

# Incontro ciclo benessere

autore  
moderatore

con

## Filippo ONGARO

e la partecipazione di Lucio Lucchin



Presentazione del libro  
**Mangia che ti passa. Uno sguardo  
rivoluzionario sul cibo per vivere più  
sani e più a lungo.**

Piemme, 2011

**martedì 15 novembre 2011**  
**ore 17.30 - sala convegni**  
**Centro Formazione professionale**  
**Via S. Geltrude, 3 Bolzano**

### Filippo Ongaro

È considerato uno dei pionieri europei della medicina funzionale e anti-aging.

Ha vissuto per molti anni all'estero dove ha lavorato come medico degli astronauti presso l'Agenzia spaziale europea (ESA).

Ha collaborato con la NASA e l'Agenzia spaziale russa allo sviluppo di metodologie preventive e terapeutiche per contrastare l'invecchiamento accelerato a cui sono esposti gli astronauti in orbita.

È vicepresidente dell'Associazione Medici Italiani Anti-aging (AMIA) e direttore sanitario dell'Istituto di medicina rigenerativa e anti-aging (ISME-RIAN) di Treviso.

### Lucio Lucchin

Direttore Medico dell'Unità Operativa Complessa di Dietetica e Nutrizione Clinica del Comprensorio Sanitario di Bolzano, specializzato in Gastroenterologia ed Endoscopia Digestiva e in Scienza dell'Alimentazione è professore a contratto presso la Scuola di Specializzazione in Scienza dell'Alimentazione all'Università di Padova e Pavia. Presidente dell'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica (ADI) e Vice Presidente del Consiglio Provinciale di Sanità della Provincia di Bolzano. Ha ricoperto il ruolo di segretario generale della Federazione delle Società Italiane di Nutrizione (FeSIN). È stato membro della Task-force obesità Italia e di Commissioni del Ministero della Salute. Ha pubblicato a tutt'oggi 170 articoli scientifici, e 38 tra articoli e monografie a carattere divulgativo. È stato relatore e moderatore in 160 corsi, congressi e convegni a carattere nazionale e internazionale.

## il libro

Mettereste della sabbia nel serbatoio della vostra automobile? Certamente no. Eppure molti di noi fanno qualcosa di simile, ogni giorno, con una macchina assai più preziosa e delicata: il nostro organismo. In una vita di 80 anni una persona ingerisce in media dalle 30 alle 60 tonnellate di cibo. È quindi poco prudente sottostimare l'effetto della nutrizione sulla nostra salute. Di fatto, però, è ciò che è accaduto negli ultimi cento anni, nel corso dei quali la massiccia industrializzazione della produzione alimentare ha reso la nostra dieta terribilmente povera di nutrienti lasciandola ricca di una sola cosa: le calorie. Le nuove frontiere della genomica ci insegnano però che il cibo non è un semplice carburante, ma ha un ruolo assai più importante: "dialoga" con il nostro organismo, mandando messaggi di salute o malattia. Sul piano scientifico, negli ultimi decenni sono emersi infatti con certezza non solo gli effetti dannosi dell'alimentazione moderna ma anche quelli preventivi e perfino terapeutici dei cibi naturali. È stato scoperto come le sostanze contenute nei cibi sono in grado di interagire con i nostri geni, fino a modulare le risposte cellulari. È questo il campo della nutrigenomica, una disciplina che sta rivoluzionando il modo di considerare il cibo e che ci offre le conoscenze per utilizzare i nutrienti al fine di "riparare" il nostro terreno biologico, impedendo che vi attecchiscano le malattie e favorendo il fiorire della salute.

## a cura di

### Biblioteca

#### Formazione Professionale in lingua italiana

Via S. Geltrude 3 - Bolzano

Tel. 0471 414409 / 03

e-mail: [franca.carol@provincia.bz.it](mailto:franca.carol@provincia.bz.it)

[www.provincia.bz.it/formazione-professionale/biblioteca.asp](http://www.provincia.bz.it/formazione-professionale/biblioteca.asp)

catalogo online: <http://aleph-opac.provinz.bz.it/F>

### Come raggiungerci:



**7a e 7b** Via S. Geltrude  
ogni 10 min.

**10a e 10b** Via C. Augusta  
ogni 15' - 12'



### I nostri precedenti incontri (103)

A. Galgano, R.P. Felicioli, R. Prodi, A. Carretta, E. Pugliese, A. Tamborlini, P.G. Perotto, P. Jankowitsch, R. Brunetta, J.W. Cole, A. Mascagni e V. Calí, G. Politi, S. de Rachewiltz - C. von Hartungen, G. Albertoni, E. Schaller - C. Zoli - G. Baur, Di Nubila, O. Lechner, A. Nardi, G. Roma, D. De Masi, G. Salghetti Drioli e Elmar Pichler Rolle, M. Martini, R. Giardina, C. Romeo, W. Dondio, R. di Gregorio, J. Petersen, E. Spaltro, S. Lanaro, F. Barbieri, G. Dioguardi, M. Pellerey, R. Titone, S. Coffinati, S. Gherardi e D. Gottardi, A. Monasta, H.P. Martin, A. Accornero, N. Delai, F. Butera, E. Morgagni, D. Nicoli, G. Sarchielli, P.A. Giovannetti, G. Maiolo, G. Pollini e C. Buzzi, M. Sclavi, M. Zipponi, P. Crepet, S. Goglio e F. Farinelli, P.C. Rivoltella, T. Treu, M. Cacciari, N. Cacace, C. Piccardo e A. Benozzo, B. Luverà, A. Canevaro, G. Da Empoli, L. Muraro, D. De Masi, A. Nannicini e M. Bonetti, D. Maraini, G. Chiari, P. G. Bresciani, V. Castronovo, A. Aluffi Pentini, M. Travaglio, P. Attivissimo, M. Franchi, P. Nicoletti, G. Petter, F. Sabahi, G. Lerner, G. Bissolo - L. Fazzi, M. Hack, (Water), D. Demetrio, P. Innocenti, A. Shiri, G. Bissolo e M.V. Gianelli, F. Sandri e S. Schmid, E. Ciconte, P.G. Bresciani, C. Di Gregorio - G. Rispoli, G. Principe, M.P. Le Breton, B. Gualtiero, S. Laffi, E. Ciconte, G. Ayala, L. Toresini, G. Colombo, G. Bissolo - M.V. Gianelli, G. Bertagna, D. Segre, L. Fiorini, M.L. Piccinni, D. Nicoli, G. Scotto - M. Castoldi, F. Frabboni, E. Damiano, E. Rosso, P. G. Ellerani, S. Bartolini.