



## **Primo Piano - Salute, infiammazione: un fattore chiave nell'invecchiamento.**

**Roma - 11 feb 2024 (Prima Notizia 24) Monaco: AMWC 2024 – La session italiana parlerà di inflammaging.**

L'infiammazione è una risposta immunitaria complessa espressa dal nostro corpo. Negli ultimi anni è divenuta oggetto di crescente interesse tra gli scienziati che si occupano di studiare i meccanismi alla base dei processi che determinano l'invecchiamento. E' al centro dell'interesse della comunità scientifica al punto che è stato coniato un acronimo MCNT per definire le patologie infiammatorie non trasmissibili che determinano patologie invalidanti e spesso mortali (ad esempio: le malattie cardiovascolari, i tumori, le malattie respiratorie croniche, il diabete, i disturbi muscolo scheletrici). E' dimostrato come l'infiammazione cronica giochi un ruolo significativo nel processo di invecchiamento e nello sviluppo di numerose patologie legate all'età. E' una risposta naturale del nostro sistema immunitario ad insulti, infezioni o stress. Tuttavia, quando diventa cronica e persistente nel tempo, può danneggiare i tessuti e contribuire allo sviluppo di malattie croniche come le malattie cardiovascolari, il cancro, il diabete di tipo 2 e le malattie neurodegenerative. Gli esperti a livello mondiale ritengono che l'infiammazione cronica possa essere uno dei principali driver dell'invecchiamento. I processi infiammatori innescati nell'organismo continuano a causare danni cellulari e tessutali nel tempo, compromettendo la capacità del corpo di funzionare correttamente e accelerando il declino associato alla progressione cronologica. Uno dei principali attori coinvolti nell'infiammazione cronica è il cosiddetto "inflamasoma", una complessa macchina molecolare che rileva i segnali di pericolo nel corpo e attiva una risposta infiammatoria. Con l'avanzare dell'età, l'attività dell'inflamasoma può aumentare, contribuendo all'infiammazione cronica e all'invecchiamento accelerato. Non tutti i tipi di infiammazione sono dannosi. L'infiammazione acuta è una risposta necessaria del corpo per guarire e riparare i tessuti danneggiati. Comprendere come regolare l'infiammazione è fondamentale per promuovere la salute e rallentare il processo di invecchiamento. Fortunatamente, allo stato attuale ci sono molteplici interventi che possiamo porre in essere per ridurre l'infiammazione cronica e mitigare i suoi effetti sull'invecchiamento. Uno stile di vita sano, che include una dieta equilibrata, l'esercizio fisico regolare, il controllo dello stress e il mantenimento di un peso corporeo ottimale, possono aiutare a mantenere l'infiammazione sotto controllo. Alcuni nutrienti e composti naturali, inoltre, come gli antiossidanti e gli acidi grassi omega-3, possono avere proprietà anti-infiammatorie e contribuire a ridurre l'infiammazione nel corpo. Integrare tali nutrienti nella dieta può essere utile nel promuovere la salute e il benessere generale. L'infiammazione e l'invecchiamento sono fenomeni complessi, influenzati da una serie di fattori genetici, ambientali e comportamentali. Tuttavia, comprendere il ruolo dell'infiammazione nell'invecchiamento offre nuove prospettive per lo sviluppo di interventi mirati che possono migliorare la qualità della vita e la longevità. In conclusione, l'infiammazione rappresenta un importante fattore nell'invecchiamento e nello sviluppo di malattie legate all'età. Affrontare l'infiammazione

cronica attraverso uno stile di vita sano e interventi nutrizionali può essere cruciale per promuovere la salute e il benessere a lungo termine. Nel prossimo congresso di Medicina Antiaging che si terrà nel Principato di Monaco nei giorni dal 26 al 28 marzo 2024 saranno illustrati, tra l'altro, le innovazioni e le strategie terapeutiche per controllare i processi infiammatori. Una sessione tutta italiana illustrerà le nuove tendenze per promuovere la longevità ed un invecchiamento di successo. Gli Speaker, da annoverare, tra gli altri, il Prof. Ascanio R. Polimeni che parlerà di una nuova categoria di farmaci progettati per la cura del diabete che potrebbero essere usati come geroprotettori, ovvero di molecole in grado di rallentare il processo di invecchiamento e di prevenire l'insorgenza delle malattie degenerative correlate all'età e il Prof. Giovanni Scapagnini che tratterà del ruolo del coenzima NADH nell'infiammazione cronica e nella terapia antinvecchiamento. Verrà altresì illustrato il ruolo giocato dallo stress ossidativo come attivatore dell'infiammazione cronica e dell'invecchiamento cellulare. Novità assoluta il ruolo del klotho – peptide della longevità – nei processi degenerativi legati all'età. La centralità degli argomenti trattati assume anche importanti connotazioni sociali, considerata l'importanza a livello di spesa sanitaria nazionale di un invecchiamento di successo.

di Angela Marocco Domenica 11 Febbraio 2024