



# Spunti di Nutrizione ed altro...

di Giusi D'Urso

Prefazione di Linda Grilli

Pagine 88, a colori, illustrato

Prezzo 12,90 euro

ISBN 978-88-903118-5-7

Collana "Sentieri" di Manidistrega Editrice

**Un libro adatto a tutti i non addetti ai lavori  
che vogliono farsi un'idea su diete, prevenzione e molto altro...**

Questo piccolo testo dal taglio divulgativo è nato dalla raccolta in un unico volume di articoli che l'Autrice ha pubblicato periodicamente sul settimanale pisano *Il Fogliaccio* a partire dal 2006.

L'idea è quella di proporre qualche spunto di riflessione, corredato di brevi informazioni storiche, notizie scientifiche, consigli erboristici e curiosità.

*"Mangiare non significa solo nutrirsi, ma anche gratificarsi, ricordare ed identificarsi; per questo ho voluto, in questa piccola pubblicazione, unire le mie due grandi passioni: quella per la nutrizione, che mi impegna professionalmente nel quotidiano e quella per la scrittura, che mi aiuta a percepire e descrivere il meglio della vita".*

(Dall'introduzione dell'Autrice)

Giusi D'Urso è nata a Messina nel 1967 e dal 1983 abita e lavora a Pisa.

E' Biologo Nutrizionista e Patologo Clinico.

E' coautrice del saggio per le famiglie, pubblicato nel dicembre 2008

*Mangiando in allegria; Mangiare sano e inquinare meno, proviamo?*

Oltre che alla Nutrizione, Giusi D'Urso si dedica con passione anche alla scrittura.

Il suo romanzo d'esordio *Il bene tolto* è stato pubblicato nel 2006 (seconda edizione dicembre 2008).

I consigli erboristici sono stati offerti da Alessandra e Claudia Taffi - Erboristerie Botanicum (Pisa)



**Manidistrega Editrice**  
Viale Carducci 86 57124 Livorno (LI)  
tel 0586 1945057 fax 0586 1945075  
[www.manidistregaeditrice.it](http://www.manidistregaeditrice.it)  
[info@manidistrega.it](mailto:info@manidistrega.it)