



MARINA MILITARE

Centro Ospedaliero Militare Taranto

Evento scientifico

“Navigando verso la longevità tra sport, alimentazione e salute ... in attesa dei Giochi del Mediterraneo”

30 Maggio 2026 Taranto

RAZIONALE

Convegno MM a carattere scientifico e formativo ECM rivolto a operatori sanitari militari e civili e in data 30 maggio 2026 (ambito mattinale e pomeridiano), aperto anche ai medici del comparto sicurezza. L'evento ha lo scopo primario di aggiornamento scientifico per il personale sanitario di forza armata in linea con le norme in materia e le indicazioni del Comando Scuole e dell'Ispettorato di Sanità che prevedono l'assolvimento dell'acquisizione obbligatoria annuale di crediti ECM. L'evento intitolato all'Ammiraglio Ispettore Enrico Mascia, già direttore del C.O.M. Taranto, deceduto a fine 2025.

La promozione della salute attraverso stili di vita corretti rappresenta oggi una delle sfide più rilevanti per tutti i professionisti sanitari. L'aumento delle patologie croniche, l'impatto dell'inattività fisica, le trasformazioni delle abitudini alimentari e la crescente diffusione della pratica sportiva – sia amatoriale che agonistica – richiedono un approccio integrato, multidisciplinare e fondato sulle evidenze scientifiche. L'evento ECM nasce con l'obiettivo di fornire un aggiornamento completo e trasversale su tre aree chiave della prevenzione: attività fisica, nutrizione e sport, valorizzando il contributo specifico e complementare delle diverse professioni sanitarie.

Numerosi studi dimostrano che la pratica regolare dell'attività fisica riduce la mortalità e migliora la qualità della vita. Non conta solo la quantità di movimento, ma anche la varietà delle attività svolte, che mantiene alta la motivazione e favorisce benefici più ampi sul sistema cardiovascolare, muscolare e immunitario. Ulteriori ricerche mostrano che alcune discipline sportive sono associate a una maggiore aspettativa di vita e a un rallentamento dei processi di invecchiamento fisiologico, come evidenziato da studi condotti su ampie popolazioni di atleti.

L'evento approfondirà il ruolo dello sport non solo in ambito agonistico, ma soprattutto nella popolazione generale, con particolare attenzione ai percorsi di prevenzione primaria, prevenzione secondaria e riabilitazione funzionale.

La letteratura scientifica conferma che una dieta equilibrata, ricca di nutrienti essenziali e povera di alimenti pro-infiammatori, contribuisce in modo significativo alla prevenzione delle malattie croniche e all'aumento della longevità. Le cosiddette “diete della longevità” si basano su evidenze che collegano scelte alimentari corrette a un miglioramento della salute metabolica e cardiovascolare. Anche documenti di riferimento internazionali sottolineano come alimentazione, stile di vita e progresso medico abbiano contribuito al raddoppio della speranza di vita negli ultimi decenni.

Durante il convegno verranno analizzati i principi nutrizionali più efficaci per sostenere la salute dell'atleta e del paziente in riabilitazione, con un focus su nutraceutica e integrazione anche con dispositivi biocompatibili (acido ialuronico, PRP, cellule staminali).

La longevità non può prescindere da un approccio clinico integrato. La diagnostica per immagini riveste un ruolo cruciale nell'individuazione precoce delle patologie muscolo-scheletriche e nella definizione dei percorsi riabilitativi più appropriati.

Inoltre, l'impiego di farmaci e sostanze ad azione mirata – come l'acido ialuronico per il trattamento delle patologie articolari – e l'uso ragionato degli integratori rappresentano strumenti sempre più rilevanti nella medicina dello sport e nella gestione dell'invecchiamento attivo. Le più recenti evidenze mostrano come l'integrazione e la nutraceutica possano contribuire al mantenimento della performance e alla prevenzione del declino funzionale, anche negli atleti “senza età”.

A corollario dell'evento, nella giornata del 30 maggio 2026, è **in fase di organizzazione** da parte del **Comune di Taranto** il “Villaggio della Salute”, un'area organizzata in cui istituzioni, enti sanitari e operatori del benessere collaborano per offrire servizi di prevenzione, educazione sanitaria, screening e promozione di stili di vita salutari. Un modello flessibile, partecipato ed esempio di integrazione tra sanità militare, ASL e strutture private per attività congiunte a favore della collettività. Riguardo tale ultimo evento seguiranno ulteriori richieste di autorizzazione mirate.

Il *Villaggio della Salute* rappresenta un progetto che va oltre la semplice aggregazione di servizi sanitari: è un luogo simbolico e operativo in cui diverse componenti della società si uniscono per promuovere il benessere collettivo, rendendo la prevenzione un'esperienza accessibile, concreta e condivisa. La sua forza sta nella capacità di mettere in relazione mondi che solitamente operano in parallelo — sanità militare, sanità pubblica e realtà private — trasformandoli in un'unica rete al servizio della comunità.



