

Al via i test con alcune molecole contenute in frutta e verdura

Senolitici a pranzo e cena e si rallenta la terza età

PAOLA MARIANO

Frutta e verdura sono una fonte preziosa di potenziali farmaci anti-aging, capaci di rallentare i segni del tempo e la comparsa e la progressione di malattie tipiche della terza età come l'Alzheimer: si tratta dei «senolitici» o «senoterapeutici», molecole, spesso alla base delle diverse colorazioni di frutti e ortaggi, che si sono dimostrate capaci di aumentare la longevità, combattere le malattie correlate all'età e difendere la salute cardiovascolare dei topolini di laboratorio.

In Italia, all'Irccs Istituto Nazionale Riposo e Cura Anziani di Ancona, è partito un progetto di ricerca triennale diretto da Marco Malavolta e coordinato da Mauro Provinciali per isolare i senolitici più efficaci e sicuri da testare clinicamente su un gruppo di pazienti. Queste sostanze - per esempio fisetina, quercetina, tocotrienoli - sono presenti in fragole, mele, agrumi, uva rossa, mirtilli, cachi e anche in pomodori, asparagi, cipolle e cetrioli, oltre che in olii vegetali e cereali. Ad alte dosi (in quantità più elevate di quelle in cui sono presenti nei cibi) agiscono in modo potente: inducono la morte delle cellule senescenti e malfun-

zionanti che si accumulano nell'organismo con l'età e che non vengono più eliminate. Diverse ricerche hanno dimostrato che il loro accumulo è legato alle malattie croniche e degenerative, dall'aterosclerosi all'osteoporosi, dalla fibrosi polmonare all'artrosi fino all'Alzheimer.

Uno studio condotto da Ming Xu della Mayo Clinic, negli Usa, e pubblicato su «Nature Medicine» rivela che, trapiantando cellule senescenti nel corpo di topini giovani, questi acquisiscono malattie tipiche della terza età, mentre un cocktail di senolitici riduce del 65% la mortalità dei più anziani. Un lavoro coordinato da James Kirkland della stessa clinica e pubblicato su «Ebiomedicine» ha poi mostrato che la fisetina - antiossidante estratto dalle fragole - riduce le patologie correlate all'età e aumenta la vita media dei topolini anziani. E, ancora, un lavoro di Darren Baker (Mayo Clinic), uscito su «Nature», evidenzia come l'accumulo di cellule senescenti nel cervello di alcuni topini porti alla demenza, mentre, eliminandole, si allevia il deficit cognitivo.

«Ora la nostra idea - spiega Malavolta - è che un intervento che contrasti l'accumulo delle cellule senescenti possa

attenuare i processi dell'invecchiamento: è proprio questo che si tenterà di verificare nelle prime sperimentazioni cliniche con i senolitici, trial che dovrebbero coinvolgere pazienti anziani con una o più malattie croniche neurodegenerative come l'Alzheimer». Intanto - aggiunge Xu - «proprio presso la Mayo Clinic sono già partiti quattro trial clinici con senolitici su pazienti con malattie quali osteoartrite e disfunzioni croniche renali. Per ora - spiega - solo persone con gravi malattie possono essere coinvolte nelle sperimentazioni», ma in futuro i trial potrà includere anche una platea più ampia di anziani.

«È una via promettente - dice Xu - ma ci vorranno dai tre ai 10 anni per ottenere risposte definitive». Intanto - sottolinea Provinciali - «entriamo in una fase critica, perché il passaggio alla sperimentazione nell'anziano cosiddetto "fragile" appare prossimo». Il sogno - conclude Malavolta - «è scoprire i senolitici migliori, ad ampio spettro, su più malattie e sicuri»: lo studio «made in Italy» prevede di concentrarsi «su composti già studiati come anti-tumorali, in grado di riattivare alcuni meccanismi di morte cellulare erroneamente spenti». —

© BY NC ND ALCUNI DIRITTI RISERVATI