

Sommaro Rassegna Stampa

Pagina	Testata	Data	Titolo	Pag.
	Rubrica Ifom			
262/64	Elle	01/03/2018	<i>A TAVOLA NON SI INVECCHIA</i>	2
51/53	Sale e Pepe	01/03/2018	<i>SALUTE, AMORE E FANTASIA</i>	5
17	Il Quotidiano del Sud	27/02/2018	<i>A VALTER LONGO IL PREMIO SIMPATIA DELLA CALABRIA 2018</i>	8
	Strettoweb.com	24/02/2018	<i>IL BIOLOGO VALTER LONGO SARA' INSIGNITO DEL PREMIO SIMPATIA DELLA CALABRIA 2018</i>	9
3	Pharmakronos	12/02/2018	<i>MEDICINA PRECISIONE TRIPLICHERA' ENTRO 2030</i>	10
	Insalute.it	08/02/2018	<i>PRECISION MEDICINE, I MASSIMI ESPERTI INTERNAZIONALI RIUNITI NEL PRIMO SUMMIT ITALIANO</i>	11
16	Buone Notizie (Corriere della Sera)	06/02/2018	<i>TUMORI E RICERCA "INSEGNO AI MIEI FAN GLI STILI DI VITA SANI" (M.Volpe)</i>	13
	247.Libero.it	05/02/2018	<i>LOTTA CONTRO IL CANCRO, A DUE RICERCATRICI CAMPANE LE BORSE DI STUDIO DI "LOVE DESIGN"</i>	15
13	Il Quotidiano del Sud	05/02/2018	<i>PREMIO SIMPATIA DELLA CALABRIA 2018 ALLO SCIENZIATO MOLOCHIESE VALTER LONGO</i>	16
	Mn24.it	05/02/2018	<i>ORGOGLIO CAMPANO: BORSE DI STUDIO A DUE RICERCATRICI</i>	17
50/51	Aboutpharma Mese	01/01/2018	<i>LEGGERE I DATI GENOMICI PER FARMACI SU MISURA</i>	18
6	Dimensione Benessere	01/01/2018	<i>MANTENERSI LONGEVI E IN BUONA SALUTE</i>	20

A TAVOLA

Viaggio nelle regioni d'Italia alla ricerca dei *piatti-elisir* di lunga vita. Con una guida speciale, *Valter Longo*, leader negli studi sull'invecchiamento. Perché *la dieta della longevità c'è*, ma i fattori che influiscono sono tanti. E i *cibi-miracolo* non esistono...

di MARIATERESA TRUNCELLITO

NON SI



L'Italia è uno tra i 15 Paesi più longevi al mondo: merito dei geni, dell'ambiente e dell'alimentazione.

CON IL SUO PRIMO BEST SELLER, *La Dieta della Longevità* - 350mila copie vendute in Italia, sette edizioni - ha raccolto oltre 500mila euro per la ricerca. Ora Valter Longo, il "guru" della dieta mima-digiuno (un regime alimentare che prevede una settimana a calorie ridotte, da una volta al mese a una volta ogni sei mesi, per favorire la produzione di cellule staminali, ridurre il grasso addominale e i fattori di rischio di varie patologie), spera di bissare il successo e poter continuare ad approfondire i suoi studi con un nuovo libro, *Alla tavola della longevità* (Vallardi).

INVECCHIA

YAVA RIBEIRO

Codice abbonamento: 069337

s a l u t e

IL MENÙ DELLA LONGEVITÀ

Più anni di vita rispetto all'uomo (85,1 contro 80,6), ma con maggior fragilità determinata anche da fattori socio-economici come solitudine, minore istruzione e reddito più basso. Rischio di salute peggiore: almeno 2 malattie croniche (72 per cento contro 58 per cento degli uomini) e maggior disabilità grave (37,8 per cento contro 22,7 per cento): è il ritratto delle italiane over 65 che emerge dal volume *La salute della donna. La nuova longevità: una sfida al femminile* di Onda, l'Osservatorio nazionale sulla salute della donna. Su questo quadro, è ormai noto, può influire molto positivamente l'alimentazione. Tra le ricette consigliate da Valter Longo nel suo ultimo libro ne segnaliamo tre.

Insalata di polpo, patate e fagiolini

Pulite 500 g di fagiolini verdi e 550 g di patate e lessateli in acqua salata. In una casseruola scaldate prezzemolo tritato, aglio, sale e pepe in quattro cucchiaini di olio d'oliva. Scolate al dente i fagiolini e le patate e uniteli a 500 g di polpo bollito tagliato a pezzetti e condite con la salsina calda.

Risotto con la zucca (per 4 persone)

Fate appassire in una pentola con olio extravergine d'oliva 30 g di scalogno tritato, poi aggiungete 250 g di polpa di zucca a fettine. Bagnate con mezzo bicchiere di vino bianco, fate svaporare e aggiustate di sale, coprite e stufate a fuoco basso per 10 minuti. Portate a ebollizione un litro e mezzo di brodo vegetale e unite alla zucca 250 g di riso, facendolo tostare leggermente, quindi terminate di cuocerlo aggiungendo il brodo un po' alla volta. Quando il riso è cotto mantecate con 20 g di burro e 20 g di grana grattugiato, e cospargete di prezzemolo tritato e pepe macinato.

Pesce all'acqua pazza

Pulite, squamate, lavate e asciugate 1,5 kg di pesce misto (orata, spigola, pagello). Tritate mezza cipolla e uno spicchio d'aglio e fateli soffriggere in olio extravergine d'oliva. Aggiungete il pesce bagnando con mezzo bicchiere di vino bianco. Fate evaporare, salate, pepate e unite 300 g di pomodori sbucciati e tagliati a tocchetti. Eliminate l'aglio, aggiungete un cucchiaino di capperi e 20 olive nere, coprite e cuocete a fuoco moderato per 15 minuti. Prima di servire cospargete di prezzemolo tritato.

Biochimico, direttore del Programma longevità e cancro all'Istituto IFOM di Milano, docente all'University of Southern California a Los Angeles, Longo è uno dei leader internazionali negli studi sull'invecchiamento. Grazie a studi sui principali geni responsabili dell'allungamento della vita e su una mutazione genetica capace di proteggere i fortunati portatori addirittura dal cancro. «I topi con mutazioni che causano drastiche riduzioni del fattore di crescita IGF-1 vivono circa il 50 per cento in più dei topi geneticamente "normali"», spiega Valter Longo. «Ma se sottoposti a restrizione calorica possono raddoppiare la durata della vita. Sospettiamo che lo stesso sia vero per le persone che studiamo da anni nel Sud dell'Ecuador con mutazioni genetiche simili a quelle dei topi: se si alimentassero con una dieta più sana, avrebbero il potenziale per raggiungere longevità record, oltre a essere protetti dalle malattie connesse all'invecchiamento».

