

## Intervista con Filippo Ongaro

Scritto da Chiara Marcon

Mercoledì 21 Giugno 2017 15:01

---



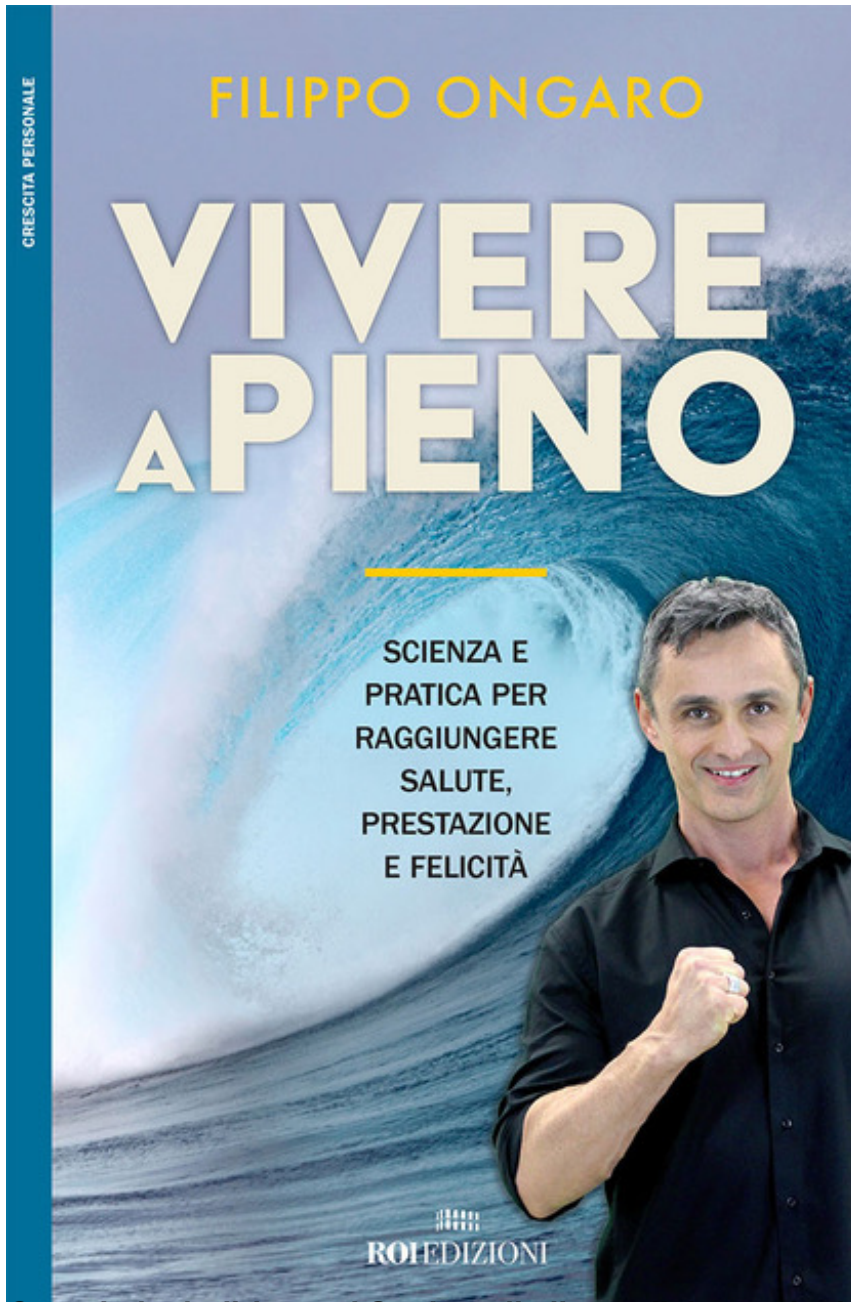
*Medico, autore, divulgatore scientifico, il Dr. Filippo Ongaro, nella foto a sinistra, è stato per ben sette anni anche medico degli astronauti, spesso negli Stati Uniti per lavoro, conosce la medicina funzionale e quella antiaging ed è stato il primo medico italiano a certificarsi in entrambe le discipline. Ma che cosa vuol dire invecchiare bene? Perché è importante? Che cos'è la medicina antiaging? Come si cambia la propria vita? In occasione dell'uscita del suo ultimo libro "La vita a pieno", esaurito in pochi giorni, a tutti questi quesiti ci ha risposto proprio di Dr. Ongaro, aiutandoci a far chiarezza e dandoci degli spunti per migliorare o meglio darci degli spunti di riflessione, da dove poi partire per migliorare la nostra vita e viverla a pieno. Buona lettura:*

***Come ha scelto di diventare medico?***

Da sempre praticavo sport e mi appassionava l'idea di perfezionare la prestazione psicofisica. Mi è parso naturale quindi studiare Medicina e cercare di capire al meglio i meccanismi che determinano salute e prestazione ottimali. Dopo la laurea altrettanto naturalmente sono entrato nella scuola di specialità in Medicina dello sport.

**Come è stata la Sua esperienza all'E.S.A. e che tipo di studi l'hanno portata a lavorare con gli astronauti?**

È stata un'esperienza assolutamente fondamentale e ricchissima di esperienze. Sono arrivato per caso attraverso uno stage di qualche mese durante la specializzazione, ma poi mi hanno chiesto di fermarmi e così ho fatto. Poco dopo ero già in Russia a certificarmi come flight surgeon, medico degli equipaggi.



<https://www.filippo-ongaro.it/>