

SUL SITO SPAZIOTIROIDE.IT UN TESORO DI RICETTE UTILI PER IL BENESSERE DELLA TIROIDE

Un'iniziativa del Gruppo Bracco e Il Cucchiaino d'Argento, lanciata a conclusione della Settimana mondiale della tiroide e in linea con il tema di Expo 2015, aiuta a riflettere sull'importanza dell'assunzione di iodio e selenio per il buon funzionamento della tiroide

Milano, 28 maggio 2015 - Ravioli ripieni di ricotta e cavolfiore con fagiolini verdi, tagliatelle al ragù bianco di pollo e broccoli, tartare di vitello con insalata di taccole e ciliegini, gamberoni al sale con maionese al pomodoro. Queste alcune delle gustose ricette che verranno proposte nella nuova sezione "Nutrizione & Tiroide" del sito www.spaziotiroide.it.

Un'iniziativa promossa dal Gruppo Bracco in collaborazione con Il Cucchiaino d'Argento, lanciata a conclusione della Settimana mondiale della tiroide e in linea con il tema di Expo 2015, per mostrare che abbinare uno stile di vita sano a un'alimentazione bilanciata e varia è un requisito molto importante per il benessere personale e anche della tiroide.

Per produrre gli ormoni tiroidei è fondamentale un giusto apporto di iodio che svolge un ruolo essenziale per il metabolismo umano e che si può trovare nel comune sale iodato da cucina. Un altro elemento utile al corretto funzionamento della tiroide è il selenio, un oligoelemento che contribuisce all'azione degli enzimi coinvolti nella sintesi degli ormoni tiroidei. Il selenio si trova – in quantità che dipendono fortemente dall'acqua e dalle caratteristiche dei terreni di coltura – in alimenti quali carne, pesce, frutti di mare, latte e derivati, frutta, verdura e riso.

Sul sito www.spaziotiroide.it ogni 15 giorni verrà proposta una ricetta elaborata dallo chef di Cucchiaino d'Argento, Stefano Caffarri, con ingredienti utili a favorire il naturale funzionamento della tiroide e quindi un regolare metabolismo. I piatti saranno in totale 16, tra antipasti, primi e secondi, ricchi di gusto e proprietà utili all'organismo. Le ricette saranno disponibili anche sul sito www.cucchiaino.it, nella sezione Speciali dove Spazio Tiroide avrà un'area dedicata.

L'iniziativa è stata presentata oggi a Milano presso lo spazio Inkitchen con un cooking show condotto dallo chef **Stefano Caffarri** per Cucchiaino d'Argento a cui sono intervenuti **Hilke Baasch**, Direttore Dipartimento Farma del Gruppo Bracco, la dottoressa **Elisabetta Lavezzi**, specialista in endocrinologia dell'Istituto Clinico Humanitas e **Federica Fontana**, madrina di Spazio Tiroide.

Oltre alle ricette, sul sito www.spaziotiroide.it si possono trovare informazioni e consigli per un corretto stile di vita utile a prevenire i disturbi tiroidei e per preservare la migliore qualità di vita in caso di patologia.

In collaborazione con



spazi(t)iroide



Un'area del portale offre la possibilità di interfacciarsi in forma totalmente anonima con un team qualificato di medici specialisti pronti a rispondere tempestivamente alle domande. Un'altra sezione è invece dedicata ai medici che, dopo aver eseguito l'accredito, possono accedere a vari documenti utili e servizi tra cui: notizie bibliografiche recenti di carattere nazionale e internazionale, casi clinici, schede di Patient Education, recensioni e segnalazioni di App utili legate allo svolgimento della professione, oltre alle linee guida pubblicate dalle principali società scientifiche internazionali in ambito tiroideo. I medici possono anche partecipare a un forum per confrontarsi sull'argomento con i colleghi.

Ufficio Stampa Bracco

Micaela Colamasi – 348 2314362 - micaela.colamasi@bracco.com
02 21772966 – ufficio.stampa@bracco.com

Ufficio Stampa Nolabel

02 45070589
Camilla Dell'Olio - 349 2942308 – camilla@nolabel.it

Ufficio Stampa Editoriale Domus

Elisabetta Prosdocimi - 338.3548515 – ufficiostampa@edidomus.it

In collaborazione con