TRADIZIONI DA RISCOPRIRE

Valter Longo compie un viaggio tra le regioni italiane alla ricerca dei piatti-elisir di lunga vita della nostra tradizione. In particolare studiando una decina di zone dove si concentrano i cen-

tenari in buona salute e cercando di conoscere meglio la loro alimentazione. «Ho voluto identificare piatti che da decenni, e in alcuni casi da secoli, fanno parte della nostra storia e hanno i requisiti della "dieta della longevità"», spiega Longo. «Ho anche cercato i ristoranti che avessero nel loro menù almeno una ricetta coerente: impresa tutt'altro che facile, perché i piatti a base di verdura e legumi sono ormai considerati troppo "poveri". Ma in un'epoca in cui sempre più persone non cucinano a casa, questa mentalità dovrebbe cambiare. E invece io vorrei stimolare l'apertura di ristoranti ispirati a questo principio».

Italia, San Marino e Principato di Monaco sono tra le 15 nazioni più longeve al mondo, con molti centenari, una lunga vita media e un'alimentazione tradizionale che abbina salute e gusto. Le zone record sono l'Ogliastra in Sardegna (una media di 32 centenari su 100mila abitanti, contro quella nazionale di 14), alcune aree della Calabria, della Sicilia e del Cilento. Perché le persone di queste zone vivono così tanto? «La mia ipotesi è che i record si raggiungano solo grazie all'abbinamento di più fattori, come succede nello sport dove vincono gli atleti che vantano genetica (le giuste caratteristiche corporee), allenamento (che ottimizza fisico e performance), alimentazione (non necessariamente sana, ma adatta per vincere)», spiega Valter Longo. «I fattori che hanno reso probabilmente alcune popolazioni longeve sono geni, alimentazione, esercizio fisico, il vivere in luoghi isolati e poco inquinati».

salute

→ Per chi non ha vantaggi genetici e ambientali, meglio concentrarsi sull'alimentazione. «I centenari sardi di Seulo e Villagrande hanno mangiato soprattutto minestrone con fagioli, cavoli, patate con un pezzo di lardo; tanto pane, ceci, piselli, noci e mandorle, oltre a ricotta di pecora e capra. Pomodori d'estate, fave d'inverno. Il latte era per lo più riservato ai bambini, e trasformato in formaggi da vendere e non da mangiare. Chi possedeva galline mangiava anche le uova, carne raramente e mai più di una volta alla settimana, così come la pasta, fatta in casa e consumata solo alla domenica. Altro esempio, l'alimentazione del Cilento: pane con farine non raffinate, ortaggi crudi di stagione, verdure, frutta fresca solo in estate e autunno, legumi secchi, raro consumo di pesce azzurro, uova, formaggi e carne, latte di capra solo per i malati, sempre olio extravergine e vino rosso».

IL MITO DEI SUPER-FOOD...

Ogni tanto arriva un nuovo cibo-miracolo, un super-food che promette straordinari benefici per la salute: semi di chia, bacche di goji, cavolo cinese, curcumina... Alimenti per lo più esotici, ricchi di antiossidanti, vitamine e minerali. «Buttarsi su questi cibi è un errore», sostiene Valter Longo. «Non è un caso se dobbiamo di continuo fronteggiare nuove intolleranze, allergie, disturbi autoimmunitari: il nostro organismo reagisce a sostanze che non conosce. È molto più sano mangiare i cibi della nostra tradizione, che sono altrettanto ricchi di quegli stessi nutrienti. Anche perché non è detto che fare improvvisi scorpacciati di vitamina A, per esempio, sia un bene. Basti pensare a cosa è successo con l'aumento della presenza di glutine in pane, pasta e derivati per migliorarne la palatabilità: oggi assistiamo a una vera epidemia di intolleranza al glutine o di franca celiachia, dovuta a uno sbilanciamento alimentare che "sconquassa" il sistema immunitario». Dalle mode alimentari bisogna sempre guardarsi: «La mamma che prepara ai figli un piatto di pasta e ceci è convinta di servire loro una pietanza completa», continua Longo. «Ma i 30 g di ceci che mette - magari con tanta pasta che fa fare una dannosa scorpacciata di zuccheri - equivalgono a 3 g di proteine, quando il fabbisogno giornaliero è di circa 30 g. Essere malnutriti convinti del contrario è facilissimo, e per i tanti che si sono convertiti alla dieta vegana lo è ancora di più».


	DIETA MEDITERRANEA	DIETA DELLA LONGEVITÀ
Consumo di Olio d'oliva	Alto	Alto
Legumi	Alto	Alto
Cereali non raffinati	Alto	Alto
Frutta	Alto	Moderato fino a 70 anni, poi alto
Formaggio	Moderato	Assente/molto basso fino a 65-70 anni, poi moderato
Yogurt	Moderato	Basso fino a 65-70 anni, poi moderato
Vino	Moderato	Basso fino a 65-70 anni, poi moderato
Carne	Basso	Assente/molto basso
Latte	Basso	Assente/molto basso
Uova	Basso	Molto basso fino a 65-70 anni, poi moderato
Burro	Basso	Assente

Tratto dal libro di Valter Longo *Alla tavola della longevità* (Vallardi)

"DALLE MODE ALIMENTARI BISOGNA SEMPRE GUARDARSI: ATTENZIONE AGLI ECCESSI"

...E QUELLO DELLA DIETA MEDITERRANEA

Una riflessione importante nel libro è dedicata a quello che Longo definisce "il mito" della Dieta Mediterranea, il regime alimentare che attirò l'attenzione del biologo Ancel Keys che negli anni '50 arrivò nel Cilento per studiare una popolazione che sembrava protetta da malattie cardiache e con un basso livello di colesterolo. Minestrone e zuppe, pasta con pomodoro e poco formaggio, occasionali pezzetti di carne e pesce, molta verdura fresca e frutta, vino rosso: «Un regime senza molti grassi saturi, ricco di fibre e antiossidanti, unito ad attività fisica, poco stress, contatti sociali e legami familiari molto stretti», spiega Longo. Che però viene declinato via via nella promozione di un alto consumo di zuccheri e amidi come quelli di pasta e pane, demonizzando al contrario i grassi: «Keys puntò l'attenzione su grassi e colesterolo, dimenticando gli zuccheri, sia semplici che derivati da pasta, pane, riso e altri prodotti a base di farine raffinate. L'abuso di questi cibi - erroneamente identificati con la dieta mediterranea - ha contribuito alla più grande epidemia di obesità in Occidente, con l'attuale quasi 25 per cento della popolazione mondiale che soffre di sindrome metabolica ed è a rischio per diabete e malattie cardiovascolari».

