



## SERÕES DA BONJÓIA

1 de Novembro.07 — 21h15

*Ciclo da Saúde e Bem-Estar:* “O peso ideal existe?”

Pela Nutricionista Dr<sup>a</sup> Rosa Maria Santos

Todos os dias nos deparamos com imagens que vamos associando a padrões de beleza e estética mas que dificilmente condizem com os padrões saudáveis de peso, distribuição da gordura, tamanho da cinta e anca, entre outros. São utilizadas fórmulas matemáticas para calcular o corpo ideal. Mas, será o Peso Ideal = Cálculo do peso pessoal desejável para uma maior longevidade?

**Uma controvérsia de "peso" é o que nos propõe, neste Serão da Bonjóia, a Médica Nutricionista Dr<sup>a</sup> Rosa Maria Santos.**

**ENTRADA LIVRE**



Quinta de Bonjóia  
Rua de Bonjóia, 185 - Porto  
Tel. 22 5899260; [www.bonjoia.org](http://www.bonjoia.org)

