PROGRAMMA

+VITA

OLTRE LA LONGEVITÀ:
COME VIVERE MEGLIO, PIÙ A LUNGO.

FORUM › 14 NOV 2026
HILTON ROME EUR LA LAMA

POWERED BY Therapeia | CENTRO MEDICO MULTIDISCIPLINARE

Il programma del Forum

14 novembre 2026

10:00	Saluti istituzionali e introduzione al Forum
10:30	La scienza della Longevity
11:30	Coltivare la Longevity
15:00	Costruire la Longevity
16:00	Allenare la Longevity

SALUTI ISTITUZIONALI

Massimiliano Maselli
Assessore all'Inclusione sociale e
Servizi alla persona della Regione Lazio

Titti di Salvo
Presidente del Municipio IX Roma - Eur

Scienza
DELLA LONGEVITY

10:30

FOCUS

Che cos'è la Longevity

Medicina delle 4P

Scienza e biologia dell'invecchiamento

Genetica ed epigenetica

Microbiota

Biomarcatori

Intelligenza artificiale e wearable

Blue Zones

Power 9

RELATORI

Dott. Enrico Antonini
Medico specialista in Ortopedia e Traumatologia e Direttore Sanitario del Centro medico multidisciplinare Therapeia

Padre Paolo Benanti
Professore Associato di Etica delle Tecnologie e Digital Ethics LUISS Guido Carli e Presidente della Commissione Algoritmi Presidenza del Consiglio dei Ministri

Prof. Pietro Paganini
Professore Aggiunto in Business Administration presso la John Cabot University di Roma e presso la Fox School of Business della Temple University.

Prof. Francesco Landi
Direttore Dipartimento Scienze dell'invecchiamento Policlinico Gemelli IRCCS

Carmelo Saccà
Atleta Master, specialista della maratona.

Coltivare
LA LONGEVITY

11:30

FOCUS

Alimentazione e prevenzione

Obesità

Nutrizione clinica

Dieta Mediterranea

Crononutrizione

Educazione alimentare

Cucina come prevenzione

Benessere psicologico

Sostenibilità

RELATORI

Dott.ssa Silvana Campisi
Esperta in biologia e medicina rigenerativa

Dott.ssa Maria Elena Spoltore
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Metabolismo

Dott.ssa Linda Craja
Biologa nutrizionista

Dott.ssa Barbara Coleschi
Psicologa e Psicoterapeuta

Chef Cristina Bowerman
Chef stellata, imprenditrice e protagonista della cucina contemporanea italiana

+VITA

Costruire

LA LONGEVITY

15:00

FOCUS

Massa muscolare

Postura

Equilibrio

Sarcopenia

Recupero

Sonno

Forza

Respirazione

Attività fisica

Prevenzione degli infortuni

RELATORI

Dott. Mario Sbardella
Specialista in Ortopedia e Traumatologia

Prof. Nicola Marotta
Specialista in Neurochirurgia, Responsabile dell'Equipe di Chirurgia Vertebrale presso l'Ospedale S. Carlo di Nancy di Roma

Giordano Collettini
Osteopata

Gabriele Cavalieri
Fisioterapista e Osteopata

Nicola De Palo
Maratoneta e membro del Consiglio Direttivo di Bianco Airone Onlus

+VITA

Allenare

LA LONGEVITY

16:00

FOCUS

Movimento come prevenzione

Esercizio fisico personalizzato

Forza e mobilità

Equilibrio e coordinazione

Riabilitazione

Recupero funzionale

Ritorno all'attività

Attività fisica lungo tutto l'arco della vita

RELATORI

Dott. Marco Spoliti
Primario in Ortopedia e Traumatologia ospedale San Camillo Roma

Prof. Andrea Turchi
Medico estetico, ossigeno-ozonoterapia e IV Therapy Specialist

Ferdinando Margutti
Fisioterapista

Dott.ssa Manuela Tofanicchio
Specialista in Medicina Fisica e Riabilitativa

Dott. Federico Tundo
Specialista in Ortopedia e Traumatologia

Antonella Palmisano
Campionessa olimpica di marcia 20 km e atleta della Nazionale italiana di atletica leggera

Patrocini

Con il sostegno di

ROMA

Assessorato alle Politiche Sociali e alla Salute

SPORT E SALUTE

Media Partner

Dimensione Suono Soft, emittente del Gruppo RDS,
è la radio del benessere: una selezione raffinata di grandi successi e sonorità soft, accompagnata da informazione e rubriche dedicate a cultura, gusto e salute.
Al fianco del Forum +VITA, condivide l'attenzione al vivere bene, ogni giorno.