Mariateresa Truncellito 

SCELTI DA SALE&PEPE

Salute, amore e fantasia

MARCO BIANCHI, LO CHEF SCIENZIATO, CI PRESENTA DUE RICETTE SFIZIOSE CHE FANNO ANCHE BENE. PERCHÉ CUCINARE SIGNIFICA PRENDERSI CURA DI CHI AMIAMO

di Marina Cella, foto di Michele Tabozzi

Pizzoccheri alla trapanese
pag. 52



SCIENZA E CUCINA Dopo anni di lavoro in laboratorio come ricercatore (Istituto Firc di Oncologia Molecolare di Milano), Marco Bianchi è divulgatore scientifico per la Fondazione Veronesi, con cui collabora da lungo tempo. Appassionato di cucina, si definisce "Food mentor" perché la sua missione è trasmettere l'amore per il cibo sano ma goloso e per una vita attiva. Autore di 14 libri, ha partecipato a programmi TV, collaborato con newsmagazine ed è molto attivo sui social network (marcobianchi.blog, @marcobianchiuff).

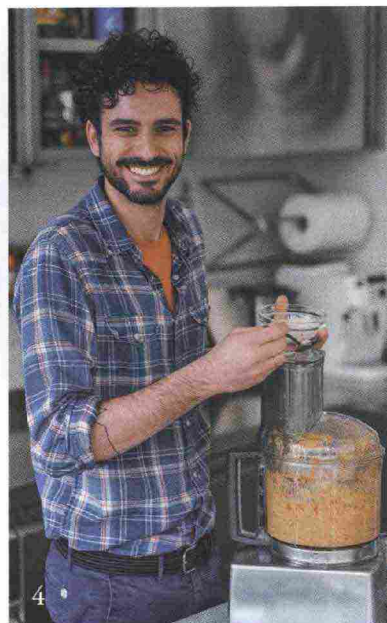
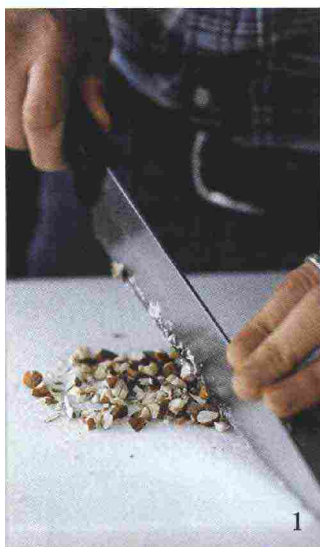


"...Impariamo a mangiare non solo di pancia, ma anche di testa!" Parole di Marco Bianchi che, nella prefazione al suo ultimo libro *Cucinare è un atto d'amore* (vedi pagina seguente), ci spiega il suo approccio al cibo. Serio, certo, perché l'autore è un ricercatore biochimico, che conosce a fondo le proprietà degli alimenti. Ma anche goloso e divertente: perché l'amore di Marco per la scienza è accompagnato da una "passione sfrenata per la cucina buona, sana e pratica". La stessa che

porta in tavola ogni giorno nella sua famiglia. Dunque poco sale e zucchero, niente carne (ma non è vegetariano, il pesce lo cucina), tanti legumi, ortaggi, cereali integrali e frutta; promossi a pieni voti la frutta secca, l'olio d'oliva, gli aromi e le spezie ma anche un buon caffè (fino a 5-6 tazzine al giorno). Una cucina noiosa? Niente affatto: a rallegrarla succulenti piatti di pasta, pizze, focaccine, dolci al cioccolato, muffin e crêpe. Dal sorriso di Marco, sembra la ricetta della felicità.

SALE&PEPE 51

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



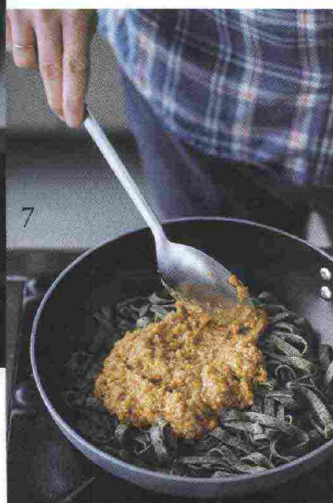
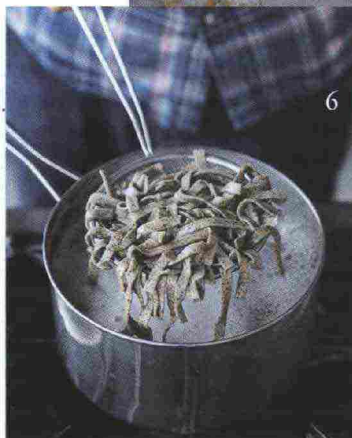
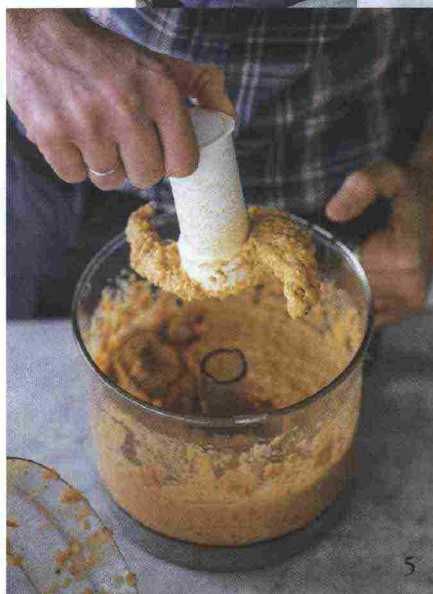
PASSIONE VERDURE
Il "mondo vegetale" è protagonista della cucina di Marco, che raccomanda di usare ingredienti diversi per fare incetta di antiossidanti, come il licopene del pomodoro.

