

FILE UNICO

NOME E ID PROVIDER:	PLANNING CONGRESSI SRL – ID 38
ID ECM:	38-491561
TIPO DI FORMAZIONE:	RES
TITOLO EVENTO:	Cuore e Cervello: l'importanza della prevenzione in premenopausa e menopausa
SEDE E DATA:	Bologna, Hotel Bellaria (Via Altura, 11bis, 40139 Bologna) 10 ottobre 2026
DURATA FORMATIVA:	2 ore
NUMERO CREDITI:	2
OBIETTIVO FORMATIVO:	Linee guida-protocolli-procedure
AREA FORMATIVA (acquisizione competenze tecnico-professionali:	Il programma di questo convegno rappresenta un'occasione unica per aggiornarsi sulle migliori prassi e per contribuire alla definizione di strategie proattive per un invecchiamento sano e consapevole
N. PARTECIPANTI:	50
DESTINATARI (Professione):	Dietisti, Biologi, Fisioterapisti, Farmacisti
DESTINATARI (Disciplina):	Dietisti, Biologi, Fisioterapisti, Farmacisti
RESP. SCIENTIFICO:	Dott.ssa Sonia Bianchi

RAZIONALE

Il programma di questo convegno scientifico è incentrato su un tema di cruciale importanza: l'intersezione tra la salute cardiovascolare e la salute cerebrale durante le delicate fasi della premenopausa e della menopausa. La transizione menopausale rappresenta un momento critico nella vita di una donna, associato a significativi cambiamenti ormonali che possono aumentare il rischio di patologie croniche, in particolare a carico del cuore e del cervello. Obiettivo principale è quello di esplorare le più recenti evidenze scientifiche e le strategie cliniche più efficaci per la prevenzione di queste condizioni, non solo per estendere l'aspettativa di vita, ma soprattutto per migliorarne la qualità.

Il successo in questo campo richiede un approccio che abbracci la multidisciplinarietà. Solo attraverso la sinergia tra ginecologi, cardiologi, neurologi, nutrizionisti, dietisti, endocrinologi, medici di medicina di comunità, geriatri, i laboratoristi per le analisi, i farmacisti, i fisioterapisti e personal trainer è possibile comprendere pienamente la complessità di queste interazioni. Il programma del convegno è strutturato per facilitare questo dialogo. Inoltre, verrà data particolare enfasi all'evoluzione verso le terapie personalizzate: un approccio che riconosce la singolare combinazione di fattori genetici, stili di vita e comorbidità di ogni donna, permettendo di calibrare interventi terapeutici e strategie preventive con la massima specificità ed efficacia.

Sarà esplorato il ruolo delle terapie ormonali sostitutive (TOS) convenzionali e delle opzioni a base di ormoni bioidentici o naturali, valutandone benefici e rischi nella prevenzione cardiovascolare e metabolica e neurocognitiva e delle terapie con l'uso di integratori. Uno sguardo sarà rivolto anche alle terapie per la cura delle dislipidemie frequenti in questa fase della vita della donna. Inoltre verrà evidenziata l'importanza della vitamina D e di specifici schemi dietetici nell'ottimizzazione della salute. Altro pilastro della prevenzione è

l'attività fisica con programmi realizzati con personal trainer che non solo agiscano sulla salute cardiaca e metabolica, ma includano anche metodiche per preventivamente ridurre la perdita di memoria e sostenere le funzioni cognitive.

Il programma di questo convegno rappresenta un'occasione unica per aggiornarsi sulle migliori prassi e per contribuire alla definizione di strategie proattive per un invecchiamento sano e consapevole.

PROGRAMMA

14:00 Le sostanze naturali e il loro ruolo nella prevenzione cuore e cervello in premenopausa e menopausa

Giovanni Occhionero

14:20 La dieta mediterranea il suo ruolo nella prevenzione cuore e cervello in premenopausa e menopausa

Francesca Scandurra

14:40 La dieta chetogenica il suo ruolo nella prevenzione cuore e cervello in premenopausa e menopausa

Giordano Zonzini

15:00 Il cervello come barriera all'attività fisica preventiva: aspetti psicobiologici e possibili soluzioni

Samuele Maria Marcora

15:20 Consigli e strategie per mantenere agile il cervello dopo la menopausa *Monica Bacci*

15:40 15:50 Discussione

15:50 Take home messages e conclusioni del convegno *Sonia Bianchi*

TABELLA FACULTY

Cognome	Nome	Ente	Ruolo Ente	Professione	Disciplina
Bacci	Monica	Libero Professionista Pianoro	Libero Professionista	Medico chirurgo	Geriatria
Bianchi	Sonia	Libero professionista Bologna	Ginecologa libero professionista	Medico chirurgo	Ginecologia e ostetricia
Marcora	Samuele Maria	ALMA MATER STUDIORUM - Università di Bologna	Professore ordinario	Diploma	Metodi e didattiche delle attività sportive
Occhionero	Giovanni	Università del Molise Campobasso	Professore universitario	Medico chirurgo	Scienza dell'alimentazione e dietetica
Scandurra	Francesca	Università di Bologna	Professore a contratto	Biologo	Biologo
Zonzini	Giordano	Università di Urbino Carlo Bo	Professore associato	Medico chirurgo	Scienza dell'alimentazione e dietetica