



Padova, 17 febbraio 2024

RESPIRO, OROLOGIO BIOLOGICO, MUSCOLI E INVECCHIAMENTO

Doppio appuntamento del progetto annuale di Terza Missione del dipartimento di Medicina Molecolare dell'Università di Padova "Invecchiare bene: istruzioni per l'uso": la sera in Sala degli Anziani del Comune di Padova, nella mattinata alla Parrocchia Sacro Cuore

"Respirare senza intaccare le lancette del nostro orologio biologico" è il titolo dell'incontro con **Enrico Moro e Giorgio Cozza** che si terrà **martedì 20 febbraio alle ore 20.30 in Sala degli Anziani di Palazzo Moroni**, via del Municipio 1 a Padova.

L'età biologica delle nostre cellule è senza dubbio influenzata dai fattori ambientali e dallo stile di vita. Tra i fattori più rilevanti vi è l'ossigeno, che, contrariamente a quanto si potrebbe pensare, in particolari circostanze può generare molecole tossiche chiamate ROS, Specie Reattive dell'Ossigeno. Tali molecole sono implicate nell'eziologia di varie malattie, dalle malattie infiammatorie al cancro, dalle malattie metaboliche alla neurodegenerazione. Conoscere come queste molecole vengono generate, come agiscono e in che modo siamo attrezzati per difenderci da esse con l'avanzamento dell'età, risulta una strategia efficace al fine di diminuire i fattori di rischio delle più diffuse patologie dell'uomo. La serata affronterà questi aspetti sia dal punto di vista molecolare sia biologico, illustrando le caratteristiche dell'invecchiamento cellulare e le strategie per rallentarlo.

L'appuntamento aperto al pubblico fa parte del più vasto **progetto annuale di terza missione del dipartimento di Medicina molecolare** dell'Università di Padova **"Invecchiare bene: istruzioni per l'uso"**, e attivati in collaborazione con il Servizio PRISMA – Padova accende comunità, progetto del Settore Servizi Sociali del Comune di Padova.

"Invecchiare bene: istruzioni per l'uso" intende fornire indicazioni per prendersi cura di sé attraverso strategie che rallentano i processi di invecchiamento fisico e mentale e che aiutano l'integrazione e la partecipazione sociale. Sono vere e proprie "istruzioni per l'uso" che toccano temi importantissimi e che entrano a far parte della vita di ognuno di noi, vuoi per esperienza personale o per vissuto di altri: invecchiamento cognitivo e dei sensi, importanza del microbiota e della nutrizione, i microbi, virus e funzione delle vaccinazioni, medicina rigenerativa, longevità e differenze di genere, muscoli, respiro, pianificazione delle cure e principi biologici alla base dell'invecchiare.

Ancora una volta il dipartimento di Medicina molecolare patavino mette a disposizione della comunità le sue competenze - dalla ricerca di base alla clinica, alla bioetica - e contribuisce a promuovere una nuova cultura dell'età anziana. L'obiettivo principale del progetto è costruire una consapevolezza diffusa sia delle risorse per tutelare la salute fisica e psichica delle persone anziane, sia degli strumenti etico-giuridici per salvaguardare le loro scelte e la loro personalità.

«Si tratta di un progetto ambizioso, che ha come obiettivo quello di diffondere alcune delle tematiche di ricerca biomedica e bioetica proprie del dipartimento di Medicina Molecolare e inerenti all'invecchiamento. All'interno di tale progetto scientifico - **dice Paola Brun, Professoressa di Istologia ed Embriologia, referente Commissione Terza Missione del dipartimento di Medicina**

Molecolare - gli incontri con la popolazione hanno lo scopo di sviluppare nei cittadini la consapevolezza sia delle nuove risorse medico-biologiche disponibili per invecchiare al meglio, sia degli strumenti per far valere la loro volontà, anche nella fase finale della vita (testamento biologico, pianificazione, condivisa delle cure, fiduciario). Tutti i relatori sono docenti del dipartimento, impegnati da anni nella ricerca e con un elevato profilo. Il progetto testimonia l'impegno del dipartimento nella Terza Missione, per promuovere la consapevolezza e la condivisione delle conoscenze scientifiche e bioetiche nella comunità».

Gli Eventi serali in Sala Anziani di Palazzo Moroni, a partire dalle ore 20.30, proseguiranno martedì 27 febbraio con "Testamento biologico e pianificazione condivisa delle cure. Strumenti per decidere di sé fino in fondo" e avrà per relatori Enrico Furlan e Marco Azzalini.

Parallelamente proseguono, sempre **martedì 20 febbraio**, gli incontri previsti nei quartieri con **Anna Urciuolo che alle ore 10.30 alla Parrocchia Sacro Cuore di via Sacro Cuore 18** – Quartiere 6 – terrà un approfondimento su “*Come tenerci in forza: muscoli e invecchiamento*”. La sarcopenia è la perdita della massa e della forza muscolare connessa all'invecchiamento del corpo umano. Questo processo è inevitabile, ma può essere molto debilitante per la vita quotidiana delle persone. In questo incontro cercheremo di capire quali siano le cause della sarcopenia, quali complicazioni cliniche siano ad essa associate e quali possano essere i metodi per contrastarla.

Per ulteriori informazioni:

terzamissione.dmm@unipd.it

Per conoscere la struttura complessiva del progetto:

<https://scienzaesocieta.medicinamolecolare.unipd.it>