



LUNEDÌ 25 OTTOBRE 2021, ORE 18

Scuola Universitaria Superiore IUSS, Aula Magna - Sala del Camino
Palazzo Broletto - Piazza della Vittoria 15, Pavia

IL SAPORE DEL BENESSERE

Il progresso, considerato un bene per l'uomo in termini di durata media e qualità della vita, ha portato a drastici cambiamenti dell'ambiente e delle condizioni di vita, sia nei paesi sviluppati che in quelli in via di sviluppo, che si riflettono in abitudini alimentari e stili di vita per lo più scorretti già a partire dall'età evolutiva. Il comportamento alimentare e l'attività fisica, aspetti centrali della nostra vita quotidiana, nascondono complesse interazioni tra i segnali provenienti dal corpo e dal cervello: le scelte alimentari e la regolare pratica dell'attività fisica sono infatti guidate da circuiti cerebrali in parte sovrapposti a quelli coinvolti nella regolazione delle emozioni, delle ricompense, dell'impulsività e dell'autocontrollo. Promuovere un'alimentazione corretta e la regolare pratica dell'attività fisica contribuisce a ridurre significativamente il rischio di patologie maggiormente prevalenti, migliorare il benessere psicofisico e garantire la qualità di vita a tutte le età.

INTRODUCE

Anna Cerniglia *Responsabile U.O. Comunicazione e Terza Missione, Scuola Universitaria Superiore IUSS di Pavia*

RELATORI

Hellas Cena

Medico Chirurgo, Specializzato in Scienza dell'Alimentazione, Professore Associato responsabile del Laboratorio di Dietetica e Nutrizione Clinica presso il Dipartimento di Sanità Pubblica, Medicina Sperimentale e Forense Università degli Studi di Pavia, responsabile del Servizio di Nutrizione Clinica e Dietetica, Unità di Medicina Interna ed Endocrinologia, ICS Maugeri I.R.C.C.S., Prorettore alla Terza Missione dell'Università di Pavia.

Giulia Mattavelli

Ricercatrice senior di Psicobiologia e Psicologia Fisiologica presso la Scuola Universitaria Superiore IUSS di Pavia, membro del Laboratorio di Neuroscienze cognitive IUSS - Maugeri e del centro di Ricerca IUSS Cognitive Neuroscience Center (ICON).

Luca Marin

Dottore di ricerca in Tecnologie per la Riabilitazione la Medicina e lo Sport, Membro del Laboratorio di Attività Motoria Adattata (LAMA) dell'Università di Pavia e del Laboratorio per la Riabilitazione la Medicina e lo Sport (LARMS) Corso di Laurea in Scienze Motorie.

INGRESSO LIBERO SECONDO LE NORME COVID-19 VIGENTI.

Prenotazione obbligatoria scrivendo a terzamissione@iusspavia.it entro il 20 ottobre 2021

Contatti: 0382 375856 – Evento organizzato nell'ambito delle attività di Public Engagement.



IUSS

Scuola Universitaria Superiore Pavia

www.iusspavia.it

