

Invito

EXPO: NUTRIRE BENE IL CERVELLO PER TENERLO IN FORMA

Pesce azzurro, caffè, frutta, verdura, pasta e pane integrale ma anche un bicchiere di vino rosso: sono solo alcuni dei tanti i cibi che possono aiutare il cervello a rimanere in forma e contrastare il suo invecchiamento. Regione Lombardia e Istituto Besta organizzano in Expo 2015 un evento per parlare di come nutrire il cervello per mantenerlo giovane

La Regione Lombardia e l'Istituto Neurologico "Carlo Besta" organizzano martedì 21 luglio presso il Padiglione Italia a **Expo Milano 2015** l'incontro divulgativo **Feeding the brain** in cui si parlerà di come "nutrire il cervello", cioè di come il cibo possa essere una risorsa e "farmaco" per la salute del cervello e del sistema nervoso.

Qualche esempio? La dieta mediterranea e la pasta integrale possono aiutare a prevenire la sindrome di Alzheimer; frutta, verdura e pesce azzurro aiutano il cervello a restare giovane; cioccolato e peperoncino favoriscono lo scatenarsi del mal di testa mentre il caffè può essere un valido aiuto per bloccare sul nascere un attacco di emicrania; un bicchiere di vino rosso può aiutare a prevenire il decadimento delle capacità cognitive con l'avanzare degli anni. Inoltre, si parlerà anche di morbo della mucca pazza come esempio delle gravi conseguenze che possono portare alla salute dell'uomo, e non solo all'ambiente, l'allevamento intensivo e le sofisticazioni alimentari: causa di questa emergenza sanitaria fu, infatti, l'aver alimentato gli animali con farine artificiali, contenenti anche i resti di altri bovini.

"Feeding the brain"
Martedì 21 luglio 2015, dalle 14.30
Auditorium
Palazzo Italia, 1° piano
Padiglione Italia - Expo Milano 2015

Per ragioni organizzative i giornalisti, i fotografi e le truppe radiotelevisive sono pregate di accreditarsi entro le ore 13 del 20 luglio 2015 all'indirizzo: ufficiostampa.besta@segrp.it

Programma

- 14.30 – 14.45 Apertura lavori
Maria Antonietta Biancheri, Direzione generale Salute, Regione Lombardia
- 14.45 – 15.00 Alimentazione sana e cervello sano
Ferdinando Cornelio, Istituto Neurologico "Carlo Besta"
- 15.00 – 15.30 Dieta mediterranea e invecchiamento cerebrale
Carlo Logroscino, Università degli Studi di Bari "Aldo Moro"
- 15.30 – 15.45 Domande del pubblico e discussione
- 15.45 – 16.15 Malattie neurologiche dell'infanzia e alimentazione
Pierangelo Veggiotti, IRCCS Fondazione Istituto Neurologico Nazionale "C.Mondino"

16.15 – 16.45 Cefalee e alimentazione

Licia Grazzi, Istituto Neurologico "Carlo Besta"

16.45 – 17.15 Che cosa ci ha insegnato la "mucca pazza"

Fabrizio Tagliavini, Istituto Neurologico "Carlo Besta"

17.15 – 17.30 Discussione e conclusioni

Modera Michela Morbin, Istituto Neurologico "Carlo Besta"

Ufficio Stampa

SEC Relazioni Pubbliche e Istituzionali srl

Laura Arghittu - 02 6249991 - cell. 335 485106

Federico Ferrari – 02 6249998 – cell. 347 6456873

Email: ufficiostampa.best@secrp.it