



Edizione riservata



15, 16, 17 APRILE 2025

Il talento del cervello

La conferenza è accreditata per **1 ora** ai fini del mantenimento delle Certificazioni
EFA, EFP, EIP, ESG, EIS, PPF, PMK, EPS, EAI

- Programma -



PREMESSA

Del cervello si parla spesso a proposito dei pensieri che lo attraversano, della sua capacità di apprendere, memorizzare, elaborare strategie. Ma come tutto ciò possa avvenire, quali siano i meccanismi che si attivano nel nostro cervello quando leggiamo, impariamo o ci arrabbiamo non ci è sempre chiaro. Così come a volte non ci è del tutto chiaro che il cervello non viaggia da solo: il cervello influenza costantemente il benessere del corpo e il corpo, a sua volta, controlla il funzionamento del cervello, in un andamento continuo e circolare.

Il cervello, infatti, ha un grande talento: è plastico, cioè, è capace di rispondere agli stimoli esterni. Addirittura, il cervello si modifica fisicamente in risposta alle esperienze, che lo plasmano e lo cambiano, permettendone la continua evoluzione nel corso della vita.

Ma il cervello ha un nemico: l'infiammazione cronica, che colpisce la sinapsi, il sito di comunicazione tra i neuroni e cuore dei processi di apprendimento e memoria.

L'infiammazione riduce la plasticità del nostro cervello e danneggia i neuroni. Come possiamo tenere l'infiammazione sotto controllo? Forse non tutti sanno che il carico infiammatorio non aumenta solo in conseguenza a situazioni fisiche come l'obesità, ma può aumentare anche in conseguenza di stress o solitudine.

Conoscere questi meccanismi ci aiuta a adottare strategie che possono aiutarci a mantenere il nostro cervello in salute.

L'intervento formativo ha lo scopo di:

- Fornire le conoscenze di base relative ai meccanismi di plasticità del nostro cervello
- Comprendere il ruolo dell'apprendimento nella salute del cervello
- Introdurre alcune strategie che aiutano a mantenere il cervello in salute



CONTENUTI E TEMI CHIAVE

- Il cervello come rete di neuroni
- Il ruolo della sinapsi
- Perché l'infiammazione danneggia il cervello
- La solitudine e lo stress aumentano l'infiammazione
- L'invecchiamento e le malattie neurodegenerative
- L'importanza del sonno
- Come il nostro cervello reagisce al conflitto
- Il cervello e l'intelligenza artificiale
- Consigli per mantenere il cervello in salute anche durante l'invecchiamento



Martedì 15 aprile 2025, dalle ore **12.00** alle ore **13.30**
Sala AMBER 1



RELATORE DELLA CONFERENZA



Prof.ssa
MICHELA MATTEOLI

Michela Matteoli è

Professoressa ordinaria di Farmacologia – Humanitas University
Direttrice del Programma di Neuroscienze – Humanitas Research Hospital
Membro di EMBO (European Molecular Biology Organization), Accademia Europea e Accademia dei Lincei.

Autrice di ricerche, studi e pubblicazioni sugli effetti dell'infiammazione sulla funzione sinaptica.

Nel 2022 ha pubblicato con Sonzogno il libro *Il Talento del Cervello* e nel 2024 il libro *La fioritura dei neuroni*.