



CONVEGNO PREVENZIONE E LONGEVITÀ: DALLA SCIENZA ALLA PRATICA

LAZZARETTO DI CAGLIARI
Sabato 27 settembre 2025

INGRESSO LIBERO

- 8:30 Registrazione partecipanti
- 9:00 Saluti istituzionali
- 9:30 Introduzione al convegno
- 9:45 **SESSIONE 1**
Attività fisica e invecchiamento attivo
Moderatore: M. Boero
Attività fisica: un farmaco per una vita lunga e sana - M. Scorcù
- 10:15 **SESSIONE 2**
Nutrizione e metabolismo per la longevità
Moderatore: S. Muntoni
Consapevolezza alimentare e longevità: un binomio inscindibile - P. Belfiori
- 10:45 **SESSIONE 3**
Attività fisica e salute mentale nell'anziano
Moderatore: M. Melis
Mens sana in corpore sano: Giovenale aveva ragione? - P. Putzu
- 11:15 **TAVOLA ROTONDA**
Integrare prevenzione e stili di vita salutari nella comunità
Moderatore: M. Boero
Partecipanti: F. Calledda - F. Landi - C. Obino
F. Piras - R. Polo - P. Serra
- 12:30 Conclusioni

FACULTY

PABLO BELFIORI | Medico Nutrizionista Responsabile Ambulatorio Food for Mind Cagliari

MICHELE BOERO | Presidente Commissione Sport, Tempo Libero e Impiantistica Sportiva Comune di Cagliari

FRANCESCO CALLEDADA | Atleta

FRANCESCO LANDI | Direttore Dipartimento Scienze dell'invecchiamento, Ortopediche e Reumatologiche Università Cattolica Roma

MAURIZIO MELIS | Medico Neurologo già Direttore Dipartimento Neurologico e della Riabilitazione ARNAS G. Brotzu Cagliari

SANDRO MUNTONI | Direttore Centro Malattie Dismetaboliche Associazione ME.DI.CO. Onlus Cagliari

CHIARA OBINO | Atleta

FRANCESCO PIRAS | Medico Sportivo ASL Sulcis

RITA POLO | Presidente Commissione Salute e Benessere delle Cittadine e dei Cittadini Comune di Cagliari

PAOLO PUTZU | Medico Geriatra già Direttore Struttura Complessa Geriatrica P.O. SS Trinità Cagliari

MARCO SCORCU | Medico Sportivo Responsabile Centro Medicina dello Sport ASL Cagliari

PAOLO SERRA | Presidente ASD Cagliari Marathon Club