

NEWSLETTER

SALUTE ATTIVA

maggio 2026



Cari amici,

da oltre 30 anni accompagniamo le persone in un percorso di salute concreto, personalizzato e duraturo, mettendo al centro la prevenzione, la cura e il miglioramento della qualità della vita.

Presso il Centro Bernstein offriamo servizi di fisioterapia, riabilitazione, ginnastica posturale, Medical Fitness, Pilates, idrochinesiterapia, yoga terapeutico e percorsi specifici dedicati al benessere osteoarticolare e muscolare. Ogni proposta nasce dall'integrazione tra competenza professionale, attenzione alla persona e una visione globale del corpo.

Crediamo che ogni individuo abbia esigenze uniche: per questo sviluppiamo programmi su misura, costruiti sulle reali necessità di ciascuno, con l'obiettivo di recuperare funzionalità, ridurre il dolore e migliorare il benessere nella vita quotidiana.

In questa newsletter siamo lieti di presentarvi il prossimo convegno da noi organizzato in collaborazione con DMSA (www.dmsa.it), sotto la supervisione del Prof. Ottavio Bosello, che si terrà il 30 maggio 2026. Il tema sarà la longevità e la profonda rivoluzione culturale che questa visione porterà nei prossimi anni.

L'intelligenza artificiale sta accelerando i cambiamenti in atto, anche nel mondo sanitario e sportivo. Oggi stare bene non significa soltanto curarsi, ma imparare a prendersi cura di sé ogni giorno, con consapevolezza.

Sarà un piacere condividere con voi questo momento di approfondimento e confronto.

Vi aspettiamo al convegno.

Lo staff del Centro Bernstein

Longevity Revolution
30 Maggio 2025
Come migliorare l'età biologica e vivere a lungo.
Centro Congressi DB Hotel – Sommacampagna (Vr)

Presentazione del Convegno – Longevity Revolution

Longevity Revolution è un convegno scientifico e divulgativo dedicato al tema della longevità attiva e della qualità della vita nel tempo, con l'obiettivo di approfondire come migliorare l'età biologica e vivere più a lungo in salute.

L'evento si terrà sabato 30 maggio 2026 presso il Centro Congressi DB Hotel, e riunirà medici, ricercatori e professionisti della salute provenienti da diverse realtà accademiche e cliniche del Nord Italia. Il convegno propone un approccio multidisciplinare alla longevità, affrontando il tema dell'invecchiamento non solo come processo biologico, ma anche come fenomeno sociale, economico e culturale. La mattinata sarà dedicata agli aspetti teorici e clinici: definizione di longevità, fattori favorevoli, patologie correlate, ruolo dell'infiammazione cronica e della sarcopenia, con uno sguardo alle cosiddette Blue Zones e ai meccanismi che influenzano l'età biologica.

Nel pomeriggio l'attenzione si sposterà su strategie concrete di prevenzione e intervento, con focus su:

- attività fisica e forza muscolare come veri e propri "farmaci" anti-aging
- alimentazione, restrizione calorica e cibi anti-aging
- salute cerebrale e prevenzione del declino cognitivo
- nuovi programmi e approcci integrati alla longevità

La giornata si concluderà con la presentazione del Manifesto della Longevità, un decalogo di regole pratiche per promuovere una longevità attiva, consapevole e sostenibile.

Longevity Revolution si rivolge a professionisti sanitari, operatori del movimento e del benessere, studenti, amministratori e a tutti coloro che desiderano comprendere come le scelte quotidiane possano incidere profondamente sulla durata e sulla qualità della vita.

Un'occasione di confronto scientifico e culturale per ripensare l'invecchiamento non come un limite, ma come una risorsa.

9.20 Apertura dei lavori.

Alda Boccini (Genova)

“Come vivere cent’anni in salute”

Prima sessione

Moderatori: Alessandro Lechi – Giorgio Pasetto

9.40 *La longevità. Definizione, caratteristiche cliniche e ricadute sociali*

Ottavio Bosello (Verona)

→ “Longevità: cosa significa veramente vivere più a lungo? “Le blu zone”.

10.10 *I fattori favorenti la longevità*

Giuseppe Sergi (Padova)

→ “Perché alcuni vivono più a lungo? I fattori che fanno la differenza”

10.40 *Le ricadute socio-economiche*

Paola Tessitore (Verona)

→ “Una società che invecchia: opportunità e sfide per economia e welfare”

11.00 *Le patologie correlate*

Francesco Fantin (Trento)

→ “E’ l’invecchiamento che facilita le malattie o sono le malattie che fanno invecchiare?”

11.45 *Inflammaging e stress ossidativo*

Elena Zoico (Verona)

→ “Il fuoco invisibile: infiammazione e ossidazione accelerano l’età biologica

12.15 *Lettura*

Introduce Giuseppe Sergi

- *La sarcopenia*

Mauro Zamboni (Verona)

Seconda Sessione

Moderazione: Ottavio Bosello - Vincenzo Di Francesco

14.00 L'Attività fisica.

Eugenio Cavallo (Verona)

→ "Il movimento come farmaco: camminare, correre, pedalare e andare in palestra per vivere più sani e più a lungo"

14.20 Attività fisica. La forza è meglio della magrezza

Giorgio Pasetto (Verona)

→ "Muscoli o bilancia? Perché la forza batte il peso ideale"

14.40 Il ruolo dell'alimentazione. I cibi anti-aging

Gloria Mazzali (Verona)

→ "L'alimentazione dei centenari. Mangiare per invecchiare in salute"

15.10 Brain longevity

Marina Malena (Rovigo)

→ "E' possibile contrastare l'invecchiamento cerebrale?"

15.30 Long life program

Ennio De Bartolomei (Verona)

→ "Nuovi approcci all'invecchiamento"

15.50 Il movimento nel lavoro

Pasquale D'Autilia (Verona)

→ "La longevità in azienda"

SPONSOR SPACE

16.30 Un intervento alternativo: l'ozonoterapia

16.50 Sonno, demenza e aspettative di vita

17.10 Significato del Nordic Walking, CAR e AFA.

17.30 Il manifesto della longevità

"10 regole per una Longevità Attiva"

18.00 Chiusura del convegno

Modulo iscrizione al Convegno

Per iscriversi compilare il presente modulo e inviarlo alla segreteria: info@dmsa.it.

COGNOME _____

NOME _____

RESIDENZA _____

DATA DI NASCITA _____

TITOLI DI
STUDIO _____

TEL. CELLULARE _____

E-MAIL _____

Il convegno è per un numero limitato di 80 persone. Per garantire il tuo posto, ti invitiamo a completare l'iscrizione il prima possibile.

Iscriviti ora e assicurati il tuo posto.

CONVEGNO DMSA 2026

LONGEVITY REVOLUTION



Vivere più a lungo. Vivere meglio.

Sabato 30 maggio 2026

dalle 9 alle 18

DB Hotel Verona Airport - Sommacampagna
Via Aeroporto 20/c - tel. 045/8582012



MULTISALES
OZONE SOLUTIONS



Cetilar
sport



STORZ MEDICAL
COMPETENZA IN ONDE D'URTO
MADE IN SWITZERLAND

Med-Service S.R.L.
www.med-service.it - info@med-service.it
Distributore Esclusivo - Area Tri-Veneto



www.centrobernstein.it