PIZZOCCHERI ALLA TRAPANESE

PER 4 PERSONE

320 g di pizzoccheri - 50 g di pane integrale grattugiato - 50 g di mandorle sgucciate - 5 pomodori secchi sott'olio - 5 pomodori maturi - 10 foglie di basilico - 1 spicchio d'aglio - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- 1 In una pentola portate a bollore abbondante acqua leggermente salata. Sminuzzate il pane e tostato in una padella antiaderente con un filo d'olio. Buttate i pizzoccheri nell'acqua in ebollizione.
- 2 Nel frattempo preparate il pesto alla trapanese. Lavate i pomodori freschi e tagliateli a pezzetti. Sfogliate il basilico e sbucciate l'aglio (potete usare solo mezzo spicchio in base ai vostri gusti).
- 3 Riunite nel bicchiere del robot da cucina i pomodori freschi preparati e quelli secchi, il basilico, l'aglio, le mandorle, il pane tostato e qualche cucchiaino d'olio.
- 4-5 Frullate gli ingredienti fino a che il pesto raggiunge una consistenza cremosa. Trasferitelo in una ciotola.
- 6 Quando i pizzoccheri sono cotti, scolateli con l'aiuto di un mestolo forato e raffreddateli sotto l'acqua fredda.
- 7 Condite i pizzoccheri con il pesto trapanese e passateli velocemente in padella con un po' d'olio. Prima di servirli, completate i piatti con una macinata di pepe.



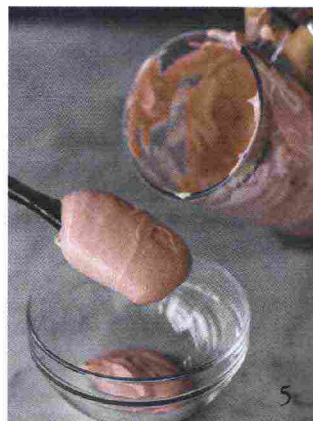
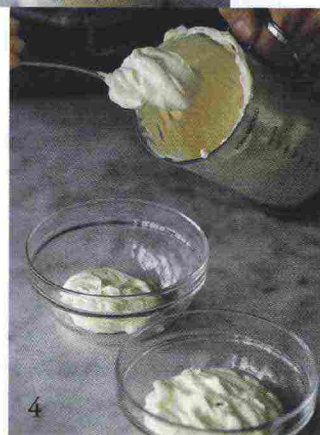
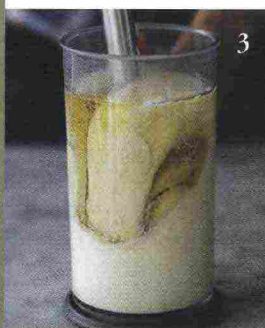
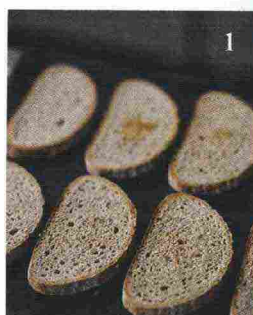
CHICCHE DI SALUTE (dal libro Cucinare è un atto d'amore)
"I miei piatti preferiti? Pizzoccheri (a modo mio!), pizza (integrale, con verdure e tanta, tanta salsa di pomodoro), hummus di ceci e pasta (integrale) al pomodoro con feta sbriciolata o ricotta dura. ...Perché ci tengo a specificare "integrale" ovunque è possibile? Le fibre sono sinonimo di salute e l'assunzione quotidiana attraverso la dieta serve a proteggersi. ...Perché non utilizzo la farina 00? Molto semplice: è quella che ha meno benefici per il nostro organismo, perché è la più raffinata. Durante la lavorazione, infatti, vengono eliminate tutte le parti più nutritive, come il germe, ricco di vitamine, sali minerali e aminoacidi, e la crusca, caratterizzata dalle fibre".

MAIONESE SENZA UOVA ALLA CURCUMA

PER 300 G DI MAIONESE

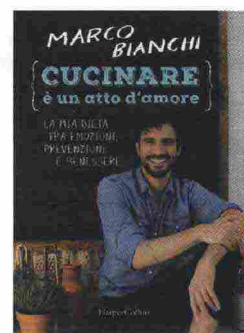
100 ml di bevanda vegetale non zuccherata a base di soia - 220 ml di olio di semi di girasole biologico - 1 cucchiaino di senape - 2 cucchiai di aceto di mele (o succo di limone) - 1/2 cucchiaino di curcuma - sale - pane integrale per accompagnare

- 1 Affettate il pane e abbrustolitele sotto il grill del forno.
- 2 In contenitore dai bordi alti versate la bevanda di soia, l'olio, l'aceto, la senape, la curcuma e un pizzico di sale.
- 3 Miscelate con un frullatore a immersione alla massima velocità fino a ottenere una salsa densa e cremosa.
- 4 Trasferite la maionese in una ciotola e servitela con il pane abbrustolito. La salsa si conserva in un barattolo ben chiuso, in frigorifero, per circa 10 giorni.
- 5 Variante pink Prima di montare la maionese, aggiungete agli ingredienti un cubetto di barbabietola lessata.
- 6 Variante tonnata Sgocciolate e sbriciolate 250 g di tonno al naturale nella maionese, solo dopo averla montata. Mescolate con la forchetta fino a ottenere una salsa omogenea.



ALBUM DI FAMIGLIA CON CUCINA

Nel libro Cucinare è un atto d'amore (HarperCollins, 19 euro) Marco ci apre le porte di casa e racconta con tante foto (in parte scattate da lui), consigli di benessere e focus sui cibi salutari, la sua vita e cucina quotidiane. Che condivide con amore, gusto e allegria insieme alla moglie e alla figlia di 2 anni e mezzo. Diretto e spontaneo, non è un libro di ricette (in realtà ne raccoglie 65, tra cui le 2 del nostro servizio), ma un diario rivolto al numeroso pubblico di Marco. E a quanti vorranno seguirlo nel suo percorso di gusto e salute.



