



Con il sostegno della



Centro Interdipartimentale
di Studi Avanzati in Neuroscienze
dell'Università di Torino



In collaborazione con



La settimana del cervello è una iniziativa
della Dana Foundation
www.dana.org/brainweek



BRAIN AWARENESS WEEK

SETTIMANA DEL CERVELLO 2014

FOOD AND THE BRAIN

CIRCOLO DEI LETTORI
VIA BOGINO 9,
TORINO

Per informazioni:
**Associazione
CentroScienza Onlus**
Via Accademia delle Scienze, 6
Torino

tel. 011 8394913
Fax 011 8127736
www.centroscienza.it
info@centroscienza.it



10 - 14 MARZO 2014
INGRESSO LIBERO
TORINO

• **LUNEDÌ 10 MARZO 2014**, ORE **21.00**, SALA GRANDE
NEUROGASTRONOMIA
 IL DIALOGO FRA UN NEUROBIOLOGO E UN GRANDE CHEF

Aldo Fasolo

Dipartimento Scienze della Vita e Biologia dei Sistemi
 dell'Università di Torino

Davide Scabin

Chef multistellato del ristorante Combalzero di Rivoli

"Neurogastronomia: come il cervello crea il sapore", il saggio di un celebre fisiologo, Gordon Shepherd, sarà la chiave per entrare scientificamente nella mitologia del CIBO e rispondere, in un fitto dialogo tra un neurobiologo e uno chef, come un piatto possa divenire buono, seducente, irresistibile, indimenticabile.

Uno dei protagonisti è l'olfatto: mentre mangiamo, il cervello modella gli odori, con l'aiuto degli altri sensi costruisce la percezione del sapore. I sapori e gli odori hanno inevitabilmente anche un impatto comportamentale, medico e sociale.



• **MERCOLEDÌ 12 MARZO 2014**, ORE **18.00**, SALA GRANDE
FANTASMI DEL CIBO
 COME E PERCHÉ LA MENTE CREA LE DISTORSIONI DEI DISTURBI
 DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE

Federico Amianto

Dipartimento di Neuroscienze Rita Levi Montalcini
 dell'Università di Torino

I Disturbi del Comportamento Alimentare (DCA) sono oggi notevolmente diffusi e frequenti nei giovani. Anoressia, Bulimia e Disturbo da Alimentazione Incontrollata causano grandi sofferenze, rischi importanti per la salute fisica, inclusi rischi d'invalidità, e mortalità superiore a qualsiasi altro disturbo psichiatrico. I sintomi sono alimentari, ma le ragioni riguardano una complessa alterazione del funzionamento mentale che da pochi anni viene affrontata con successo nella psicoterapia e supporto nutrizionale. Le ricerche su insorgenza, sviluppo e cura dei disturbi del comportamento alimentare sono molto attive e coinvolgono le neuroscienze. Rivestono un ruolo cruciale le ultime acquisizioni sui neuroni specchio, la "sintonizzazione intenzionale" e le esplorazioni dell'attaccamento con la risonanza magnetica funzionale. Promettenti per il futuro sono le ricerche sul ruolo della famiglia e le nuove prospettive terapeutiche con la TMS (stimolazione magnetica transcranica).

• **GIOVEDÌ 13 MARZO 2014**, ORE **18.00**, SALA GRANDE
PSICOLOGIA DEL TIRAMISÙ
 DALL'ALIMENTAZIONE ALLA CURA DELLA DEPRESSIONE

Andrea Pezzana

Direttore della Struttura di Nutrizione Clinica
 dell'Ospedale S. Giovanni Bosco di Torino

Riccardo Torta

Dipartimento di Neuroscienze Rita Levi Montalcini
 dell'Università di Torino

Il cervello ha guidato le nostre scelte alimentari per migliaia di generazioni, tra istinti innati e comportamenti acquisiti, contribuendo allo sviluppo della cultura e al miglioramento della qualità di vita. Obesità, diabete di tipo 2, malattie neurodegenerative e alcuni tipi di tumore trovano nello stile di vita e nel cibo una delle cause principali e una possibilità di prevenzione e di cura. Il cibo può anche favorire o contrastare il buon umore, e influenzare le nostre scelte anche nel tentativo di auto curarsi: i carboidrati possono interagire attraverso i neurotrasmettitori, analogamente agli acidi grassi omega 3. Gli alimenti possono influire sui meccanismi infiammatori coinvolti nella depressione e nello stress, come succede nella produzione di citochine che influenzano il tono dell'umore, e la risposta del sistema vagale, mediatore fra intestino e cervello. Una corretta dieta può dunque rappresentare uno strumento naturale, e di "spending review" a supporto della salute anche del cervello.

• **VENERDÌ 14 MARZO 2014**, ORE **18.00**, SALA GIOCO
DALLA PANCIA ALLA TESTA
 BATTERI INTestinalI, CIBO E CERVELLO

Federico Balzola

Città della Salute e della Scienza di Torino

Nel nostro intestino esiste un corpo aggiuntivo costituito da una popolazione di batteri (e dei loro prodotti di scarto) chiamato microbioma umano, che interagisce con il nostro organismo in molti processi metabolici e immunologici. Sono oltre 300 miliardi i batteri che lo costituiscono, in grado di esprimere una quantità di geni superiore di circa 100 volte quella del genoma umano. È un organo dinamico, che muta durante le fasi della vita, da individuo a individuo ma anche in base alla dieta e a dove viviamo, un sistema interattivo evolutosi con noi per milioni di anni. L'equilibrio sembra essere mutato negli ultimi 10.000 anni, da quando alimenti "nuovi" (derivati del latte e del grano) sono entrati nella nostra dieta permettendo la stanzialità e la rapida evoluzione sociale e culturale. Disponibilità di cibo, igiene, antibiotici, parto cesareo ecc., hanno ulteriormente condizionato il microbioma confermando scientificamente relazioni tra alcuni alimenti e funzioni cerebrali già segnalate da Ippocrate nel 460 a. C.

Foto di copertina: Mahias - afroboof, flickr.com

Foto all'interno: Philip Edmondson, tutincommon, Camille Gévaudan Khomille, flickr.com

La Settimana del Cervello 2014 a Torino è promossa da CentroScienza Onlus, in collaborazione con NIT Centro Interdipartimentale in Neuroscienze dell'Università di Torino, Dottorato in Neuroscienze dell'Università di Torino e Circolo dei Lettori della Regione Piemonte. Con il sostegno della Compagnia di San Paolo e il contributo della Regione Piemonte. La rassegna si svolge nell'ambito di un progetto internazionale promosso dalla Dana Alliance for Brain Initiatives - www.dana.org/brainweek - www.centroscienza.it