IKOS ECM

E.C.M.

LONGEVITÀ E SPORT



Convegno BiosSport

7,0 CREDITI ECM

con il patrocinio di

UPO
UNIVERSITÀ DEL PIEMONTE ORIENTALE

ORDINE DEI BIOLOGI
Piemonte – Liguria – Valle d'Aosta

Sabato
28 NOVEMBRE 2026

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI TORINO
DIP. SCIENZE DELLA VITA E CITOLOGIA DEI SISTEMI
VIA ACCADEMIA ALBERTINA, 13 - TORINO



CLICCA "QUI" PER ISCRIVERTI

BIOSPORT

RAZIONALE

Perché la "Longevity" è il futuro della Nutrizione Sportiva
Oggi l'obiettivo dell'atleta e del paziente attivo si è evoluto: non si cerca più soltanto la massima performance nel breve termine, ma una longevità ad alte prestazioni. Scienza e mercato stanno convergendo verso la Longevity, trasformando lo sport e la nutrizione nei pilastri per rallentare l'invecchiamento biologico, preservare la massa muscolare e prevenire l'infiammazione cronica.
Per il biologo nutrizionista e il professionista dello sport, questo rappresenta un cambio di paradigma e, soprattutto, una straordinaria opportunità di posizionamento sul mercato. Chi non si aggiorna oggi su questi temi rischia di applicare modelli superati e di perdere attrattività nei confronti di una platea di utenti sempre più esigente, attenta alla salute cellulare e bombardata da mode passeggere prive di fondamento scientifico.

Dalla Ricerca all'Applicazione in Studio
Il convegno BiosSport: Longevità e Sport nasce per fornire risposte concrete e riscontri basati sulle evidenze (Evidence-Based Medicine), destrutturando i falsi miti e offrendo protocolli applicabili fin dal lunedì successivo in studio.
Il programma si articola in due sessioni strategiche che coprono l'intero spettro della bio-longevità:
La transizione biologica ed epigenetica (1° Sessione): Un viaggio profondo che va dall'integrità dei telomeri all'impatto dello stress ossidativo, dagli studi epigenetici sui gemelli monozigoti fino alle nuove frontiere terapeutiche del controllo glicemico, delle incretine, di antiossidanti e prebiotici per spegnere la low-grade inflammation (infiammazione di basso grado).
La centralità del muscolo e della nutrizione pratica (2° Sessione): Il muscolo inteso come vero e proprio "investimento biologico" e organo endocrino. Verrà sviscerato il ruolo chiave del macronutriente strutturale per eccellenza (le proteine), analizzando modelli virtuosi come il bodybuilding natural e discipline di mantenimento muscolo-articolare come la Gym Boxe, senza dimenticare l'impatto psicologico e sociale della longevità attiva.
Faculty d'Eccellenza Multidisciplinare: Un parterre di relatori che unisce il mondo universitario (Università di Torino, Università di Camerino, Università del Piemonte Orientale), medici di medicina funzionale e sistemica di livello internazionale (collaboratori CENARD), biologi nutrizionisti, psicoterapeuti ed esperti di preparazione atletica d'élite.

PROGRAMMA

09.00 - 09.30 Registrazione partecipanti

1° SESSIONE — QUADRO GENERALE E BASI BIOLOGICHE

09.30 - 09.50 Apertura dei lavori e Saluti Istituzionali

09.30 - 09.50 Introduzione longevità e sport, sistema sanitario e trasformazione dei consumi e modelli di sviluppo, ma attenzione alle mode - **Marco Zanetti**

10:20 – 10:50 Dalla pista ai cromosomi: 'Correre' verso la longevità? L'esercizio fisico nella preservazione dell'integrità telomerica: ruolo di telomerasi, infiammazione cronica e stress ossidativo nell'invecchiamento biologico - **Andrea Ipucha Perez**

10:50 – 11:20 Spunti su longevità e pratica sportiva emergenti da studi genetici ed epigenetici su gemelli monozigoti **Cristiana Lo Nigro**