IL RICONOSCIMENTO Biologo, la sua ricerca verte su meccanismi dell'invecchiamento e tumori

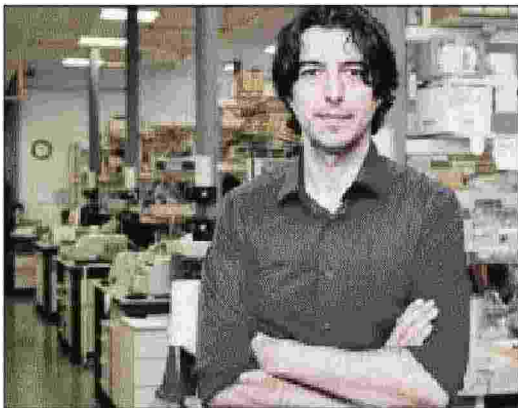
A Valter Longo il Premio Simpatia della Calabria 2018

UN grandissimo nome per il Premio Simpatia della Calabria 2018, il Professor Valter Longo, biologo di fama internazionale. Calabrese d'origine, genovese di nascita e americano di adozione. Approda a soli 16 anni negli Usa, dapprima a Chicago e poi nel Texas, con l'intenzione di studiare musica – soprattutto blues, be-bop e rock – ma di fronte all'opportunità di dirigere la banda dell'Università del Texas, decide di prediligere un'altra sua passione: la bio-

chimica e lo studio dell'invecchiamento in particolare. Si laurea così presso l'Università del North Texas e nel 1997 consegue un dottorato di ricerca in Biochimica presso la University of California di Los Angeles (Ucla), approfondita poi con un post-dottorato in Neurobiologia dell'invecchiamento e malattia di Alzheimer alla University of Southern California (Usc). Oggi Longo è Professore di Biogerontologia e Direttore dell'Istituto sulla Longevità all'USC (University

of Southern California) – Davis School of Gerontology di Los Angeles e direttore del programma di Oncologia e longevità in **Ifom**. Presso la struttura milanese, le ricerche di Longo sono focalizzate sull'analisi di diversi meccanismi genetici che predispongono all'invecchiamento e all'individuazione di strategie terapeutiche, tra cui anche la dieta, che possano rallentare e contrastare l'insorgenza di importanti patologie, compresi i tumori, correlate all'a-


vanzare dell'età. Longo si avvale nel laboratorio italiano di un team di 10 ricercatori che, in un lavoro di squadra, si confrontano durante il percorso di ricerca con gli altri ricercatori di **Ifom** impegnati su tematiche affini. Longo non abbandona l'America: continuerà parallelamente a seguire anche le ricerche all'Usc. Costellano la formazione di Longo alcuni importanti riconoscimenti alla carriera: fra questi nel 2010 il Nathan Shock Lecture Award del National Institute on Aging (Nia/Nih) e nel 2013 il Vincent Cristofalo "Rising Star" Award per la Ricerca sull'invecchiamento dell'American Federation for Aging Research.



Walter Longo



Il biologo Valter Longo sarà insignito del Premio Simpatia della Calabria 2018

24 febbraio 2018 15:16 |  Serena Guzzone

 Mi piace 131 mila

Il Professor Valter Longo, biologo di fama internazionale, riceverà a settembre il Premio Simpatia della Calabria 2018



Un grandissimo nome per il Premio Simpatia della Calabria 2018, il Professor Valter Longo, biologo di fama

internazionale. Calabrese d'origine, genovese di nascita e americano di adozione. Approda a soli 16 anni negli USA, dapprima a Chicago e poi nel Texas, con l'intenzione di studiare musica – soprattutto blues, be-bop e rock – ma di fronte all'opportunità di dirigere la banda dell'Università del Texas, decide di prediligere un'altra sua passione: la biochimica e lo studio dell'invecchiamento in particolare. Si laurea così presso l'Università del North Texas e nel 1997 consegue un dottorato di ricerca in Biochimica presso la University of California di Los Angeles (UCLA), approfondita poi con un post-dottorato in Neurobiologia dell'invecchiamento e malattia di Alzheimer alla University of Southern California (USC). Oggi Longo è Professore di Biogerontologia e Direttore dell'Istituto sulla Longevità all'USC (University of Southern California) – Davis School of Gerontology di Los Angeles e direttore del programma di Oncologia e longevità in **IFOM**. Presso la struttura milanese, le ricerche di Longo sono focalizzate sull'analisi di diversi meccanismi genetici che predispongono all'invecchiamento e all'individuazione di strategie terapeutiche, tra cui anche la dieta, che possano rallentare e contrastare l'insorgenza di importanti patologie, compresi i tumori, correlate all'avanzare dell'età. Longo si avvale nel laboratorio italiano di un team di 10 ricercatori che, in un lavoro di squadra, si confrontano durante il percorso di ricerca con gli altri ricercatori di **IFOM** impegnati su tematiche affini. Longo non abbandona l'America: continuerà parallelamente a seguire anche le ricerche all'USC. Costellano la formazione di Longo alcuni importanti riconoscimenti alla carriera: fra questi nel 2010 il Nathan Shock Lecture Award del National Institute on Aging (NIA/NIH) e nel 2013 il Vincent Cristofalo "Rising Star" Award per la Ricerca sull'invecchiamento dell'American Federation for Aging Research.



Eccezionale offerta su 3 modelli di Hyundai con il noleggio a lungo termine [INFO e DETTAGLI]



Lavoro: opportunità per installatori TV-SAT-WISP a Messina [INFO UTILI PER CANDIDARSI]



StrettoNet, tutti i vantaggi della nuova rete internet wi-fi per Reggio e Messina: una sola utenza ed un solo canone per la connettività da casa, ufficio e casa al mare

I VIDEO DI OGGI



Messina, al Palacultura lo spettacolo per la casa famiglia del Cirs

[Tutti i Video »](#)

EDITORIALI DI STRETTOWEB



Sequestrati in Calabria quasi 150 chili di bianchetto: multe per 17 mila euro [DETTAGLI]



Reggio Calabria: maxi confisca a noto imprenditore edile [NOME, FOTO e DETTAGLI]



Reggio Calabria: sequestro di 74 chili di cocaina purissima al porto di Gioia Tauro



