

Nei centenari il segreto dell'elisir di lunga vita

La scienza studia campioni di longevità, come il boliviano di 123 anni
La chiave potrebbe essere il gene «Foxo3A», che riduce i radicali liberi

FABIO POLETTI
MILANO

C'è chi giura di avere già trovato l'elisir di lunga vita. Si chiama «Foxo3A», dal nome del gene che regola il metabolismo ossidativo riducendo i dannosi radicali liberi. Il gene è stato trovato in alcuni ultracentenari del Cilento, dell'Ogliastra e pure della zona di Okinawa, tra le più longeve della Terra. Secondo il geriatra Thomas Perle dell'Università di Boston, a capo del New England Centenarian Study che ha analizzato le caratteristiche di decine di ultracentenari, oltre al gene ci sarebbero altri indicatori comuni ai più vecchi della Terra, come l'assenza delle patologie più comuni negli anziani: «Gli attacchi di cuore e gli ictus sono rarissimi. Il diabete e il Parkinson praticamente non esistono. In una metà dei casi si sono trovate tracce di osteoporosi, più diffusa è la cataratta». E chi

lo sa se «Foxo3A» si trova pure nella mappatura genetica di Carmelo Flores che ha da poco spento 123 candeline nella sua capanna sulle Ande. Di sicuro con il suo stile di vita spartano l'uomo più anziano del mondo sembra immune ad ogni malattia.

Da quando in Occidente la vita media

si è allungata ben oltre gli ottant'anni sono in molti a studiare cause ed effetti della longevità della popolazione. A settembre ci sarà un convegno a Venezia organizzato dalla Fondazione Veronesi, dalla Fondazione Cini e dalla Fondazione Giorgio Tronchetti Provera per capire qual è il minimo comun denominatore dei più anziani del mondo ma pure per studiare le strategie per un «active, healthy aging» diffuso. Di sicuro, scienza e medicina hanno già permesso di allungare la vita. Malattie un tempo letali - l'influenza spagnola nel 1918 fece 50 milioni di morti, sarebbe bastato un vaccino per debellarla - oggi non fanno più paura. Ma a parte il gene «Foxo3A» nessuno sa davvero quale sia l'elisir di lunga vita e perché in certe regioni del mondo si vive più a lungo che in altre.

I teorici giurano che lo stile di vita parco, proprio delle comunità meno industrializzate favorisca un invecchiamento meno devastante. Altri smentiscono questi dati. Gioia Longo, antropologa dell'Università La Sapienza di Roma, ribalta addirittura la tesi, sostenendo che i Paesi più ricchi sono quelli più longevi: «Tra i tre quarti della Terra, in miseria, e l'altro quarto c'è un gap di 20-25 anni di età». I giapponesi rivendicano a sé il primato mondiale della longevità. Giurando di aver censito nel 2008 ben 36276 ultracentenari, in maggio-

ranza donne.

Il fatto è che né gli scienziati, né gli economisti, né i sociologi hanno ancora trovato un modello comune per spiegare l'andamento della curva di invecchiamento. Le implicazioni di carattere sociale sono fortissime, e anche perché prevedere l'avanzamento dell'età della

popolazione - e sarà questo uno dei temi in discussione a Venezia nel convegno di settembre su «Secrets of longevity» - permetterebbe pure di rivedere l'equilibrio dei sistemi pensionistici.

Un problema mica da poco se si pensa che nel 2015 gli abitanti della Terra over 65 saranno il 22 per cento. E già oggi, secondo l'Onu che tiene monitorata la situazione, una persona su nove ha più di 60 anni, pari a 810 milioni di individui su sette miliardi di popolazione mondiale. Con un incremento di 200 milioni di unità l'anno, che porterà tra appena quindici anni ad avere più over sessanta che teenager. Con le conseguenze inevitabili che la medicina oggi è sempre più lanciata verso la geriatria. A fare da paracadute agli anziani del mondo sempre più anziani e bisognosi di cure. Eccezion fatta per Carmelo Flores che vive da 123 anni e solo da tre ha scoperto elettricità ed acqua corrente senza mai bisogno di ricorrere a un medico.

36276

centenari

I giapponesi rivendicano il primato mondiale della longevità, hanno censito nel 2008 ben 36.276 ultracentenari

22%

over 65 nel 2015

E già oggi, secondo l'Onu, una persona su 9 ha più di 60 anni, pari a 810 milioni di individui su 7 miliardi di popolazione mondiale

L'esempio di Okinawa

Le due regole che segue la comunità giapponese sono «ishokudoghen» («il cibo è la tua medicina») e «yuimaru» che indica l'appartenenza al gruppo





