



**Docente: Antonia Carlino**

**Incontro del 24 febbraio 2026, ore 15,30**

**Argomento: Longevità consapevole:Inflammaging**

### SOMMARIO

Istat 2025 :

L'Italia si conferma tra i Paesi europei più longevi. Questo dato, in sé molto positivo, accentua l'invecchiamento della struttura per età della popolazione: un quarto dei residenti ha almeno 65 anni, il doppio rispetto ai minori di 15 anni

L'aspettativa di vita è per gli uomini di 81,5aa e di 85,5 aa per le donne  
A Fronte per gli uomini la aspettativa di vita in buona salute osservata nel 2024 (59,8 anni)

Per le donne, invece, la stima di 56,6 anni segna il punto di minimo dell'ultimo decennio, confermando così il cosiddetto paradosso donna : vita sì , ma sana no. Diventare più anziani non è una criticità, ma una conquista.

La vera sfida è arrivarci in salute.

Una longevità consapevole è Il primo obiettivo da raggiungere.

Cominciamo a conoscere i meccanismi della longevità o dell'invecchiamento.

Esso dipende solo per il 20-30% dalla genetica, mentre il restante 70-80% è il risultato di stili di vita, nutrizione e socialità.

Ora Inflammaging indica lo stretto rapporto tra l'infiammazione e l'invecchiamento dell'organismo: contrastando la prima si rallenta e migliora il secondo!

Con il termine Inflamm-aging si fa riferimento a una infiammazione cronica, asintomatica e di basso grado che si verifica nell'età avanzata, in assenza di infezione.

Mentre L'**infiammazione** è un **meccanismo di difesa fisiologico** del nostro organismo, attuato nei confronti di agenti patogeni esterni ,che si esaurisce appena debellati; l'infiammazione cronica costante persistente di basso grado danneggia cellule e tessuti provocando un invecchiamento precoce.

Sul come, lo vedremo nel nostro incontro del 24 febbraio.

### Curriculum

#### Antonia Carlino

La salute della donna è stato l'interesse primario della sua vita professionale, sin dall'inizio di brillanti studi universitari cum laude in Medicina (1968 -19784 e poi in specialità'74-78) presso l'università degli studi di Roma Sapienza, continuata nella sua professione di ginecologa, a tutto tondo ,esercitata in ospedale e nel territorio Lombardo, come dal suo essere mamma precoce a 19 anni, e nonna a51 anni : attualmente di ben 6 nipoti.

La specializzazione in ginecologia e ostetricia alla Sapienza di Roma e il lavoro in Lombardia nell'Ospedale Maggiore di Crema) in reparto di ostetricia e ginecologia, appena venticinquenne, e poi per 35 anni, ha confermato questa consapevole scelta giovanile e ha impegnato nella ricerca di una organizzazione sanitaria il più possibile vicino alla

donna, sia nella prevenzione nei consultori familiari, che seguivano all'istituzione del SSN del 1978, sia nel contesto ospedaliero della sala parto, procedendo alla stesura di protocolli di linee guida per la revisione dei modelli di pratica ostetrica, ancora in atto, al fine di rispettare la nascita fisiologica e implementare tecniche e competenze per l'assistenza alla gravidanza patologica, ottenendo lusinghieri risultati nella salute materno-fetale .

Oltre alla sala parto con l'assistenza a oltre diecimila nascite ,

Sensibile ai problemi sociali di genere ,ha portato avanti tematiche sul lavoro femminile ,delle donne medico in particolare,

Negli ultimi anni il suo interesse e' stato anche rivolto alla formazione dei medici organizzando convegni e corsi, anche residenziali ai medici e operatori sanitari del SSN, affinché la prospettiva della Medicina di genere possa essere una ulteriore tappa per i diritti delle donne nel riconoscimento delle differenze e il raggiungimento dell'equità della salute ,ancora purtroppo negata.

Attività e impegno che si sono tradotti, nel 2019 nella nomina, a componente del Gruppo di lavoro nazionale in Medicina di genere Fnomceo e nella nomina nel Marzo 2022 a componente dell'Osservatorio Nazionale Sicurezza Esercenti Professioni Sanitarie ( ONSEPS) del Ministero della salute , tutt'ora in essere .

### **UNIVERSITÀ CREMA UNI-CREMA**

***Sede corsi e segreteria:* Crema, via Rampazzini, 14 C/o Scuola Media di Ombriano "C. Abbado"**

**Cell. 3456076297**

**e-mail: [info@uni-crema.it](mailto:info@uni-crema.it) sito: [www.uni-crema.it](http://www.uni-crema.it)**