



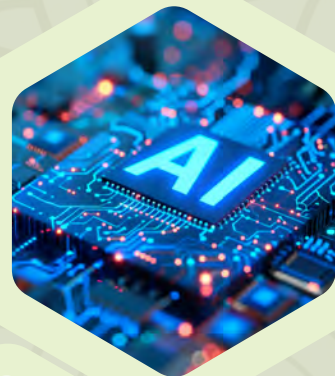
**NUTRAGE**  
Consiglio Nazionale delle Ricerche

# Vivere bene e vivere a lungo

Stili di vita, alimentazione e microbiota si intrecciano all'intelligenza artificiale per aprire una nuova frontiera per il benessere, in particolare nell'ambito dell'**invecchiamento attivo** e in salute. La prevenzione non si limita più a consigli generici: possiamo prevedere rischi, monitorare lo stato di salute e personalizzare strategie di intervento per garantire un invecchiamento più sano e attivo. Anche l'alimentazione, da sempre pilastro del nostro equilibrio, evolve in chiave digitale. L'analisi avanzata delle abitudini nutrizionali e dei bisogni individuali, insieme allo studio del microbiota, consente di costruire **percorsi personalizzati** che favoriscono la **longevità** e la vitalità anche nelle fasi più avanzate della vita. Ma è lo stile di vita in generale la chiave che influenza profondamente i processi di invecchiamento e la salute generale. In questo scenario, la tecnologia ci aiuta a comprendere, prevenire e agire, migliorando la nostra capacità di vivere un invecchiamento attivo.

**26 ottobre, ore 17:30**

**Biblioteca Universitaria di Genova**  
**Via Balbi, 40**



R  
E  
L  
A  
T  
O  
R  
I

Dr. Angelo Santino  
Dirigente di Ricerca

Dr.ssa Sara Marinelli  
Primo Ricercatore

Dr. Angelo Facchiano  
Dirigente di Ricerca

Dr. ssa Carlotta De Filippo  
Dirigente di Ricerca

*Un dialogo guidato da*

Dr.ssa Federica Tenaglia  
Resp. comunicazione  
Nutrage



Festival della Scienza



Consiglio Nazionale  
delle **Ricerche**