



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Ufficio Scolastico Regionale per la Calabria

Direzione Generale - Ufficio II

Via Lungomare 259, 88100 CATANZARO - Tel. 0961734411 Codice Ipa: m_pi

Ai Dirigenti Scolastici delle scuole di ogni ordine e grado della Calabria

E p.c. All'Università della Calabria -UNICAL

LORO SEDI

Al sito web www.istruzione.calabria.it

Istituto Comprensivo "MARVASI - VIZZONE" ROSARNO - SAN FERDINANDO
27 GEN. 2018
Prot. n. <u>493/B32</u>

Oggetto: Seminario "Mangiare bene...studiare meglio", per capire il ruolo del microbioma intestinale per la salute fisica e cognitiva – giovedì 22 febbraio 2018, ore 9.30 -13.30- Aula Magna UNICAL Rende (CS).

Si porta a conoscenza delle SS.LL. che l'Università della Calabria, in collaborazione con PhytoItalia, l'associazione "Insieme per crescere" e questo USR promuove un seminario regionale dal titolo "*Mangiare Bene...Studiare Meglio*", finalizzato a far capire il ruolo del microbioma intestinale per la salute fisica e cognitiva, che si terrà presso l'Aula Magna dell'UNICAL, giorno 22 febbraio 2018 dalle ore 9.30 alle ore 13.00 (ore 9.00 registrazione partecipanti).

Difatti di recente un ramo della ricerca biomedica ha come oggetto di interesse lo studio della salute del microbioma intestinale e della relazione che questo ha con gli stati cognitivi, come la depressione, l'agitazione e quindi la possibilità di concentrare, comprendere ed apprendere.

Questo collegamento non dovrebbe sorprenderci poiché il corpo umano, sebbene fatto dalle varie organi, funziona come un unità olistica ed è molto più complesso che la somma delle sue parti. Per chi insegna e chi apprende, è indispensabile essere consapevoli del legame fra bocca e cervello.

Tuttavia, con la fretta della vita quotidiana, diventa sempre più difficile "cibarsi bene" e sempre più comodo mangiare "cibo facile", una tendenza che ci sta portando verso un'alimentazione scorretta che non solo contribuisce al sovrappeso e ad uno squilibrio del nostro metabolismo, ma altera anche il nostro umore. Recenti ricerche rivelano che la flora batterica intestinale produce delle sostanze che influiscono sul nostro stato cognitivo. Secondo la composizione e la salute del microbioma intestinale potremmo essere più stanchi o più attivi, più facilmente distratti o molto attenti.

Poiché ogni persona è un organismo biologico in continuum non sorprende che esista un "asse collegante" fra l'intestino e il cervello chiamato the Gut Brain Axis (GBA). Quindi chi ha bisogno di uno stato cognitivo ottimizzato per studiare e apprendere deve capire come ottimizzare lo stato del proprio microbioma intestinale.

Il seminario in questione vuole divulgare tale informazione ad un pubblico tra l'altro di insegnanti e dirigenti scolastici che interagiscono con cervelli che apprendono.

Tanto premesso, sono invitati a partecipare al presente seminario i dirigenti scolastici e massimo UN (1) docente per ogni scuola. Per iscriversi e per ottenere l'attestato basterà compilare il seguente modulo on line: <https://goo.gl/forms/hCSV711EzGgBEKf82> (copiare e incollare su google-chrome) entro **giorno 15 febbraio 2018**.

Il Dirigente: *Angela Riggio*

Responsabile del procedimento: *Domenico Misiano*

0961734407

Responsabile dell'istruttoria: *Mariateresa Bello*

0961734488

Pec: dracal@postacert.istruzione.it; e-mail: direzione-calabria@istruzione.it C.F.: 97036700793

Codice per la fatturazione elettronica: D9YGU9 per la contabilità generale, PLIB87 per quella ordinaria

Sito internet: www.istruzione.calabria.it



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Ufficio Scolastico Regionale per la Calabria

Programma:

9.00	Registrazione partecipanti
9.30	Apertura lavori e Saluti istituzionali Dirigente Ufficio II USR Calabria – dr.ssa Angela Riggio Delegato del Rettore alla Didattica (UNICAL) – Prof. Francesco Scarcello Dip. Farmacologia e scienze della Salute e Nutrizione (UNICAL)- Prof.ssa Maria Luisa Panno
10.00	“ Introduzione al tema” Dr.ssa Nunzia Mele “Associazione Insieme per Crescere” “Il cervello, l’Organo di Apprendimento, è un Organo Chimico” Dr.ssa Teresa Ting – Dip.to Chimica e Tecnologie Chimiche UNICAL
10.30	“ Il microbioma intestinale...una Fabbrica Chimica” Dr. Massimo Caliendo-Biologo Nutrizionista Spec. Patologia Clinica Preside la sessione plenaria il Prof. Luigi Morrone
12.30-13.00	Sessione “Questions and Answers”

Si allega locandina dell’evento e si ringrazia per la consueta collaborazione.

