

In Italia in dieci anni i centenari sono aumentati da 11mila a 14 mila. Ma il 90 delle malattie sono legate ai processi degenerativi dell'invecchiamento e rallentarlo significa anticiparne le patologie diminuendo il costo delle cure

Si vive più a lungo ma conta la qualità

LA PREVENZIONE

La popolazione che invecchia progressivamente ma costantemente, i tassi di natalità che calano e il netto incremento dell'aspettativa di vita nei paesi occidentali, anche per i cosiddetti anziani (a 70 anni l'aspettativa di vita può essere di oltre 20 anni) sono le tre grandi variabili che stanno contribuendo a ridisegnare il panorama demografico. L'Italia è il Paese più longevo d'Europa. E, insieme alla Francia, detiene il record di ultracentenari. Al 1° gennaio 2019, secondo l'ISTAT, sono infatti 14.456 le persone residenti in Italia che hanno speso cento candeline e ci vorrebbe uno stadio di calcio per contenerle tutte. Tra i centenari, ben 1.112 hanno raggiunto e superato i 105 anni di età al 1° gennaio 2019. L'87% è di sesso femminile.

LA STATISTICA

Il report dell'ISTAT segnala che in dieci anni, dal 2009 al 2019, i centenari sono passati da 11mila a oltre 14mila. La quota maggiore di semi-supercentenari (105 anni e oltre) è residente nel Nord Italia. La regione con il rapporto più alto tra over 105 e il totale della popolazione residente è la Liguria, seguita da Friuli Venezia Giulia e Molise.

Ma com'è la qualità di vita di questi ultracentenari? Spesso scarsa. Oggi il 90% delle malattie sono legate ai processi degenerativi dell'invecchiamento. Queste comprendono malattie cardiovascolari, la maggior parte dei tumori, il diabete, l'ipertensione, l'osteoporosi, le malattie autoimmuni e le demenze.

Rallentare l'invecchiamento per un medico significa soprattutto migliorare la qualità della vita per le persone che si affacciano alla terza età cercando, inoltre, di anticiparne le patologie e nel contempo diminuendo il costo delle cure. L'invecchiamento non è un fatale declino psicofisico, un inarrestabile rotolare verso il basso. La nostra carta d'identità riporta un numero, l'età anagrafica. Ma quello che conta è l'effettiva età biologica: di questa siamo responsabili.

La medicina anti-invecchiamento è prima di tutto preventiva, mira alla salute, alla longevità, alla qualità della vita, per un benessere psico-fisico; scientifica e innovativa, sfrutta tutte le nuove conoscenze in campo genetico, genomico, farmacologico, bio-tecnologico; personale e personalizzata, non si parte da uno schema a cui devi adeguarti, ma si parte da te e dalla tua inimitabile costituzione genetica per elaborare una strategia anti invecchiamento su misura per te; predittiva e rigenerativa poiché grazie ai test genetici, può predire lo sviluppo di un processo patologico, in qualsiasi cellula dell'organismo ed è capace di intervenire direttamente sui meccanismi di rigenerazione cellulare.

Negli ultimi decenni nei paesi occidentali vi è stato un aumento di quelle che sono le malattie cronico degenerative, come l'obesità, le malattie cardiovascolari, la sindrome metabolica che è la nuova epidemia silente, il diabete, le demenze, i tumori. Tali malattie sono quasi sempre precedute da un lungo periodo silente di infiammazione cronica che porta ad un'alterata funzionalità di uno o più sistemi d'organo, quella che tecnica-

mente si chiama Inflammaging. Queste disfunzioni sono il frutto ed il risultato di una vita di interazioni tra quelle che sono le nostre predisposizioni genetiche e l'ambiente in cui viviamo, ma soprattutto del nostro stile di vita che tra l'altro è uno dei pochi che può essere modificato.

LA VALUTAZIONE

All'interno della Clinica Tirelli Medical Group è stato attivato il dipartimento di Medicina anti-invecchiamento per una valutazione funzionale del paziente e il suo trattamento. Tale valutazione viene effettuata soprattutto attraverso lo studio della bilancia ossidativa che ha lo scopo di valutare il rapporto tra la produzione di radicali liberi e gli antiossidanti. La rottura dell'equilibrio tra ossidanti ed antiossidanti viene definito Stress ossidativo e provoca l'insorgenza di lesioni cellulari, che se gravi e protratte nel tempo conducono ad un'accelerazione del processo di invecchiamento ed all'insorgenza di numerose patologie.

