



Fondazione Valter Longo

La Nutrizione cambia la Vita

Indice

Fondazione Valter Longo ETS	01
Il fondatore - Prof. Valter Longo	02
Cosa facciamo - Le nostre attività	03
A chi ci rivolgiamo	04
I maggiori progetti in campo	05
Valori e punti di forza	06
Partnership e Welfare aziendale	07
I nostri partner	08
Come sostenerci	09

Fondazione Valter Longo

Fondazione Valter Longo ETS è un'organizzazione non-profit fondata nel 2017 per volontà del **Professor Valter Longo** con l'obiettivo di ottimizzare una **longevità sana**, che inizia già da bambini e continua durante l'intero ciclo di vita, promuovendo uno stile di vita salutare e abitudini alimentari che possano rallentare e contrastare l'insorgenza di importanti patologie correlate all'avanzare dell'età o non trasmissibili tra le quali **tumori, diabete, obesità, malattie cardiovascolari, autoimmuni**, come il Morbo di Crohn e la sclerosi multipla, e **patologie neurodegenerative** come l'Alzheimer.



Per raggiungere i suoi obiettivi istituzionali, la Fondazione dedica quotidianamente i propri sforzi sia dal punto di vista preventivo che terapeutico attraverso consulenze nutrizionali, attività educative e ricerca scientifica, lavorando in collaborazione e supporto di medici e scienziati per favorire un'integrazione multidisciplinare fra **terapia nutrizionale** e **trattamento sanitario**, e applicando un approccio scientifico basato su oltre **30 anni di esperienza e di studi** su nutrizione, salute e sano invecchiamento, nonché sulle più importanti risultanze scientifiche nel campo della longevità sana e delle patologie connesse all'invecchiamento.

L'obiettivo è curare, prevenire e supportare chi vive condizioni di disagio psichico, fisico ed economico, con la missione di dare a tutti l'opportunità di una vita lunga e sana.

LA NOSTRA STORIA

2015 Create Cures Foundation (USA)

2017 Fondazione Valter Longo (Italia) + la prima clinica a Milano

2020 Create Cures Longevity Clinic (Los Angeles)

2022 European Longevity Institute® (Europa) + Longevity Technology Institute® (USA)

Prof. Valter Longo

Ph.D. - Presidente e Fondatore
della Fondazione Valter Longo

Professore di Gerontologia e Scienze Biologiche e Direttore dell'Istituto di Longevità presso la University of Southern California – Leonard Davis School of Gerontology, Los Angeles.

Ad oggi ha pubblicato **5 libri**, tra cui **"La Dieta della Longevità"** (2015), bestseller, tradotto in **26 lingue** e distribuito in **41 Paesi**, con oltre **1.000.000 di copie vendute**. **Tutti i proventi** a lui spettanti, derivati da questi libri, **sono destinati a programmi di ricerca e formazione della Fondazione**.

2021
2025

Pluripremiato dal 2021 a oggi come **"Highly Cited Researcher"** con **H-index 92**, riconosciuto per l'impatto della sua ricerca in ambiti multidisciplinari

2021

Rivista Science: **pioniere nella ricerca su nutrizione, cancro e digiuno nelle terapie metaboliche**

