

ALIMENTAZIONE E STILI DI VITA: SFIDE E OPPORTUNITÀ

Il Progetto YOUNGOODY

RAZIONALE

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.



16 SETTEMBRE 2026
dalle 18:00



SALONE ESTENSE -
COMUNE DI VARESE
VIA SACCO n° 5 (Varese)



CLUB VARESE



Centro Ascolto Operate al Seno - Onlus

*"bisogna avere un caos dentro di sé
per generare una stella danzante..."*

F.W. Nietzsche



MODERATORE

Matteo Inzaghi

Giornalista Direttore RETE55

APERTURA

Adele Patrini

Presidente Associazione C.A.O.S. 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

ALIMENTAZIONE E STILI DI VITA: SFIDE E OPPORTUNITÀ

Il Progetto YOUNGOODY

CON IL PATROCINIO DI



Sistema Socio Sanitario



ATS Insubria
ASST Lariana
ASST Sette Laghi
ASST Valle Olona
Fondazione IRCCS Istituto Nazionale dei Tumori



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI
DELL'INSUBRIA



SARANNO PRESENTI

Davide Galimberti - Sindaco di Varese
Attilio Fontana - Presidente Regione Lombardia
Emanuele Monti - Presidente IX 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 dei Medici chirurghi e degli odontoiatri Provincia di Varese
Francesca Rovera - Presidente Scuola di Medicina dell'Università degli Studi dell'Insubria, Direttore SC Breast Unit ASST Sette Laghi
Camilla Callegari - Delegata della Rettrice alle politiche inerenti alla Disabilità e al benessere psicologico dell'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
Battistina Castiglioni - Direttore Dipartimento CardioToracoVascolare, Direttore S.C. Cardiologia Varese 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. Oncologia Medica ASST Sette Laghi
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 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