Allerta Meteo: aereo deviato da Lamezia a Brindisi, Bersani tra i passeggeri

Medicina precisione triplicherà entro 2030

"La medicina di precisione è il Gps della medicina moderna perché sempre di più ci orienterà nella scelta della cura". Giuseppe Curigliano, direttore Sviluppo nuovi farmaci per terapie innovative dell'Istituto europeo di oncologia di Milano, spiega così il senso del 'Milan Summit on Precision Medicine' in corso oggi e domani all'Ifom del capoluogo lombardo. Si tratta del primo convegno internazionale sulla medicina di precisione contro il cancro in Italia, promosso dall'Ieo con la collaborazione di università degli Studi e Istituto nazionale tumori di Milano, e il sostegno di Foundation Medicine. "Da qui a 10 anni - è convinto Curigliano, docente in Statale e ideatore del summit ospitato dall'Istituto Firc di oncologia molecolare - saremo in grado di fare diagnosi precocissime grazie all'identificazione, con strumenti di Precision Medicine, dei soggetti ad aumentato rischio. Sul fronte della cura oggi sono 180 i farmaci molecolari mirati 'precisamente' ai geni alterati nel cancro, ma ci aspettiamo che questo numero triplichi entro il 2030". Durante la 2 giorni meneghina - spiegano dall'Ieo - un panel di esperti di livello mondiale discuterà le applicazioni attuali e future della medicina di precisione, e i requisiti chiave delle tecnologie di sequenziamento del genoma (Next Generation Sequencing) necessarie per sfruttarne il potenziale. L'obiettivo finale, annuncia l'Irccs fondato da Umberto Veronesi, è "sviluppare la cultura della medicina di precisione e contribuire a creare una piattaforma genomica nazionale, su modello di quella inglese e francese. In Francia e Gran Bretagna è infatti già disponibile e rimborsata dal sistema sanitario pubblico una piattaforma nazionale di genomica, che sequenzia il genoma dei pazienti e, sulla base delle alterazioni geniche identificate, li indirizza ai centri specializzati di riferimento per le terapie innovative".





ARTICOLO SUCCESSIVO

Progetto di collaborazione tra Città della Salute e ASL TO4 per attività clinica >

ARTICOLO PRECEDENTE

< Aggressività nei minori: la rabbia che non si vede. Al via progetto di ricerca al Gemelli

Q Digita il termine da cercare e premi invio

L'EDITORIALE



La salute passa anche dal web.
Attenzione alla 'spazzatura scientifica'
di Nicoletta Cocco

Precision medicine, i massimi esperti internazionali riuniti nel primo summit italiano

DI INSALUTENEWS.IT · 8 FEBBRAIO 2018



Milano, 8 febbraio 2018 – Si inaugura oggi a Milano, presso l'Ifom (Istituto Firc di Oncologia Molecolare), il Milan Summit on Precision Medicine, il primo convegno internazionale di Medicina di Precisione in ambito oncologico in Italia,

promosso dall'Istituto Europeo di Oncologia, in collaborazione con l'Università degli Studi di Milano e l'Istituto Nazionale Tumori di Milano, con il sostegno di Foundation Medicine.

“La Medicina di Precisione è il GPS della medicina moderna – spiega Giuseppe Curigliano, direttore Sviluppo Nuovi Farmaci per terapie innovative allo IEO, Professore all'Università Statale di Milano e ideatore del summit – perché sempre di più ci orienterà nella scelta della cura. Da qui a dieci anni saremo in grado di fare diagnosi precocissime grazie all'identificazione, con strumenti di Precision Medicine, dei soggetti ad aumentato rischio. Sul fronte della cura oggi sono 180 i farmaci molecolari mirati 'precisamente' ai geni alterati nel cancro, ma ci aspettiamo che



Aderiamo allo standard HONcode per l'affidabilità dell'informazione medica.

Verifica qui.

SESSUOLOGIA



Indossare la propria fisicità è un'arma di seduzione

di Marco Rossi

COMUNICATI STAMPA



Progetto di collaborazione tra Città della Salute e ASL TO4 per attività clinica

8 FEB, 2018



Prevenzione, diagnosi e cura delle malattie cardiache. Esperti si confrontano a Viareggio

8 FEB, 2018



questo numero triplichi entro il 2030".

Al Summit, che durerà oggi e domani, partecipa un panel di esperti di livello mondiale, per discutere le applicazioni attuali e future della nascente disciplina e i requisiti essenziali delle tecnologie di sequenziamento del genoma, necessarie per sfruttarne il potenziale (Next Generation Sequencing). L'obiettivo è sviluppare la cultura della medicina di precisione e contribuire a creare una piattaforma genomica nazionale, su modello di quella inglese e francese.

In Francia e Gran Bretagna è infatti già disponibile e rimborsata dal sistema sanitario pubblico, una piattaforma nazionale di genomica, che sequenzia il genoma dei pazienti e, sulla base delle alterazioni geniche identificate, indirizza il paziente ai centri specializzati di riferimento per le terapie innovative. Al termine dell'incontro è prevista la messa a punto di un Consensus Paper che verrà pubblicato su una rivista scientifica internazionale.

Introduce i lavori Gianluca Vago, Rettore dell'Università Statale di Milano, e interverrà in chiusura il Direttore dell'Agenzia Italiana del Farmaco, Mario Melazzini. Fra le figure di spicco internazionale, da segnalare gli americani Jeffrey Ross e Dean Pavlick della Foundation Medicine, il tedesco Dirk Arnold della Klinik fuer Tumorbologie di Friburgo, Davide Bedognetti del Sidar Cancer Center in Qatar e Fabrice André dell'Institut Gustave Roussy, coordinatore della piattaforma genomica francese.

Condividi la notizia con i tuoi amici



[Torna alla home page](#)

articolo letto **55** volte

Tag: cancro Davide Bedognetti Dean Pavlick Dirk Arnold DNA Fabrice André genoma Gianluca Vago Giuseppe Curigliano IFOM Istituto Europeo di Oncologia Jeffrey Ross Mario Melazzini medicina di precisione Next Generation Sequencing Precision Medicine summit

Le informazioni presenti nel sito devono servire a migliorare, e non a sostituire, il rapporto medico-paziente. In nessun caso sostituiscono la consulenza medica specialistica. Ricordiamo a tutti i pazienti visitatori che in caso di disturbi e/o malattie è sempre necessario rivolgersi al proprio medico di base o allo specialista.

POTREBBE ANCHE INTERESSARTI...



Michele Bravi, testimonial di **Airc**, si racconta in un video e smuove i ragazzi che si attivano per raccogliere fondi. Con il tam-tam tra giovanissimi si raggiunge la cifra di 1800 euro, consegnati al cantante per il suo compleanno. Sostegno ai medici e attenzione alla salute: «Dopo un crollo fisico ho deciso di puntare sulla prevenzione»

Tumori e ricerca

«Insegno ai miei fan gli stili di vita sani»

di **MARIA VOLPE**

Ci aspettiamo testimoni un po' agé per la cura dei tumori. E invece no. Ci sono ragazzi, sensibili e attenti, che hanno voglia di dare il proprio tempo, il proprio volto all'Associazione Italiana Ricerca sul Cancro (**Airc**). Uno di questi è Michele Bravi, classe 1994. Un cantante intenso: ha vinto la settima edizione di X Factor. E si è classificato quarto nello scorso Festival di Sanremo, categoria «Campioni», col brano (poi disco di platino) «Il diario degli errori». Un successo straripante. Ma non c'è solo musica nella sua vita.