2018

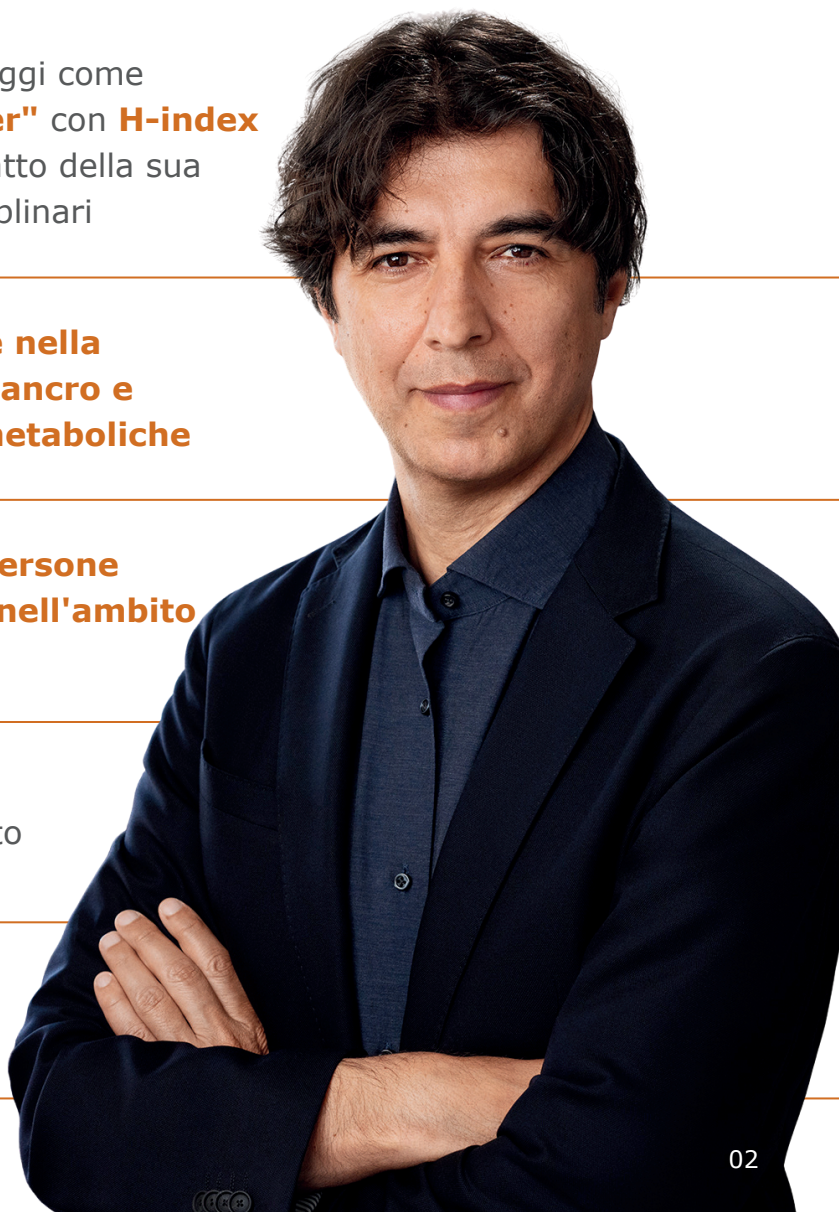
Rivista Time: **tra le 50 persone più influenti al mondo nell'ambito della salute**

2016

Glenn Award per la ricerca sull'invecchiamento

2010

Premio **Nathan Shock Lecture** – *NIA/NIH*



Cosa facciamo

La Fondazione opera su **tre direttrici fondamentali** per promuovere la longevità sana a livello globale, con un approccio sia preventivo che terapeutico.

ASSISTENZA SANITARIA NUTRIZIONALE



La Fondazione fornisce assistenza sanitaria in ambito nutrizionale a pazienti provenienti da tutto il mondo. Con un approccio terapeutico integrato alle cure mediche tradizionali, interviene sulla nutrizione per la prevenzione e il trattamento delle principali malattie croniche: cancro, diabete, obesità, malattie cardiovascolari, autoimmuni e neurodegenerative, oltre a supportare percorsi di longevità sana.

Il team dell'Area Scientifica comprende biologi molecolari, medici specialisti in medicina funzionale e nutrizione umana, e nutrizionisti formati sulle ricerche del Prof. Longo. In pochi anni, **migliaia di pazienti hanno potuto accedere a consulenze nutrizionali personalizzate** e a **Longevity & Healthspan Programs**, punto di riferimento anche per i pazienti oncologici e i rispettivi medici.

ATTIVITÀ EDUCATIVE E DI SENSIBILIZZAZIONE

Promuovere la divulgazione scientifica, l'educazione alimentare e l'adozione di uno stile di vita sano come strumenti fondamentali di prevenzione è fondamentale per la Fondazione.

Attraverso eventi e programmi strutturati di sensibilizzazione gratuiti si rivolge a un pubblico di tutte le età, con un'attenzione prioritaria verso bambini, bambine e adolescenti, educatori, insegnanti e famiglie.

Il Team Educativo rende accessibili le conoscenze scientifiche su nutrizione, esercizio fisico e stile di vita, riconoscendo l'educazione alla salute come un diritto fondamentale, in particolare dove la povertà educativa limita l'accesso a informazioni e strumenti di prevenzione.

