

## **KC Catania Est - Incontro su *Stile di Vita e Nutrizione: prevenzione primaria e terapia integrata***

Rosalba, 30 maggio 2019, 17:08

In data 25 maggio 2019 presso i locali dell' Hotel Nettuno, il Presidente del Kiwanis Catania Est, P.I. Paolino Maniscalco, ha organizzato un incontro su **Stile di Vita e Nutrizione: prevenzione primaria e terapia integrata**, relatrice la Professoressa Marcella Renis, Professore Ordinario di Biochimica clinica e Biologia molecolare clinica presso il Dipartimento di Scienze del Farmaco dell' Università di Catania.

L' incontro, moderato dalla Dott.ssa Domenica Pulvirenti, Direttore U.O.C. Igiene e Ambienti di Vita dell' ASP di Catania, mira alla corretta informazione del valore del nutrimento e dello stile di vita al fine di prevenire l' invecchiamento e le malattie croniche, strettamente legate al microbiota intestinale.

L' argomento è stato trattato in maniera brillante dalla Prof.ssa Renis, la quale, coinvolgendo anche i non addetti ai lavori, ha definito il concetto di benessere come equilibrio tra corpo, mente, organi, riposo, attività fisica e convivialità, contrapponendolo a quello di malattia, inteso come disequilibrio.

La professoressa ha sottolineato l' importanza di una dieta varia, bilanciata ed equilibrata anche in relazione alla stagionalità degli alimenti.

Tali argomentazioni, supportate da numerosi studi ed evidenze scientifiche, hanno rilevato nuovi rapporti tra nutrizione, metabolismo e comportamento, definendo come la crononutrizione sia un modo di nutrirsi che rispetta il nostro orologio biologico, scandito dalle variazioni metaboliche che intervengono durante la giornata.

È di notevole importanza, inoltre, porre l' attenzione all' indice glicemico, ai diversi antinutrienti e ai contaminanti, al fine di evitare disbiosi, un disordine metabolico che può avere effetti negativi sul funzionamento di diversi organi.

Il futuro e la prevenzione per tali tematiche sono rappresentati dalla metabolomica, una scienza innovativa che consente di praticare una medicina personalizzata esaminando il profilo di diversi metaboliti, presenti nel sangue, urine e saliva, che forniscono informazioni su patologie anche in fase di sviluppo.

A conclusione dell' incontro numerosi sono stati gli interventi dei presenti, soprattutto sull' utilizzo degli integratori e della vitamina D, a dimostrazione dello spiccato interesse per gli argomenti trattati.

**Prof.ssa Marcella Renis**

**Dr.ssa Domenica Pulvirenti**

*Chairman Comunicazione e Formazione*

**Antonino Papotto**



*Il Presidente*  
*Sig. Paolino Maniscalco*  
*Anno Sociale 2018—2019*



*Siamo lieti di invitare la S.V. e gentile consorte*  
*all' incontro su*  
***Stile di Vita e Nutrizione:***  
***prevenzione primaria e terapia integrata***  
*che avrà luogo sabato 25 maggio 2019 alle ore 19,30*  
*presso i locali dell'Hotel Nettuno*  
*Viale Ruggero di Lauria, 121 Catania*

*Relatore:*  
***Prof.ssa Marcella Renis***  
*Professore Ordinario di Biochimica Clinica e Biologia molecolare*  
*clinica*  
*presso il Dipartimento di Scienze del Farmaco*  
*dell'Università degli Studi di Catania*

*Moderatore*  
***Dott.ssa Domenica Pulvirenti***

















