracchini, Piazza Diaz.

In zona è possibile parcheggiare a pagamento nelle linee blu, oppure parcheggiare a pagamento al silos Diaz.



“ IL NOSTRO PRESENTE  
E IL NOSTRO FUTURO DIPENDONO  
DA QUELLO CHE MANGIAMO ”



**mt** MEDICINA&TECNOLOGIA



La mia idea di nutrizione si basa sulla conoscenza delle abitudini alimentari, degli ingredienti reperibili sul mercato e delle tecniche di preparazione dei cibi. Il concetto di caloria non è più l'unico da prendere in considerazione nel controllo del peso.

Il dott. Federico F. Ferrero, laureato nel 1998 in medicina e chirurgia con 110 lode e dignità di stampa presso l'Università di Torino, ha condotto negli anni un originale percorso di studio multidisciplinare sui vari aspetti della nutrizione umana. Si interessa di psicanalisi ed è consulente medico nutrizionista per Jonas Onlus.

Ha tenuto diversi corsi e conferenze su vari aspetti del cibo, in Italia e all'estero.

Collabora con l'Università di Torino ed è stato consulente di numerose aziende alimentari italiane.

Scrive regolarmente di cibo sul quotidiano La Stampa. Il 6 marzo 2014 ha conseguito il titolo di Master-Chef d'Italia. Da oltre venticinque anni è appassionato di gastronomia. "Ama la cucina , i cavalli e l'Egeo".

## PERCHÉ CONSULTARE UN MEDICO NUTRIZIONISTA?



Oggi parlare di "dieta" intesa come l'indicazione di grammature giornaliere di vari alimenti, è anacronistico. Meglio parlare di "consulenza nutrizionale": un percorso di definizione dell'alimentazione e dello stile di vita più adatti ad ogni singolo caso.

La consulenza nutrizionale si svolge attraverso un primo incontro di inquadramento del caso e una serie di controlli successivi.