RICERCA SCIENTIFICA E DIVULGAZIONE



Dopo aver affiancato le ricerche scientifiche su nutrizione, salute e sano invecchiamento — sviluppate grazie all'esperienza del Prof. Valter Longo e alle principali evidenze sulla longevità e sulle patologie legate all'invecchiamento — **il Team Scientifico** della Fondazione ha avviato dal 2019 diversi studi clinici, sviluppando terapie innovative. Fondazione assume così un **ruolo sempre più decisivo come ente di ricerca in ambito medico** per la prevenzione e il trattamento di patologie invalidanti, accanto alla promozione della longevità sana. Gli studi sono pubblicati su riviste scientifiche internazionali.

A chi ci rivolgiamo

Operiamo con professionisti sanitari, istituti di cura, scuole, organizzazioni dedicate alla salute e aziende, impegnandoci a diffondere una cultura della longevità fondata su uno stile di vita sano. Con i nostri programmi **intercettiamo interesse comunità e lavoriamo per il loro benessere**: siamo attivi dove si fa ricerca, nelle piazze, nelle scuole e nelle aziende attente alla salute dei dipendenti.

BAMBINI E GIOVANI

Programmi educativi nelle scuole e percorsi di prevenzione fin dall'infanzia.

MEDICI E RICERCATORI

Collaborazione con professionisti sanitari e istituti di ricerca internazionali

AZIENDE

Corporate welfare e programmi di benessere per i dipendenti

PAZIENTI

Assistenza nutrizionale personalizzata, gratuita per chi soffre di gravi malattie

ENTI PUBBLICI E ISTITUTI DI CURA

Partnership con istituzioni per promuovere politiche di salute pubblica

I Maggiori Progetti in campo

ABU DHABI (UAE)

2026–2028

Programma nutrizionale ed educativo per **25 scuole, 2.600 studenti** (6–17 anni), in collaborazione con il Dipartimento della Salute e il Ministero dell'Istruzione di Abu Dhabi. Include monitoraggio KPI, assistenza nutrizionale per almeno 300 bambini in obesità/sovrappeso/sottopeso, ~175 workshop + 35 webinar, e menu scolastici sviluppati dai nostri dietisti.

CSR PARTNERSHIP CON SSC NAPOLI

Una partnership con la SSC Napoli per promuovere la cultura della longevità sana attraverso lo sport. Il progetto unisce i **valori del calcio e della nutrizione** per raggiungere giovani, famiglie e comunità, utilizzando il potere comunicativo del club per diffondere messaggi di salute e prevenzione su scala nazionale.

COMUNITÀ S.A.N.E. — REGIONE CAMPANIA

2026–2028

Salute – Attività fisica – Nutrizione – Educazione. Coinvolge **25 scuole, 17.000 studenti** (14–18 anni) in 5 provincie campane. Include il primo studio clinico al mondo in questo ambito su 330 adolescenti, assistenza nutrizionale per 300+ studenti, 25 workshop/open day per scuola, con attività di monitoraggio e un Festival annuale.

NUTRITION & LONGEVITY FESTIVAL®

Un evento internazionale gratuito dedicato a bambini, famiglie e professionisti, con decine di migliaia di spettatori in presenza e online. Un appuntamento che **diffonde la cultura della sana longevità**, affrontando in modo coinvolgente e accessibile i temi della salute, della nutrizione, della sostenibilità, della scienza e dello sport.

Valori e Punti di Forza

IN COSA CREDIAMO

Accessibilità universale

Prevenzione e benessere accessibili a tutti, senza disuguaglianze.

Approccio globale e locale

Progetti presenti nel mondo, adattati ai contesti di ogni comunità.

Rigore scientifico

Programmi basati su evidenze solide e studi clinici validati.

Gratuità e impatto sociale

Assistenza gratuita o agevolata per soggetti fragili e vulnerabili.



I NOSTRI PILASTRI

Autorevolezza scientifica

Ricerca validata con centri, ospedali e università internazionali.

Impatto misurabile

Migliaia di consulenze e decine di migliaia di partecipanti.

Rete clinica internazionale

Punti Longevity con team multidisciplinari in tutto il mondo.

