

LONGEVITY & NUTRITION SUMMIT

08:30	Accoglienza e registrazione
09:00	Benvenuti nel futuro della salute (Presentazione introduttiva)
09:10	Dal cibo ancestrale al cibo ultraprocesato: un corto-circuito per la longevità (P. Mignano)
09:50	Glucosio e insulina: l'equilibrio nascosto che decide la tua energia e il tuo invecchiamento (I. Fabbri)
10:30	Coffee Break
11:00	Gli ormoni che ci fanno ringiovanire (F. Rossi)
11:40	Bellezza e longevità: il volto dell'età biologica (M. Gioco)
12:20	Domande dal pubblico
12:30	Light Lunch
14:00	Spazio partner (Norsan)
14:40	Le molecole della longevità: dalla nutraceutica alla nuova era dei peptidi bioattivi (V. Solari)
15:20	Dallo Stress Ossidativo alla Salute Riproduttiva: quando i nutraceutici sono una realtà scientifica - (M.G. Minasi)
15:40	Longevità e cervello: i nutraceutici chiave per proteggere la nostra età biologica (M.Viana)
16:00	Ormoni e longevità: la chiave biologica dell'età che conta (L. Riganelli)
16:40	Nutrizione e infiammazione silente: il vero segreto della prevenzione (F. Marinelli)
17:20	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**