11:20 – 11:40 **Coffee break**

11:40 – 12:10 Sport, controllo glicemico, incretine e longevity: terapie di supporto possibili **- Donato Colangelo**

12:10 – 12:40 Antiossidanti e prebiotici per prevenire la low-grade inflammation: uno studio di economia circolare **Enrica Pessione**

12.40 - 13.10 Valutazione Dell età biologica,Sport come prevenzione e terapia delle patologie croniche **Caravario Andrea**

13:10 – 14:00 **PAUSA PRANZO**

2° SESSIONE — MUSCOLO, NUTRIZIONE E PRATICHE ATTIVE

14:00 – 14:30 Proteine: il macronutriente strutturale per muscolo, metabolismo e longevità **- Manuela Dursi**

14:30 – 15:00 Forza per vivere: il muscolo come investimento biologico sulla qualità degli anni **- Gianluca Sozzi**

15:00 – 15:30 Bodybuilding e longevità, il natural come risorsa ed esempio imprescindibile per una vita di qualità **Roberto Mazzoli**

15:30 – 15:45 **Pausa**

15:45 – 16:15 La Gym Boxe: allenamento per il mantenimento muscolo-articolare in aiuto alla longevità **Roberto Cirelli**

16:15 – 16:45 Sport e partecipazione sociale. Strategie nella Longevity attiva per contrastare isolamento e solitudine **Tugnoli Adriana**

16:45-17:15 L'involuzione dell'equilibrio ed il rischio di caduta nel corso dell' invecchiamento - **Stradijot Fulvio**

17:15 – 17:45 **Tavola rotonda conclusiva, Domande & Risposte e Chiusura Convention**

BIOSPORT

COMITATO SCIENTIFICO

Canavero Valter
Ghiglia Annalisa
Lo Nigro Cristiana
Zanetti Marco

FACULTY

Caravario Andrea	Medico Sportivo
Cirelli Roberto	Esperto di preparazione atletica nel Pugilato, Esperto nella gestione dei carichi di allenamento, nella prevenzione dei traumi sportivi e nella valorizzazione dell'atleta a lungo termine
Colangelo Donato	PhD - Professore Aggregato di Farmacologia Facoltà di Medicina e Chirurgia Università Piemonte Orientale
Dursi Manuela	Biologa Nutrizionista
Lo Nigro Cristiana	Tesoriere BIOSSPORT
Ipucha Perez Andrea Noemi	Medico di medicina funzionale e sistemica, collaboratore CENARD (centro nazionale alto rendimento sportivo argentino), educatore alimentare FITP, medico di gara FIM
Mazzoli Roberto	Università di Camerino, p.a. Scienze del Fitness
Pessione Enrica	Università degli Studi di Torino
Sozzi Gianluca	Biologo nutrizionista, preparatore sportivo di endurance
Stradijot Fulvio	Chinesiologo adattativo certificato; board scientifico ILL Italian Longevity League; Consigliere per l'innovazione SIH Sport Innovation Hub Torino
Tugnoli Adriana	Psicologa Clinica e Psicoterapeuta
Zanetti Marco	Presidente Biossport, Biologo Nutrizionista, Dr. Farmacia, già Presidente FIBBN

SCAN HERE!

QUOTE ISCRIZIONE:
ENTRO IL 13/09/2026
€ 65,00 + IVA CON CREDITI ECM
€ 50,00 + IVA SOCI BIOSSPORT E ASSOCIATI FNOB CON CREDITI ECM

DAL 14/09/2026
€ 80,00 + IVA CON CREDITI ECM
€ 65,00 + IVA SOCI BIOSSPORT E ASSOCIATI FNOB CON CREDITI ECM

PROVIDER E SEGRETERIA ORGANIZZATIVA:

IKOS S.r.l. - Accr. N. 1809
Via Michele Lessona, 30 - 10145 Torino
Tel. 011.377717
servizioclienti@ikossrl.com - www.ikosecm.it

BIOSSPORT