

VIDEO | Il Ceinge lancia un laboratorio multidisciplinare per il benessere di chi fa sport

NAPOLI – Progettare e validare programmi di allenamento innovativi e personalizzati basati sulla valutazione degli stili di vita, delle abitudini alimentari, igiene del sonno, benessere mentale, postura, composizione corporea e performance fisica, dedicati agli sportivi di ogni età, in grado di migliorare lo stato di salute e le prestazioni sportive. È questa la mission di NutriSportHealthLab (NSHLab), il nuovo laboratorio multidisciplinare nato al Ceinge Biotechnologie Avanzate Franco Salvatore di Napoli e guidato da Roberto Berni Canani, professore ordinario dell'Università Federico II, esperto mondiale di pediatria e nutrizione, direttore del laboratorio di ImmunoNutrizione del Ceinge e presidente del corso di laurea magistrale in Scienze della nutrizione dell'ateneo federiciano.

Il primo passo del team di NutriSportHealthLab, composto da esperti di nutrizione, scienze motorie, medicina dello sport e pediatria, è stato quello di valutare un gruppo di giovani atleti della pallanuoto e di giovani atlete del nuoto sincronizzato del mondo Acquachiara con un approccio innovativo multidisciplinare. Per ciascun atleta sono state effettuate valutazioni antropometriche, analisi della composizione corporea, delle abitudini alimentari, in particolare, dell'aderenza alla dieta mediterranea e del consumo di alimenti ultraprocesati, ma anche valutazioni su stile di vita e qualità del sonno. Tutti i dati sono stati correlati con i risultati dei test di valutazione motoria, di alcuni biomarcatori sierologici innovativi e dei test di performance sportive raccolti dagli allenatori di Acquachiara.

“L'originalità del progetto – spiega Berni Canani – sta nel mettere insieme tutti gli aspetti potenzialmente utili per poter migliorare le prestazioni di uno sportivo. Ma il nostro programma è ancora più ambizioso: promuovere una salute non soltanto adesso, nell'età tipica in cui uno può fare sport, ma anche successivamente. Quindi pensare a come poter valutare in maniera precisa la dieta, lo stile di vita, le ore di sonno, la qualità del sonno, il tempo speso sui device, la qualità della vita di questo ragazzo”.

Per Mariano Giustino, amministratore delegato del Ceinge e promotore della collaborazione con Acquachiara, “quello di oggi è il primo passo verso una maggiore presenza del Ceinge nel campo sportivo. Ceinge dispone di questa infrastruttura tecnologica di altissimo livello e dispone naturalmente di competenze nel campo della genetica molecolare, della nutraceutica, della medicina dello sport, che vuole mettere a disposizione degli atleti agonisti ma anche degli atleti i tutti i giorni”.

E sui risultati è chiaro Franco Porzio, ex campione di pallanuoto e fondatore, presidente onorario e allenatore dell'associazione sportiva Acquachiara: “Se devo essere sincero si vedono già i primi segnali. I segnali io non li vedo attraverso i risultati sportivi, ma li vedo proprio nella faccia, nel fisico, nella mente di questi ragazzi. Bisogna continuare su questa strada. Oggi stiamo lavorando sui ragazzi della pallanuoto e sulle ragazze del nuoto sincronizzato, poi passeremo dagli adulti, alle fasce più grandi che praticano sport, per andare incontro a loro – conclude Porzio – soprattutto in alcune problematiche, come dicevo prima, alimentari, psicologiche, di benessere o di qualità di vita”.

Il presidente del Ceinge, Pietro Forestieri, pone l'accento sul ruolo che può avere un progetto come NutriSport nell'ambito della prevenzione: "Promuovere iniziative che riguardano una buona alimentazione e un adeguato stile di vita è un ottimo investimento. Deve affermarsi l'idea che le spese in sanità non sono dei costi ma degli investimenti quando si tratta di azioni di prevenzione dalle malattie. Basti pensare che l'obesità, su cui si potrebbe facilmente agire attraverso un'alimentazione corretta ed un adeguato stile di vita, costa quanto alcol e fumo messi insieme".

<https://appianews.it/video-il-ceinge-lancia-un-laboratorio-multidisciplinare-per-il-benessere-di-chi-fa-sport/>

VIDEO | Il Ceinge lancia un laboratorio multidisciplinare per il benessere di chi fa sport

Attualità - VIDEO | Il Ceinge lancia un laboratorio multidisciplinare per il benessere di chi fa sport



VIDEO | Il Ceinge lancia un laboratorio multidisciplinare per il benessere di chi fa sport
13/02/2025

NAPOLI – Progettare e validare programmi di allenamento innovativi e personalizzati basati sulla valutazione degli stili di vita, delle abitudini alimentari, igiene del sonno, benessere mentale, postura, composizione corporea e performance fisica, dedicati agli sportivi di ogni età, in grado di migliorare lo stato di salute e le prestazioni sportive. È questa la mission di NutriSportHealthLab (NSHLab), il nuovo laboratorio multidisciplinare nato al Ceinge Biotecnologie Avanzate Franco Salvatore di Napoli e guidato da Roberto Berni Canani.