Nei laboratori

A maggio del 2017 per la prima volta viene invitato a visitare alcuni laboratori **Airc** presso **Ifom** (Istituto **Firc** di oncologia molecolare), a Milano, e resta colpito dalla ricerca, dal lavoro dei medici. Decide di diventare testimone di **Airc** e racconta ai suoi fan questa esperienza attraverso un video dal titolo «Far girare la luce» diffuso attraverso i suoi canali social. Presto è tra i più cliccati. E da qui accade un piccolo miracolo,

una piccola grande storia che commuove: i suoi fan capiscono che questo impegno per Michele è importante e comincia un tam-tam tra questi giovanissimi squattrinati per raccogliere fondi per la ricerca. Questo sarà il loro regalo al compleanno di Michele, il 19 dicembre. E ce la fanno. Arrivano alla somma di 1.800 euro che per i ragazzi sono davvero tanti.

È in questa occasione che incontriamo Bravi: è il 19 dicembre. Arriva un po' di cattivo umore perché non ha voglia di festeggiare i suoi 23 anni. Siamo alla Show Reel, un'agenzia che mette a frutto i talenti del web. Michele ancora non sa che sta per arrivare una rappresentanza di fan. Non vengono semplicemente a chiedere autografi: vogliono dargli personalmente la somma raccolta per sostenere il lavoro dei giovani ricercatori. Paolo Soffientini è un medico ricercatore entrato molto in sintonia con Bravi. Merito dell'amore per la musica che nutrono entrambi. È qui anche lui.

«Michele - spiega il dottore - è bravo a far arrivare i messaggi. E non è facile. Per la divulgazione bisogna

usare parole semplici, ma su informazioni scientificamente vere. E poi gli stili di vita colpiscono molto. Facciamo spesso l'esempio del ragazzo che va a Ibiza, non dorme mai, fuma, beve. Tutto ciò che fa male».

«Ci ho sbattuto la faccia»

Ecco che arrivano i ragazzi - Michelle Tata 21 anni, Andrea Tarcia 26 anni, Federica Sessa 22 anni, Chiara Bissoli 17 anni - in rappresentanza di tutti i fan d'Italia. Gli danno la busta con la raccolta fondi. E lui si commuove. Ripete con il nodo alla gola: «Che bel compleanno. Mi avete fatto un bellissimo regalo, così speciale. Quello che ho fatto io è un quarantesimo di quello che avete fatto voi ragazzi. Duemila euro sono un mese di lavoro di un ricercatore oppure due borse di studio...».

Il cantante tira un sospiro e spiega: «Mi ritengo molto fortunato. Rispetto a tutto quanto successo nel 2017, devo restituire un po' di luce. Mi reputo egocentrico, ma se con le mie canzoni si arriva a qualcosa

d'altro, beh, allora si dà un senso a tutto».

Ma come mai un giovane è già così interessato al tema della prevenzione, agli stili di vita? Che cosa è successo? «Nell'ultimo periodo - racconta Michele - ho avuto un crollo fisico e mi sono fermato. Ho capito che bisognerebbe far passare un messaggio vero come l'autotutela perché io per primo ci ho sbattuto la faccia. Anche i giovani vivono forti stress: costruire il futuro, i fallimenti, le scelte sbagliate. Se almeno riusciamo a stare attenti a ciò che ci fa bene...».

Nuove abitudini

Per esempio tu che hai fatto? «Ho cominciato a cambiare abitudini e a migliorare l'alimentazione. Capisci subito che a seconda di ciò che ti metti in corpo cambia il modo di lavorare. Ecco perché già agli inizi del 2018 mi voglio concentrare su questo benessere psicologico e fisico. Perché se hai un modo di vivere distorto, alcune cose non te le godi proprio».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



ANSA / UFFICIO STAMPA / QUINALE / PAOLO GANDOTTI



Un «regalo» speciale

In occasione del suo 23esimo compleanno, Michele Bravi (foto sopra tra i fan) ha incontrato 4 ragazzi, in rappresentanza di tutti i suoi appassionati, che gli hanno consegnato la raccolta fondi per l'Airc. A sinistra, Michele Bravi con il Presidente della Repubblica Sergio Mattarella durante il recente incontro con i 10 giovani «influencer» del web



Mi ritengo molto fortunato. Rispetto a quanto successo nel 2017, devo restituire un po' di luce. Mi reputo egocentrico ma se con le mie canzoni si arriva a qualcosa d'altro, beh, allora si dà un senso a tutto. Bisognerebbe far passare un messaggio di autotutela





CERCA NOTIZIE

Griglia Timeline Grafo

Prima pagina Lombardia Lazio Campania Emilia Romagna Veneto Piemonte Puglia Sicilia Toscana Liguria Altre regioni

Cronaca Economia Politica Spettacoli e Cultura Sport Scienza e Tecnologia

Informazione locale Stampa estera

Lotta contro il cancro, a due ricercatrici campane le borse di studio di "Love Design"

il Denaro.it 1 ora fa

Il terzo borsista è Koustav Pal, 29 anni, biologo computazionale originario di Calcutta, che nei laboratori del IFOM, Istituto FIRG di Oncologia Molecolare, lavorerà sulla "Identificazione di mutazioni in regioni 'enhancer' come marcatori ...

Leggi la notizia

DE FERRANTI Diamanti a scacchiera cosmati @de_ferranti #tiles #London #cosmati #floor #architecture #interiodesign #design... https://t.co/gNxSLpMmyi



Persone: rossella scotto irene schiano lomoriello

Organizzazioni: airc università

Prodotti: sistemi

Luoghi: medicina procida

Tags: cancro ricercatrici

ALTRE FONTI (74)

I Love It si rinnova: fino al 6 aprile una mostra al Circolo del Design



Da domani, martedì 30 gennaio, prende il via presso il Circolo del Design in via Giolitti 26/A a Torino, una nuova mostra, denominata 'I Love IT_Porte aperte al design', per la promozione del Made in Italy indipendente espressione del saper fare dell'artigianato e del design piemontese. L'intenzione è dare continuità alla mostra 'I ...