IL DIRIGENTE
Angela Riggio



Firmato digitalmente da
RIGGIO ANGELA
C=IT
O=MINISTERO ISTRUZIONE
UNIVERSITA' E
RICERCA/80185250588

Il presente documento è firmato digitalmente ai sensi
e per gli effetti del c.d. Codice dell’Amministrazione Digitale e norme ed esso connesse

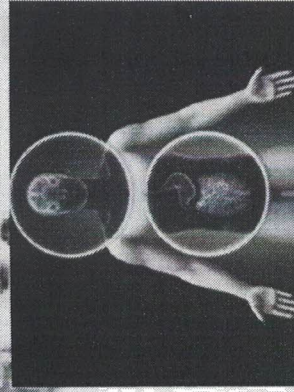


UNIVERSITÀ
DELLA CALABRIA



SEMINARIO

MANGIARE BENE.... ...STUDIARE MEGLIO



*Un seminario per capire
il ruolo del microbioma
intestinale per la salute
fisica e cognitiva*

Giovedì 22 Febbraio 2018

9:30 - 13:00

Aula Magna UNICAL

9:00 Registrazione Partecipanti

9:30 Saluti

- **Dr.ssa A. Riggio** Ufficio Scolastico Regionale
- **Prof. F. Scarcello** Delegato del Rettore alla Didattica (Unical)
- **Prof.ssa M.L. Panno** Dip. Farmacologia e Scienze della Salute e Nutrizione (Unical)
- 10:00 Introduzione al tema
- **Dr.ssa N. Mele** Associazione Insieme per Crescere
- **Dr.ssa T. Ting** Dip. Chimica e Tecnologie Chimiche (Unical):
Il Cervello, l'Organo di Apprendimento, è un Organo Chimico

10:30 SESSIONE PLENARIA

Dr. M. Caliendo*

Il Microbioma Intestinale... ...una Fabbrica Chimica

*Biologo Nutrizionista Spec. Patologia Clinica

Presiede Prof. L. Morrone

Coordinatore CdL Magistrale in Scienze della Nutrizione

12:30 - 13:30: Sessione «Questions and Answers»

SEMINARIO

MANGIARE BENE... ...STUDIARE MEGLIO

RAZIONALE DEL SEMINARIO

Con la fretta della vita quotidiana, diventa sempre più difficile “cibarsi bene” e sempre più comodo mangiare “cibo facile”, una tendenza che ci sta portando verso una alimentazione scorretta che non solo contribuisce al sovrappeso e ad uno squilibrio del nostro metabolismo, ma altera anche il nostro umore.

Recenti ricerche rivelano che la flora batterica intestinale produce delle sostanze che influiscono sul nostro stato cognitivo. Secondo la composizione e la salute del microbioma intestinale potremmo essere più stanchi o più attivi, più facilmente distratti o molto attenti.

Poiché ogni persona è un organismo biologico *in continuum*, non sorprende che esista un “asse collegante” fra l'intestino e il cervello - chiamato the **Gut Brain Axis (GBA)**.

Chi ha bisogno di uno stato cognitivo ottimizzato per studiare e apprendere deve capire come ottimizzare lo stato del proprio microbioma intestinale. Il seminario vuole divulgare tale informazione ad un pubblico laico:

- Insegnanti e dirigenti scolastici che interagiscono con cervelli che apprendono;
- Gli studenti universitari, che, spesso lontano da casa, mangiano in modo poco proficuo per lo studio;
- I medici sensibili alla necessità di dare informazioni ai propri pazienti sul fatto che il buon umore inizia con la buona alimentazione;
- Chiunque abbia bisogno di uno sano GBA!

Politica “Amici degli Alberi”
Stampiamo solo il necessario
solo per coloro che, per motivi di lavoro,
hanno bisogno

dell'Attestato di Partecipazione al
Seminario:

Compila il modulo online
entro il giorno 19 Febbraio 2018.

Al modulo si accede attraverso il
seguente
link o il QR-CODE.

<http://bit.ly/22Feb2017Unical>



I.C. Marvasi-Vizzone

Da: Direzione Calabria - Ufficio 2 <DRCAL.Ufficio2@istruzione.it>
Inviato: venerdì 26 gennaio 2018 12:56
A: Elenco scuole della Calabria
Cc: Riggio Angela
Oggetto: Seminario "Mangiare bene...studiare meglio" , per capire il ruolo del microbioma intestinale per la salute fisica e cognitiva – giovedì 22 febbraio 2018, ore 9.30 -13.30- Aula Magna UNICAL Rende (CS).
Allegati: MIUR.AOODRCAL.REGISTRO UFFICIALE(U).0001866.26-01-2018.pdf;
MangiareBeneStudiareMeglio.pdf

Si trasmette la nota AOODRCAL1866 del 26/01/2018 concernente l'oggetto con la relativa locandina

Cordiali saluti

Mariateresa Ballo

USR Calabria

UFF II

0961734488

Ordinamenti scolastici-

Parità scolastica.

Prove INVALSI e

Relazioni con altri Enti –

Formazione Personale Scuola presso l'USR di Catanzaro