MARINA MILITARE
Centro Ospedaliero Militare
Taranto

Evento Scientifico
“Navigando verso la longevità
tra sport, alimentazione e salute...
in attesa dei Giochi del Mediterraneo”

Memorial Ammiraglio Ispettore Medico **Enrico MASCIA**

30 Maggio 2026

Presidente del Congresso: **Amm. Isp. Vincenzo AGLIERI**

PROGRAMMA

- ✓ 08.00 - 08.45 Arrivo/accoglienza partecipanti;
- ✓ 08,45-09.00 Arrivo/accoglienza Autorità e Saluto istituzionale Amm. Di Div. A. Petroni
- ✓ 09.00 - Saluto di benvenuto e introduzione al corso a cura delle Autorità Militari
Amm. Sq. Stefano BARBIERI, Amm. Isp. Vincenzo AGLIERI
- ✓ 09.15- Saluto ai partecipanti a cura Autorità Civili
Min Sal.(RM)-Prof. F. ANELLI (Fnomceo-RM) – Prof. L. GESUALDO (FSMI RM)- Prof. M. FRANZINI (SIOOT-BG)
- ✓ 09.35 - **Lectio magistralis** – Prevenzione anti-aging presso la ASL Ta
Dott. M. CONVERSANO (Dip. Salute ASL TA)

PRIMA SESSIONE
(Salute)

Moderatori: Prof. A. PICCIOLI (ISS) – C.A. MASCELLARO – Dott. A. MAGI (Ord. Med. RM)
– Dott.ssa ML. MARRA (Ord.Med. TA)

09.55-Prevenzione delle malattie cardiovascolari

Prof. M.M. CICCONE (UNIBA)

Integrazione e supplementazione per stimolare il sistema immunitario: non solo

10.15- Metabolismo e Longevità: DNA ed epistoma Prof. A. MOSCHETTA (UNIBA)

10.35- **Lectio Magistralis:** Alimentazione e stili di vita Prof. Marco SILANO (ISS)

11.10-11.30 Question Time Prima Sessione
Vitamina D e Calcio (Apertura Open Coffee)
Prof. G. SCAPAGNINI (UNICB)

SECONDA SESSIONE

(Salute e Sport)

Moderatori: Prof. R. GRASSI (UNINA) – Prof. G. SOLARINO (UNIBA) – Prof. A.A.

STABILE IANORA (UNIBA) – Prof. B. BEOMONTE ZOBEL (Campus B.M.RM))

11.45- Imaging nelle lesioni acute e croniche osteo-articolari correlate Prof. C. MASCIOCCHI (UNIAQ)

12.05- I traumi tendinei e muscolari in ambito sportivo: ruolo dell'ecografia Dott. F. MARTINO (BA)

12.25- Artroscopia di spalla dello sportivo
Magg.Gen. V. CAMPAGNA (Celio RM)

12.45- **Lectio Magistralis:**

“Le lesioni capsulo-legamentose negli sportivi: prevenzione, trattamento e ritorno all'attività agonistica”

Prof. P. INDELLI (Stanford USA)

13.00-14.00 **Light Lunch**

TERZA SESSIONE

(Salute e Sport)

Moderatori: - Prof. U. ALBISINNI (Rizzoli BO) Prof. B. MORETTI (UNIBA)

– Dott. S. PISCONTI (ASL TA)- Prof. G. RUBINI (UNIBA)

14.05 – Il sovraccarico muscolo-scheletrico negli sport acquatici: diagnosi e trattamento
Dott. A.P. AMICO (UNIBA)

14.25- 14.45- Il dolore muscolo-scheletrico:
interventistica miniminvasiva percutanea
imaging guidata e i dispositivi disponibili
I tumori muscolo-scheletrici
Dott. R. PIANA (C.T.O. TO) C.V. E. CESARANO

15.05 – 15.35 **Tavola rotonda** sulla seconda e terza sessione Prof. A. ORLACCHIO (U. Torvergata RM) (discussant) -
Dott. M. RESTA (MT-TA) - Dott G. COSTELLA (ASL TA), -
Dott. S. DE MARCO (BR-LE)- Dott. E. SAVARESE (PZ-TA) –
Dott. L. SCIALPI. (ASL TA) -Dott. V. SEMERARO (ASL TA)

QUARTA SESSIONE
(Prevenzione, sport e attività fisica)

Moderatori: Prof. A. ALOISI (KR) - Dott. CARBOTTI (Asl TA) – Dott.
C. C.NUME (Ord.Med.TA) - C.V. M. GALLINA (TA)

15.40- 16.00- Active aging: esercizio fisico e sport. La
chiave per la salute del futuro Prof. F.
FISCHETTI (UNIBA/TA)

Allena-Mente: i muscoli nel cervello
Dott. F. RAVECCA (RM)

16.20- La medicina dello sport verso i Giochi del Mediterraneo Dott. L.
SANTILIO (Med. Sportiva TA)

16.40 - **Lectio Magistralis:**

La prevenzione: arma vincente per la longevità
Prof. F. SCHITTULLI (Lilt RM)

17.00 -17.30 **Tavola Rotonda** sulle due sessioni (partecipano anche i moderatori):
DOTT. F. LAVALLE (Discussant) (Ord. Med. Ba e Fnomceo-San.Militare) Dott. M.G.
BALZANELLI (ASL TA) – Dott. G. BARASSI –
Dott.ssa R. D’AMATO (TA) – Dott. A. VALENTINI (TA) –
Dott. V. MONTANARO (Dip. Salute Regione Puglia) –
Avv. M. KARABOUE (FSMI RM)

17.35-18.00 Verifica ECM