

# LONGEVITY & NUTRITION SUMMIT

<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 ultraprocessoato: 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>	Dallo Stress Ossidativo alla Salute Riproduttiva: quando i nutraceutici sono una realtà scientifica - (M.G. Minasi)
<b>15:40</b>	Longevità e cervello: i nutraceutici chiave per proteggere la nostra età biologica (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**