



MACRO

www.ilmessaggero.it
macro@ilmessaggero.it

Letteratura
Premio Strega:
si dimette Barbero
assenti Einaudi
e Mondadori

Iattarelli a pag.25



Musica
Vasco Rossi
torna in forma
e annuncia
sette concerti

Orlando a pag. 27

Vasco Rossi
A destra
il piatto
dedicato
alla Terra
di Heinz Beck



Gusto
Per la Giornata
della Terra
le creazioni
di Heinz Beck

Dente a pag. 24

Letteratura **Gusto** **Ambiente** **Società** **Cinema** **Viaggi** **Architettura** **Teatro**
Moda **Salute** **Arte** **Tecnologia** **Musica** **Scienza** **Archeologia** **Televisione**

Uno studio pubblicato da Science rivela i benefici del resveratrolo, una molecola presente in alimenti come l'uva risultata capace di allungare la vita di animali in laboratorio, ed efficace in numerose malattie legate all'età avanzata. Altri tentano la via della genetica. Una pillola ci salverà? C'è chi frena: troppi sono i fattori legati all'invecchiamento

Caccia all'elisir di lunga vita

LA RICERCA

LONDRA

I laboratori di mezzo mondo lo studiano da anni. L'industria farmaceutica è pronta a investire cifre inimmaginabili perché chiunque, sano o malato, pagherebbe qualunque cosa per averlo. L'elisir di lunga vita per ora esiste solo nella fiction. I vecchietti di Cocoon lo hanno sperimentato sotto forma di acqua miracolosa, in Il ritratto di Dorian Gray l'autore Oscar Wilde lo trasforma in un patto con il demonio e la saga di Twilight è riuscita a rendere glamour i vampiri anche perché non invecchiano e non hanno le rughe.

L'eterna giovinezza, però, sembra ormai a portata di mano, secondo un articolo pubblicato da Science e scritto dal professor David Sinclair, genetista dell'università di Harvard, uno dei pionieri della medicina della prevenzione. Da una decina di anni sperimenta con il resveratrolo, un fenolo contenuto nella buccia dell'acino d'uva e in pochi altri alimenti come il cacao. Le sue capacità antitumorali e antinfiammatorie sono note, ma potrebbe essere questo l'elisir che tutti vanno cercando? Sì, secondo Sinclair, consulente della GlaxoSmithKline che sta già sintetizzando un tipo di pillola definita miracolosa. Il resveratrolo ha anche un effetto anti età perché è in grado di aumentare l'attività della proteina Sirt1, soprannominata proteina della longevità. Sfruttando questa capacità le nuove pillole hanno già dato promettenti risultati sugli animali, allungando la vita a topi, api e mosche. Adesso la Gsk le sta testando su pazienti con malattie come il diabete di tipo 2 e la psoriasi. Ma altri test hanno già dimostrato una buona reazione nei malati affetti da Alzheimer, Parkinson, osteoporosi, condizioni cardiovascolari e altri disturbi legati all'età avanzata.

IL TRAGUARDO

Finora le proprietà del resveratrolo sono state utilizzate per curare persone con gravi malattie. Ma un giorno, vicino secondo una parte degli scienziati, saranno usate dalle persone sane con il solo obiettivo di prevenire il deteriorarsi delle cellule. Come oggi le statine rappresentano una terapia preventiva per di-

«CON QUESTI FARMACI
QUALCUNO VIVRÀ FINO
A 150 ANNI, LE RICERCHE
DEVONO CONTINUARE»

David Sinclair
genetista
dell'Università di Harvard

sturbi cardiaci e ictus

«Abbiamo scoperto che l'invecchiamento non è irreversibile come abbiamo sempre pensato - scrive Sinclair - Qualcuno di noi, grazie a questi farmaci vivrà fino a 150 anni. Ma per arrivare a questo obiettivo abbiamo bisogno di continuare le nostre ricerche».

Qualche scienziato rimane scettico. Matt Kaerberlein, dell'università di Washington, per esempio, ha contestato le conclusioni della ricerca di Sinclair, sostenendo che l'effetto anti età può essere provato solo in laboratorio. E c'è chi obietta che per vivere più a lungo basti bere un bel bicchiere di vino a pasto. Ma per ingerire una dose efficace di resveratrolo bisognerebbe tranquillizzare cento bottiglie di rosso al giorno.

LA GENETICA

A caccia dell'elisir è anche l'Albert Einstein college of Medicine di New York. L'equipe del dottor Nir Barzilai è riuscita a isolare tre geni responsabili della longevità. I ricercatori hanno esaminato 500 ebrei ashkenaziti, ovvero originari dell'Europa dell'Est, residenti a New York, tutti centenari. Le analisi hanno evidenziato che tutti erano accomunati da un distintivo corredo genetico. Mostravano infatti di possedere questi tre super geni, responsabili della lunga vita.

«Due di questi producono il colesterolo buono, che riduce il rischio di malattie cardiovascolari e ictus - ha spiegato il dottor Barzilai alla Bbc - Mentre il terzo protegge contro il diabete e l'Alzheimer».

Il colmo è che un terzo dei centenari sotto esame era obeso e aveva fumato per 40 anni due pacchetti di sigarette al giorno. Ma nonostante questo i vecchietti erano tutti in ottima salute. Si è calcolato che chi ha la fortuna di possedere i tre geni ha una possibilità su 500 di compiere il secolo. Mentre chi ne è sprovvisto ha una possibilità su 10.000.

PROTEINE BENEFICHE

Dopo la scoperta diversi laboratori hanno iniziato a sintetizzare farmaci che contengano le proteine benefiche che questi geni producono. «Sarà come se li avessimo nel nostro Dna», promette Barzilai.

Ma una pillola non ci salverà, rispondono altri esperti. L'Alzheimer Society britannica ci riporta con i piedi per terra e avverte che non basta un gene per arrestare la demenza senile, che è causata da una combinazione di stili di vita, predisposizione genetica ed eventi purtroppo imprevedibili.

Deborah Ameri
© RIPRODUZIONE RISERVATA

Provat i
benefici di
certe
proteine
e sostanze
naturali



IL MITO

A fianco Ben Barnes nei panni di Dorian Gray nel film ispirato a Oscar Wilde di Oliver Parker. Sotto, un antico disegno di un elisir alchemico per l'eterna giovinezza



Mangiare bene

Il segreto di noci e mirtilli



►LA BUCCIA► Ogni acino di uva rossa contiene circa 50-100 microgrammi di resveratrolo per ogni grammo di peso secco



►IL SUCCO► Si calcola che la concentrazione di resveratrolo nel vino rosso sia dell'ordine di 0,3-0,5 mg per ogni litro



►LE NOCI► Un frutto secco completo: ricco di acidi grassi Omega-3 e 6, resveratrolo e vitamine antinvecchiamento



►I MIRTILLI► Una tazza di frutti di bosco di colore scuro come l'uva contiene da 0,24 a 1 mg di resveratrolo