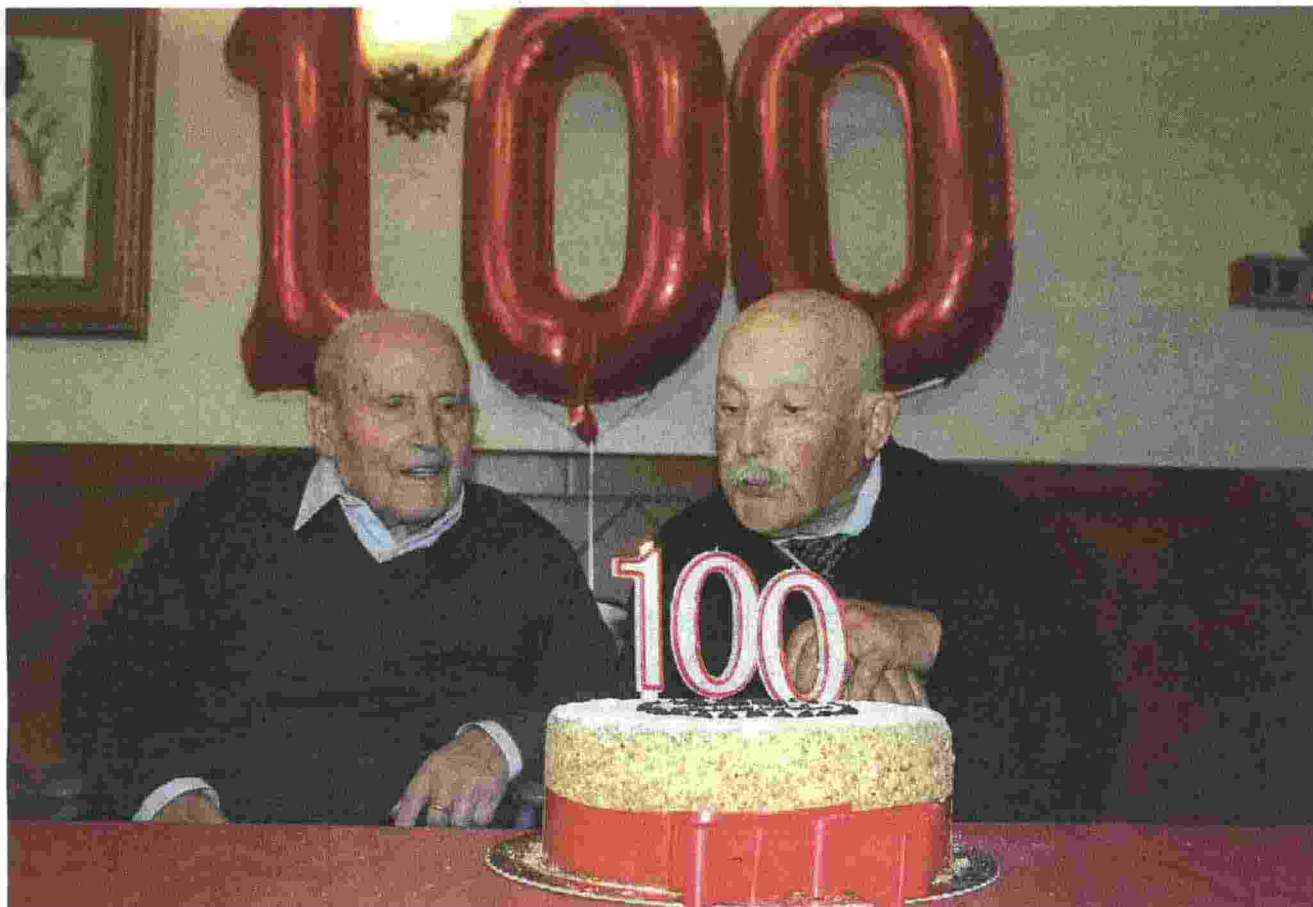
A questo si aggiungono i test genetici per la valutazione di processi di invecchiamento quali la glicazione, l'infiammazione, il brain aging e gli indici di endocrinosenescenza. Infine lo studio della flora batterica intestinale (microbiota) e degli squilibri ad essa correlati tramite test specifici chiudono quello che è l'inquadramento che il paziente può avere all'interno della nostra struttura. Il check up anti-invecchiamento secondo il metodo realizzato da A.M.I.A (Associazione Medici Italiani Anti-aging) contiene una serie di esami che vanno dall'analisi del profilo ossidativo di base, ovvero del livello di radicali liberi

presenti nell'organismo, eseguito attraverso la valutazione dello stress ossidativo (dROMs test), gli indici di glicazione (irregolari livelli di glucosio, irregolari oscillazioni nella produzione di insulina, minore sensibilità dei recettori per l'insulina a livello tissutale), gli indici di inflammaging (un aumento dei processi infiammatori induce un aumento delle citochine, con conseguente accelerazione del processo di invecchiamento), gli indici di metilazione (la metilazione è infatti il processo principe che regola l'espressione genica e che è coinvolto negli stessi meccanismi regolatori dell'apoptosi con conseguenze anche sulla oncogenesi e una metilazione alterata può anche comportare fattori di rischio a livello cardio e cerebrovascolare condizionando i livelli di omocisteina nel sangue) e gli indici di endocrinosenescenza; molti di questi esami possono essere effettuati dal paziente anche in un laboratorio esterno o nella Clinica Tirelli Medical Group. Successivamente è disponibile anche presso la clinica o in farmacia una terapia anti-invecchiamento che si basa sulle eventuali alterazioni degli indici suesposti.

In conclusione si invecchia sempre di più nella nostra popolazione italiana con un notevole numero di ultracentenari ma è molto importante la qualità dell'invecchiamento e il trattamento preventivo anti-invecchiamento che adottiamo nella nostra clinica può essere molto utile per diminuire le patologie che si associano all'invecchiamento e soprattutto migliorare la qualità di vita della nostra popolazione.

Prof. Umberto Tirelli
Martina Pavanello
Master in medicina
anti-invecchiamento

ALLA CLINICA TIRELLI
MEDICAL GROUP VIENE
VALUTATO IL RAPPORTO
TRA LA PRODUZIONE DI
RADICALI LIBERI E
GLI ANTIOSSIDANTI



Festa di compleanno per due gemelli centenari. Sotto, il professor Tirelli e la dottoressa Pavanello

