

# 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. Scorcu
- 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. Calleda - 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 CALLEDDA** | 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 Geriatria P.O. SS Trinità Cagliari
- MARCO SCORCU** | Medico Sportivo Responsabile Centro Medicina dello Sport ASL Cagliari
- PAOLO SERRA** | Presidente ASD Cagliari Marathon Club