

# IL DIVARIO

## Consigli Ufficiali vs Realtà Scientifica

*Perché ci chiedono di essere prudenti con ciò che la scienza indica come pericoloso?*

### UFFICIALE

Non evitare tutti gli UPF

Leggi le etichette

Moderazione e varietà

Non demonizzare

### SCIENZA

Obesità  
**+30%**

Mortalità  
**+14%**

Danni sistemici

Declino cognitivo



**Non fermarti all'etichetta. Guarda i dati.  
La tua salute merita la verità, non la cautela.**