



Associazione per lo sviluppo e il potenziamento delle abilità mentali

2° Convegno scientifico ECM dedicato alla **LONGEVITÀ SOSTENIBILE**

LONGEVAMENTE



Venerdì **26 settembre 2014** (ore 8.45-18.30)

Presso *Hotel Meliá Milano*
Milano: Via Masaccio, 19

Convegno patrocinato da:



ASSOCIAZIONE ASSOMENSANA

Assomensana è un'Associazione di Promozione Sociale nata nel 2004 con lo scopo di individuare le cause dell'invecchiamento mentale e le strategie per sviluppare e potenziare le abilità cognitive a tutte le età.

Nel corso degli anni, in maniera originale e unica, l'Associazione ha organizzato numerose iniziative e manifestazioni di carattere nazionale volte a sensibilizzare sul tema l'opinione pubblica, con lusinghieri riscontri mediatici e di pubblico.

LONGEVAMENTE

Vivere a lungo e in salute è anche una questione di vitalità mentale.

LONGEVAMENTE è il primo convegno dedicato alla longevità di mente, cervello e funzioni cognitive.

LONGEVAMENTE affronta il tema della longevità di mente e cervello a 360°, a partire dalla nutrizione fino alla socializzazione, dalle condizioni bio-fisiologiche alla cura della persona.

Molti studi hanno dimostrato che l'alimentazione, l'attività fisica, la socializzazione, la stimolazione cognitiva ecc. possono avere un **ruolo protettivo** per il declino cognitivo e le patologie neurodegenerative, mentre l'evidenza scientifica suggerisce che, adottando **adeguati stili di vita**, è possibile mantenere a un livello costante e ottimale l'abilità, la flessibilità e le prestazioni delle funzioni cognitive.

L'**edizione 2014** si arricchisce della preziosa collaborazione di *ReGenera Research group for Aging Intervention*, che apporta al convegno la partecipazione di relatori di fama internazionale sul tema della medicina *antiaging*.

RELATORI

Responsabile scientifico

Prof. Giuseppe Alfredo Iannocari

Docente in Scienze Umane all'Università Statale di Milano, Presidente Assomensana

Prof. Alessandro Antonietti

Professore Ordinario di Psicologia Generale all'Università Cattolica di Milano

Prof.ssa Patrizia Catellani

Professore Ordinario di Psicologia Sociale all'Università Cattolica di Milano

Prof.ssa Elena Cavallini

Ricercatore presso il Dipartimento di Psicologia dell'Università di Pavia

Prof. Benvenuto Cestaro

Direttore della Scuola di Specializzazione in Scienze dell'Alimentazione, Università Statale di Milano

Dott.ssa Rosi Angela Coerezza

Medico in Biotecnologie e Medicina Naturale a Milano

Prof.ssa Rossana De Beni

Professore Ordinario di Psicologia Generale all'Università di Padova, Presidente SIPI

Prof.ssa Rosanna Ercole Mellone

Docente in Scienze della Nutrizione all'Università San Raffaele nelle sedi di Roma e Milano

Dott. Antonino Frustaglia

Dirigente Medico Fisiatra - UO di Riabilitazione Specialistica - A. S. P. Golgi-Redaelli di Vimodrone (MI)

Prof. Alessandro Genazzani

Dipartimento di Ostetricia e Ginecologia, Centro di Endocrinologia Ginecologica, Università di Modena e Reggio Emilia

Prof. Eugenio Luigi Iorio

Presidente dell'Osservatorio Internazionale dello Stress Ossidativo

Prof. Paolo Mainardi

Chimico esperto di Neurochimica, Ricercatore DINOGMI Università di Genova

Prof.ssa Daniela Mari

Direttore della Scuola di Specializzazione in Geriatria - Università degli Studi di Milano

Prof. Francesco Marotta

Codirettore di Regenera Research Group for Aging Intervention, Prof., Dept Human Nutrition, Texas University, USA

Dott. Marco Metalla

Docente di Farmacia all'Università Statale di Milano - Farmacista, socio fondatore Farmacia Dott. Metalla Snc.

