

**SCLE
ROSI
MULT
IPLA**
associazione
italiana

un mondo
libero dalla SM

AI SM. INSIEME. UNA CONQUISTA DOPO L'ALTRA



COLAZIONE IN CENTRO

Palermo, 2 dicembre 2017

Aula Vignola - A.O.O.R. Villa Sofia Cervello

La Sclerosi Multipla è una malattia neurologica a decorso cronico, tra le più comuni nei giovani adulti: le sue cause sono ancora sconosciute, tuttavia possiamo considerarla una malattia multifattoriale, dove interagiscono fattori genetici e ambientali.

Tra i fattori ambientali, l'alimentazione è fondamentale per garantirsi una buona qualità di vita; le raccomandazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) e di diversi istituti scientifici, valide per tutti, possono essere riassunte in poche regole: consumare almeno cinque porzioni quotidiane di frutta e verdura, aumentare l'assunzione di cibi ad alto contenuto di fibre, diminuire il consumo di grassi saturi e di prodotti raffinati e aumentare il consumo di grassi insaturi. Una revisione condotta su circa 2.500 persone con SM e pubblicata nel 2015 ha sottolineato l'esistenza di un'associazione significativa tra un'abitudine alimentare sana e una migliore qualità fisica e mentale; nello stesso anno uno studio italiano ha valutato il ruolo di alcuni componenti dell'alimentazione che avrebbero proprietà proinfiammatorie, mentre altri alimenti, come per esempio frutta e verdura, svolgerebbero un ruolo antiinfiammatorio.

Ore 10:00 Registrazione dei Partecipanti

10:30 Apertura dei lavori e Saluti

Vivere con la sclerosi multipla

Angelo La Via

Aism Sicilia

Approccio neurologico alla persona con sclerosi multipla

Salvatore Cottone

Direttore U.O.C. Neurologia

A.O.O.R. Villa Sofia Cervello

Stili di vita e nutrizione nella persona con sclerosi multipla: benefici e vantaggi di un'alimentazione consapevole a partire dalla colazione

Marcella Germanà

Nutrizionista Ospedaliera

A.O.O.R. Villa Sofia Cervello

Break

It's time to cook!

Talent Chef e Nutrizionista a confronto tra gusto e salute

12:30 Questions and answers: dibattito della platea con gli esperti

13:00 Healthy Lunch

Con il contributo incondizionato di  **Biogen**

Sede

Aula Vignola
A.O.O.R. Villa Sofia Cervello
Via Trabucco, 180
Palermo

Segreteria Scientifica

FISM

Fondazione Italiana Sclerosi Multipla Onlus
Via Operai, 40
16149 Genova

**Segreteria Organizzativa
e Provider ECM**



CENTRO ITALIANO CONGRESSI CIC

Viale Escrivù 28 - 70124 Bari
Tel. 080/5043737 - Fax 080/5043736
E-mail: info@cicsud.it - www.cicsud.it