Ecosistema integrato

Clinica, ricerca, educazione ed eventi in un solo modello.



Partnership e Welfare aziendale

Lavoriamo per creare **nuove alleanze tra profit e nonprofit**. Quando un'azienda investe nel benessere dei propri collaboratori, ne trae beneficio l'intera organizzazione: team più energici e motivati. Chi sta bene, lavora meglio. La Fondazione sviluppa progetti su misura per **promuovere salute e benessere in azienda**, contribuendo a una cultura organizzativa fondata su fiducia, rispetto e attenzione alle persone.

Una parola dal nostro Amministratore Delegato

Antonluca Matarazzo:

*"Dare a tutti l'opportunità di una vita lunga e sana è il principio da cui parte il lavoro di Fondazione Valter Longo ETS, che è dunque quello di **innovare il concetto di medicina**: che non deve essere concepita più solo come cura della malattia ma come **interventi di prevenzione**. Li chiamerei "interventi pro longevità sana" a favore di tutti, in particolare dei bambini e delle persone che versano in una situazione di emergenza fisica, psichica o economica.*

Con questo sogno il Prof. Valter Longo ha deciso di aprire, prima negli Stati Uniti, e poi in Italia le sue Fondazioni.

L'alleanza con il mondo aziendale è essenziale per sensibilizzare più persone sul tema della corretta alimentazione e garantire che tutti possano avere l'opportunità di vivere bene, sani e a lungo."



PARTNERSHIP AZIENDALI

Investire nel benessere dei dipendenti in azienda significa costruire una cultura organizzativa fondata su fiducia e attenzione alle persone.

- **Consulenze nutrizionali** personalizzate in azienda
- **Cooking show** interattivi sull'alimentazione equilibrata
- Valutazioni nutrizionali delle **mense aziendali**
- **Menù su misura** per uno stile di vita sano
- **Webinar e talk** su benessere e longevità
- **Materiali editoriali e libretti tematici**
- **Longevity Pills**, corso online scientifico e interattivo

I Nostri Partner

La Fondazione collabora con istituzioni pubbliche, università, aziende e organizzazioni internazionali per amplificare l'impatto della sua missione.



Milano



Comune
di Milano



CORRIERE DELLA SERA

Giffoni

MONDADORI

VALLARDI
ANTONIO VALLARDI EDITORE



Penguin
Random
House



Università Commerciale
Luigi Bocconi



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI MILANO

UNIVERSITÀ
DELLA CALABRIA



USC University of
Southern California



Università
degli Studi
di Palermo



Microsoft

facebook



ALIFE

Posteitaliane



Come Sostenerci

Sostenere la Fondazione significa contribuire a un modello di salute accessibile e inclusivo. Ogni forma di collaborazione — istituzionale, aziendale o individuale — rafforza la nostra capacità di raggiungere chi ne ha più bisogno e di promuovere una longevità sana per tutti.

PRIVATI - COME DONARE

- **Lascito testamentario** a favore della Fondazione
- **Dona un webinar** sulla nutrizione alla **scuola** dei tuoi figli
- Partecipa agli **eventi** o diventa **volontario**
- **5x1000 al CF 95196780100**
- Dal sito **www.fondazionevalterlongo.org** → **"DONA ORA"**
- Bonifico bancario: **IBAN IT81 S030 6909 5261 0000 0006 701**

DONAZIONI

Le donazioni individuali e aziendali sostengono le consulenze gratuite, i programmi nelle scuole e la ricerca scientifica. Ogni contributo è fiscalmente deducibile secondo le normative vigenti.

www.fondazionevalterlongo.org

La Fondazione Valter Longo ETS è iscritta al RUNTS, nella sezione G "Altri enti del Terzo settore", con numero di repertorio n. 164001, ai sensi dell'art. 46, comma 1, del D.Lgs. 3 luglio 2017, n. 117.



Insieme per una vita lunga e sana

*Costruiamo insieme un futuro in cui la sana
longevità diventa patrimonio di tutti, grazie
alla scienza e all'attenzione verso il prossimo.*

Milano 20122 Via Borgogna, 9
Tel. 02 2513 8307
info@fondazionevalterlongo.org
C.F. 95196780100
www.fondazionevalterlongo.org