Prof. Roni Lara Moya

Docente di Medicina Ortomolecolare all'Università di Coimbra e Instituto Gulbenkian de Ciência (Portogallo)

Dott. Giovanni Occhionero

Docente all'Università "G.D'Annunzio" di Chieti

Prof.ssa Costanza Papagno

Professore Ordinario all'Università Milano-Bicocca, Presidente A.IT.A. Lombardia-Onlus

Dott. Luciano Peirone

Docente all'Università "G.D'Annunzio" di Chieti-Pescara

Dott. Ascanio Polimeni

Codirettore di Regenera Research Group for Aging Intervention

Prof. Giovanni Scapagnini

Professore Associato del Blanchette Rockefeller Neurosciences Institute, West Virginia University e Baltimora, USA

Dott. Giorgio Scivoletto

Direttore Generale ASL Rho-Milano

Dott. Claudio Tomella

Regenera Research Group for Aging Intervention, Presidente Olosmedica

Prof. Marco Trabucchi

Professore Ordinario di Neuropsicofarmacologia - Università di Roma Tor Vergata, Presidente Associazione Italiana di Psicogeriatrica

PROGRAMMA

- 08.45 - Registrazione partecipanti
- 09.30 - Saluti Autorità e presidente Assomensana
- 09.50 - *Situazione della nuova longevità in Lombardia* - G. Scivoletto

I sessione: Nutrizione, invecchiamento e cervello

Chairman: Dott. Ascanio Polimeni, Prof. Benvenuto Cestaro

- 09.50 - *L'azione dello stress ossidativo sul funzionamento cerebrale* - E.L. Iorio
- 10.10 - *Glicazione: una nuova minaccia che infiamma il cervello* - C. Tomella
- 10.30 - *Intestino e cervello: nuove metodologie diagnostiche e proposte di intervento* - F. Marotta
- 10.50 - Coffee break
- 11.20 - *Disturbi del sonno e invecchiamento* - A. Polimeni
- 11.40 - *L'invecchiamento attivo: un dovere dell'individuo e una speranza per la società* - M. Trabucchi
- 12.00 - *Progesterone e allopregnanolone: steroidi modulatori delle funzioni cerebrali nel corso della vita della donna* - A. Genazzani
- 12.20 - *Nutraceutici e decadimento cognitivo* - G. Scapagnini
- 12.40 - *Nutrizione cerebrale per combattere l'invecchiamento: la visione ortomolecolare* - R. Moya
- 13.00 - Buffet lunch

II sessione: Attività mentale, relazioni interpersonali e socializzazione, stili di vita e longevità mentale

Chairman: Prof.ssa Rossana De Beni, Prof. Alessandro Antonietti

- 14.00 - *Le minacce nell'invecchiamento mentale fisiologico e patologico* - G. Iannocari
- 14.20 - *Strumenti e metodologie per la valutazione del funzionamento cognitivo* - C. Papagno
- 14.40 - *Allenare la mente: se non la usi la perdi* - G. Iannocari, A. Bortolotti, S. Eralti
- 15.00 - *Potenziare la teoria della mente degli anziani per migliorarne le relazioni sociali* - E. Cavallini
- 15.20 - *Le relazioni interpersonali e l'emotività nell'invecchiamento di successo* - R. De Beni

Sessione parallela: Farmaceutica, fitoterapia e comunicazione per il benessere di mente e cervello

Chairman: Prof.ssa Rosanna Ercole Mellone

- 14.00 - *La longevità attraverso una sana alimentazione* - R. Coerezza
- 14.20 - *Le forme farmaceutiche utilizzate nella terapia antiaging: efficacia e biodisponibilità* - M. Metalla
- 14.40 - *Aging e fitoterapia: gli estratti vegetali per il riequilibrio ormonale* - G. Occhionero
- 15.00 - *Il ruolo dell'asse intestino cervello nella longevità* - P. Mainardi
- 15.20 - *Comunicazione e promozione di pratiche alimentari sane* - P. Catellani, M. Bertolotti, G. Chirchiglia
- 15.40 - Coffee break
- 16.10 - *L'attività fisica come fattore determinante per una sana longevità della mente* - M. Pallini
- 16.30 - *Sviluppare l'autoregolazione per sostenere stili di vita salutari* - A. Antonietti
- 16.50 - *Qualità del pensiero e longevità* - A. Frustaglia
- 17.10 - *Terza età e invecchiamento positivo: quando la saggezza si trasforma in salute* - L. Peirone, E. Gerardi
- 17.30 - *Oltre i 100 anni: what a beautiful mind* - D. Mari
- 17.50 - *Questionari ECM*
- 18.30 - *Fine lavori* - (Il programma potrebbe subire variazioni)

Sponsor del convegno:



Per informazioni e iscrizioni

Assomensana - Via Caronni, 2 - Monza
tel. **039.2622444** - fax **039.2320032**
segreteria@assomensana.it

www.assomensana.it