

A Grottaferrata la presentazione del libro “Vivere senza età – I segreti dei super agers” di Leonardo Calò

Aggiungere vita agli anni, non anni alla vita. Si può sublimare in un aforisma il senso ultimo del libro “Vivere senza età – I segreti dei super agers” di Leonardo Calò, Professore ordinario di Cardiologia presso l’Università degli Studi di Roma “Foro Italico”. Il volume sarà presentato a Grottaferrata presso il Cinema “Alfellini” sabato 10 maggio, alle ore 10. Porgerà i saluti istituzionali il Sindaco Mirko Di Bernardo, e sarà Veronica Pavani, Presidente della Commissione Cultura di Grottaferrata, a introdurre e coordinare la conferenza.

“Vivere senza età” non è solo un’opera letteraria, ma un vero e proprio manifesto rivoluzionario che intende restituire al lettore il concetto di invecchiamento sotto una nuova veste, quella dell’arte di vivere. Con una narrazione coinvolgente, l’autore combina sapientemente le esperienze personali ai dati scientifici e agli insegnamenti di popoli più longevi, fornendo una chiave di lettura illuminante a tutti coloro che rifiutano l’idea dell’invecchiamento come destino ineluttabile. Attraverso un approccio olistico – con temi che spaziano dalla nutrizione alla gestione delle emozioni – il libro rivela come la vera medicina possa risiedere anche nella prevenzione attiva e nell’armonia tra corpo, mente e ambiente.



Oltre all’autore, intervorrà Giuseppe Novelli, Professore ordinario di Genetica medica dell’Università degli Studi di Roma “Tor Vergata” – Policlinico PTV. Prenderanno la parola anche Tiziana Torelli, Presidente dell’Associazione Vignaioli in Grottaferrata, Patrizia Di Fazio, Direttrice del GAL Castelli Romani e Monti Prenestini, e Francesco Sapia, Presidente del Biodistretto dei Castelli Romani.

“Siamo davvero entusiasti di poter presentare a Grottaferrata un volume che racchiude importanti ricerche e risultati assolutamente recenti degli studi nel campo dell’epigenetica, studi che consentono di mettere in stretta relazione gli stili di vita con il nostro patrimonio genetico e con la nostra salute. Vivere consapevolmente e curare non solo il corpo, ma anche la mente, sono azioni che tutti noi – a prescindere dall’età – dovremmo praticare quotidianamente. Per questo, siamo molto felici di aver coinvolto non soltanto illustri figure del mondo scientifico, ma anche importanti rappresentanti del territorio che possano aiutarci ad approfondire il valore del mangiare e del vivere bene, e degli stili di vita che favoriscono un aumento della qualità della vita che l’Amministrazione di Grottaferrata promuove attraverso una serie di iniziative. Ringrazio l’autore Leonardo Calò per aver scelto Grottaferrata per presentare il suo libro”, dichiara il Sindaco Mirko Di Bernardo.

[Read More](#)