



ALIMENTAZIONE E STILI DI VITA : SFIDE e OPPORTUNITA' **Il Progetto YOUNGOODY**



MERCOLEDI' 16 SETTEMBRE 2026
ORE 18.00

SALONE ESTENSE – COMUNE DI VARESE - VIA SACCO N. 5, VARESE

Agire sui nostri comportamenti quotidiani, anche attraverso piccoli cambiamenti, è una strategia efficace per migliorare il controllo sulla propria salute, promuovere il benessere e favorire un invecchiamento sano. Evidenze scientifiche consolidate indicano che alimentazione, fumo, attività fisica, qualità del sonno e livelli di adiposità influenzano in modo determinante lo stato di salute e il rischio di malattie cronico-degenerative, tra cui patologie cardiovascolari, diabete e tumori.

L'adozione di stili di vita salutari contribuisce al benessere lungo tutto il corso della vita e genera benefici sia a livello individuale sia collettivo, sostenendo la sostenibilità dei sistemi sanitari e contribuendo alla riduzione dei costi associati alle patologie croniche.

Negli ultimi decenni si sono verificati rapidi cambiamenti nei comportamenti quotidiani, il cui impatto a medio e lungo termine non è ancora completamente definito. Tra questi rientrano l'introduzione di nuovi prodotti a base di nicotina, l'evoluzione dei sistemi di preparazione e cottura degli alimenti, le trasformazioni nelle abitudini alimentari e nei modelli di consumo, nonché la crescente alternanza tra periodi di sedentarietà e attività fisica intensa. In questo contesto, emerge la necessità di disporre di dati aggiornati, indipendenti e di elevata qualità, utili a supportare l'elaborazione di raccomandazioni e linee guida di prevenzione basate su evidenze *real-world*.

È con questi presupposti che opera YOUNGOODY, un ampio studio epidemiologico condotto nella popolazione italiana, con l'obiettivo di descrivere gli attuali stili di vita e valutarne l'associazione con lo stato di salute e il rischio di sviluppo di patologie croniche. Lo studio prevede la raccolta di dati longitudinali con follow-up biennale, finalizzato al monitoraggio dell'evoluzione dei comportamenti nel tempo. La partecipazione dei cittadini allo studio YOUNGOODY rappresenta un contributo diretto alla ricerca epidemiologica e alla definizione di strategie preventive più efficaci e aderenti alla realtà della popolazione.

Moderatore: Matteo Inzaghi, Giornalista Direttore RETE55

APERTURA:

Adele Patrini : Presidente Associazione C.A.O.S. ODV e Presidente Fondazione Sostenibilità Sociale

Maria Grazia Tibiletti : Genetista, Past-President Soroptimist Club Varese

RELATORI:

Elio Riboli: Professore di Epidemiologia del cancro e Prevenzione, Scuola di Sanità Pubblica dell'Imperial College di Londra. Ideatore dello studio EPIC (European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition) basato sui dati raccolti anche nel nostro territorio utili per identificare i fattori di rischio delle malattie tumorali e suggerire stili di vita adeguati per la prevenzione. Presidente dell'Advisory Board del progetto Yougoody.

Sabina Sieri: : Responsabile della S.C. di Epidemiologia e Prevenzione della Fondazione IRCCS Istituto Nazionale dei Tumori di Milano e responsabile dello studio YouGoody

Valeria Pala : Ricercatrice senior presso la S.C. di Epidemiologia e Prevenzione della Fondazione IRCCS Istituto Nazionale dei Tumori di Milano e co-responsabile scientifica dello studio YouGood

SARANNO PRESENTI:

Davide Galimberti – Sindaco di Varese

Attilio Fontana – Presidente Regione Lombardia

Emanuele Monti – Presidente Commissione Welfare Regione Lombardia

Marco Magrini – Presidente Provincia di Varese

Umberto Piarulli – Prorettore Vicario Università degli Studi dell'Insubria

Salvatore Gioia – Direttore Generale ATS Insubria

Mauro Moreno – Direttore Generale ASST Sette Laghi

Daniela Bianchi – Direttore Generale ASST Valle Olona

Luca Filippo Maria Stucchi – Direttore Generale ASST Lariana

Giovanna Beretta – Presidente Ordine Provinciale Medici Chirurghi e Odontoiatri di Varese

Francesca Rovera – Presidente Scuola di Medicina dell'Università degli Studi dell'Insubria, Direttore S.C. Breast Unit ASST Sette Laghi

Camilla Callegari – Delegata della Rettrice alle Politiche inerenti alla Disabilità e al Benessere Psicologico Università degli Studi dell'Insubria - Direttore DSMD ASST Sette Laghi.

Elisabetta Todisco – Direttore Dipartimento Oncologico Interaziendale ATS Insubria – Direttore S.C. Ematologia ASST Valle Olona

Paola Varese – Presidente Nazionale FAVO, Federazione Italiana Associazioni Volontariato in Oncologia APS

Battistina Castiglioni – Direttore Dipartimento CardioToracoVascolare, Direttore S.C. Cardiologia 2, ASST Sette Laghi

Antonio Maria G. Staffa Dirigente Professioni Sanitarie, Direttore S.C. DAPSS - Direzione Aziendale delle Professioni Sanitarie e Sociosanitarie ASST Sette Laghi

Marta Coscia – Direttore S.C.Ematologia e Direttore ad interim S.C. Oncologia ASST Sette Laghi. Professore Associato e Direttore della Scuola di Specializzazione in Ematologia, Università degli Studi dell'Insubria

Federico Deho' – Professore Associato di Urologia, Direttore S.C. di Urologia ASST Sette Laghi – Direttore Scuola di Specializzazione in Urologia Università degli Studi dell'Insubria

Maurizio Lombardo – Responsabile Melanoma Skin Centre ASST Sette Laghi

Monica Giordano – Direttore S.C. Oncologia ASST Lariana

Rosanna D'Antona – Presidente Europa Donna Italia

Nicoletta Caverzasio Ferloni – Presidente Associazione Varese per l'Oncologia ODV

Letizia Gambino – Direttore S.C. Epidemiologia, Gestione DWH e dei Flussi Informativi Erogatori Sanitari e Sociosanitari ATS Insubria

Giuseppe Carcano – Dirigente Ufficio Scolastico Territoriale di Varese

Paola Fantoni - Presidente Soroptimist International Club di Varese

Patrizia Salmoiraghi - Coordinatrice Nazionale progetto C&C+C Soroptimist International Club di Busto Arsizio

Giorgio Pelizza – Presidente Lions Insubria Golf Varese

Ingresso libero

Con il Patrocinio di:

