

PRIMO PIANO NAPOLI

Ceinge, dal cibo allo sport «I segreti per vivere di più»

Di Ettore Mautone

«VALUTAZIONI SUI SINGOLI ATLETI E TRATTAMENTI INNOVATIVI PER MIGLIORARE LO STATO FISICO»

LA MISSION

Scienza, ricerca, prevenzione sport e salute: sono i cinque pilastri che il Ceinge, l'Università Federico II e il team Acquachiara di Franco Porzio mettono insieme per edificare un ambizioso progetto di sostegno del benessere individuale di atleti, (professionisti e non di qualunque età) ma anche della popolazione generale che volesse mettere a fuoco in ogni epoca della propria vita, lo stato di forma, correggere abitudini alimentari errate, diventare consapevole degli errori commessi nello stile di vita, puntare sulla qualità del sonno e su esercizi mirati per crescere in salute e invecchiare tenendo quanto più possibile lontane le malattie croniche e degenerative, soprattutto quelle modificabili o influenzabili dagli stili di vita. È questa la mission di NutriSportHealthLab (NSHLab), il nuovo laboratorio multidisciplinare nato al Ceinge Biotecnologie Avanzate Franco Salvatore di Napoli, guidato da Roberto Berni Canani, ordinario dell'Università Federico II, esperto internazionale di pediatria e nutrizione. Un progetto che mira a 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. Attività dedicate agli sportivi di ogni età: il team è composto da esperti di nutrizione, scienze motorie, medicina dello sport e pediatria, che attualmente stanno valutando un gruppo di giovani atleti della pallanuoto di Serie A e atlete del nuoto sincronizzato del Mondo Acquachiara di Franco Porzio con un approccio innovativo multidisciplinare.

I TEST

«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 (da evitare) spiega Porzio - 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. La squadra di Pallanuoto che alleniamo è effettivamente migliorata ottenendo ben 6 vittorie. Per allargare la platea interessata al tema del binomio sport e Salute pratichiamo gli open day gratuiti domenicali ed offriamo mille ingressi ogni anno nelle nostre strutture».

IL PROTOCOLLO

«I dati preliminari del progetto dimostrano che il protocollo applicato incide significativamente sulle prestazioni atletiche degli sportivi con una maggiore potenza muscolare e una riduzione dei tempi di recupero con un complessivo miglioramento dello stato di salute», spiega il professor Berni Canani. Mariano Giustino, amministratore delegato del Ceinge e promotore della collaborazione con Acquachiarà aggiunge: «Il Ceinge ha messo a disposizione professionalità di alto profilo scientifico e la facility di Attività fisiche, attrezzature sportive di ultima generazione e strumentazioni avanzate che consentono una valutazione sofisticata dello stato nutrizionale. Il nostro obiettivo, come centro di ricerca e di diagnostica molecolare, è contribuire alla creazione e alla diffusione di programmi di "alfabetizzazione sanitaria" rivolti agli sportivi di ogni età in grado di migliorare non solo le prestazioni sportive ma anche e soprattutto lo stato di salute sia di atleti sia di persone interessate a stare meglio».

LA PREVENZIONE

Il presidente del Ceinge, Pietro Forestieri nella presentazione dell'iniziativa ieri, nella sede di via Gaetano Salvatore, ha posto l'accento sul ruolo che può avere un progetto come NutriSport nell'ambito della prevenzione tra la popolazione generale.

RIPRODUZIONE RISERVATA

14 Febbraio 2025 Venerdì. IL MATTINO. Napoli. Maria Chiara Anisio e Gerardo Anisio. Terra dei fuochi, il ministro: «Troppi ritardi». Napoli Est, spiaggia e posti barca. Al Ceinge apre il laboratorio con Federico II e Acquachiarà. Verso le elezioni Regione, la Lega amplia il gruppo. No i più forti. Gli atleti dell'Acquachiarà al Ceinge per il laboratorio su sport e salute. «Cibo e sport, così allunghiamo la vita».

24 Primo Piano Napoli. Le eccellenze, i progetti. Ceinge, dal cibo allo sport «I segreti per vivere di più». Aziende a caccia di talenti «I giovani una ricchezza».