

# LONGEVITY & NUTRITION SUMMIT

## Programma

<b>08:30</b>	Accoglienza e registrazione
<b>09:00</b>	Benvenuti nel futuro della salute (Presentazione introduttiva)
<b>09:10</b>	Dal cibo ancestrale al cibo ultraprocessato: un corto-circuito per la longevità (P. Mignano)
<b>09:50</b>	Glucosio e insulina: l'equilibrio nascosto che decide la tua energia e il tuo invecchiamento (I. Fabbri)
<b>10:30</b>	Coffee Break
<b>11:00</b>	Gli ormoni che ci fanno ringiovanire (F. Rossi)
<b>11:40</b>	Bellezza e longevità: il volto dell'età biologica (M. Gioco)
<b>12:20</b>	Domande dal pubblico
<b>12:30</b>	Light Lunch
<b>14:00</b>	Spazio partner (Norsan)
<b>14:40</b>	Le molecole della longevità: dalla nutraceutica alla nuova era dei peptidi bioattivi (V. Solari)
<b>15:20</b>	Fertilità (titolo provvisorio) - (M.G. Minasi)
<b>15:40</b>	Neurologia (M.Viana)
<b>16:00</b>	Ormoni e longevità: la chiave biologica dell'età che conta (L. Riganelli)
<b>16:40</b>	Nutrizione e infiammazione silente: il vero segreto della prevenzione (F. Marinelli)
<b>17:20</b>	Tavola rotonda e sessione pratica: vivere la longevità nella vita quotidiana



11 aprile 2026



Best Western Plus Hotel Universo,  
Via Principe Amedeo 5/B, Roma