Torino Oggi.it - 29-1-2018

Organizzazioni: circolo scrittura

Prodotti: design

Luoghi: torino

Tags: incontri promozione

L'eros nell'architettura nella giornata inaugurale di Maison&loisir



'Make love not Architecture', Antonio Costantino su "Gli spazi dell'amore, l'esperienza ... Sergio Pace, del Politecnico di Torino, su "Mollino: architetto, design e fotografo dell'erotismo", Marco La ...

AostaCronaca.it - 26-1-2018

Persone: inbar barbara binda

Organizzazioni: maison politecnico

Prodotti: kamasutra

Luoghi: aosta piemonte

Tags: giornata loisir

Apri la Vintage Selection, fino a domenica un ritorno al passato

Alla Stazione Leopolda di Firenze tornano abiti, oggetti di design ed accessori che hanno creato la cultura della moda, Vintage Selection è un laboratorio di ... con la firma d'autore di 'I LOVE DISCO'...

Nove da Firenze - 24-1-2018

Persone: pittì immagine

the next past

Organizzazioni: tuballoswing moda

Prodotti: the avengers american

Luoghi: firenze giappone

Tags: ritorno passato

Oscar 2018, 4 nomination per il regista palermitano Luca Guadagnino



... migliore film, canzone originale (Sufjan Stevens Mystery of love), migliore sceneggiatura non ... oltre a quella ricevuta dalla friulana Alessandra Quertzola nella categoria Production Design con il ...

SiciliaNews24 - 23-1-2018

Persone: luca guadagnino

tilda swinton

Organizzazioni: festival di cinema

università la sapienza

Prodotti: mundo

Luoghi: venezia italia

Tags: nomination regista

'I'm in love with my car' fa tappa a Udine, Pordenone e Trieste

CONDIVIDI QUESTA PAGINA SU



Facebook Twitter Google+ Invia RSS

Mi piace Iscriviti per vedere cosa piace ai tuoi amici.

Tag Persone Organizzazioni Luoghi Prodotti

Termini e condizioni d'uso - Contattaci



Conosci Libero Mail?

Sai che Libero ti offre una mail gratis con 5GB di spazio cloud su web, cellulare e tablet?

Scopri di più

CITTA'

Milano	Palermo	Perugia
Roma	Firenze	Cagliari
Napoli	Genova	Trento
Bologna	Catanzaro	Potenza
Venezia	Ancona	Campobasso
Torino	Trieste	Aosta
Bari	L'Aquila	

Altre città

FOTO



Lotta contro il cancro, a due ricercatrici campane le borse di studio di "Love Design" il Denaro.it - 14-1-2018

1 di 1

LA SCELTA DI "INCONTRIAMOCI SEMPRE" I benefici della cucina calabrese

Premio Simpatia della Calabria 2018 allo scienziato molochiese Valter Longo

Si preannuncia un grande successo, nel 2018, per i prodotti calabresi, in particolare il Caciocavallo, la liquirizia, la Nduja e il Bergamotto di Reggio Calabria.

Opinioni illustri sottolineano questa tendenza, come quella dello chef Lidia Bastianich, che inserirà questi ingredienti nel suo prossimo libro di cucina, della giornalista Daniela Pergament, affascinata dai prodotti calabresi tanto da annoverare la Calabria tra i primi 52 posti al mondo da visitare, del critico di vini Eric Asimov che più volte, sul prestigioso New York Times, ha riser-

vato un posto d'onore al vino calabrese e del suo collega Robert Camuto, particolarmente attratto dal Cirò, tanto da nominarlo su Wine Spectator.

La cucina calabrese - ci ricordano dal Direttivo di Incontriamoci Sempre composto da Strati, Mauro, Russo, Cotrupi, Allegra - oltre ad essere caratterizzata da prodotti di eccellenza, è perno della Dieta Mediterranea, vera e propria filosofia orientata alla sana e corretta alimentazione, come più volte sottolineato dal professore Valter Longo, scienziato italiano della University of Sou-

thern California (Usc) e dell'Istituto Firc di Oncologia Molecolare (Ifom) di Milano, genovese di nascita ma originario di Molochio (RC), e prossimo Premio Simpatia della Calabria 2018 (verrà insignito il prossimo 9 settembre 2018, proprio in coincidenza con le feste mariane a Reggio Calabria) nei suoi famosissimi libri.

Calabria, quindi, a detta di eccellenze di settore, ci riconforta e si riconferma in positivo una splendida realtà tutta da scoprire, da gustare, da visitare e da vivere. Ed aggiungono dall'associazione da premiare.



Home > Attualità > Orgoglio campano: borse di studio a due ricercatrici

Attualità

Orgoglio campano: borse di studio a due ricercatrici

Di redazione mn24 - 5 febbraio 2018



Arrivano dalla Campania due delle tre giovani menti che beneficeranno dei fondi raccolti da Love Design, evento di solidarietà a cadenza biennale organizzato a Milano dal Comitato Lombardia dell'AIIRC (Associazione Italiana per la Ricerca sul Cancro), in collaborazione con l'Associazione per il Disegno Industriale (ADI). Irene Schiano Lomoriello e Rossella Scotto di Perrotolo si sono aggiudicate due borse di studio triennali del valore di 75mila euro ciascuna, per portare avanti i loro progetti di ricerca sul cancro. Il terzo borsista è Koustav Pal, 29 anni, biologo computazionale originario di Calcutta, che nei laboratori dell'IFOM (Istituto FIRC di Oncologia Molecolare) lavorerà sulla "Identificazione di mutazioni in regioni 'enhancer' come marcatori prognostici per la stratificazione di pazienti con tumore al seno". L'ottava edizione della manifestazione ha visto la partecipazione di 61 aziende che hanno donato oltre 4mila oggetti di design e ha permesso di raccogliere quasi 230mila euro netti, per sostenere l'operato dei tre ricercatori.

Visualizza PDF - Scarica PDF

Convert doc to pdf and pdf to doc
Free from doc2pdf.com/PDF-Converter

- Advertisement -

Men Shoes Collection
Free Shipping
90% OFF

Banggood.com

Ultime News



Orgoglio campano: borse di studio a due ricercatrici

5 febbraio 2018



Napoli. Vigili sul piede di guerra contro i trasgressori

5 febbraio 2018



Nocera Inferiore. Affidati i lavori di via Fiano

5 febbraio 2018



Salerno. Canfora guiderà Unesco Sud Italia

5 febbraio 2018



Givova Ladies Scafati: quanta fatica per battere il fanalino di coda...

5 febbraio 2018

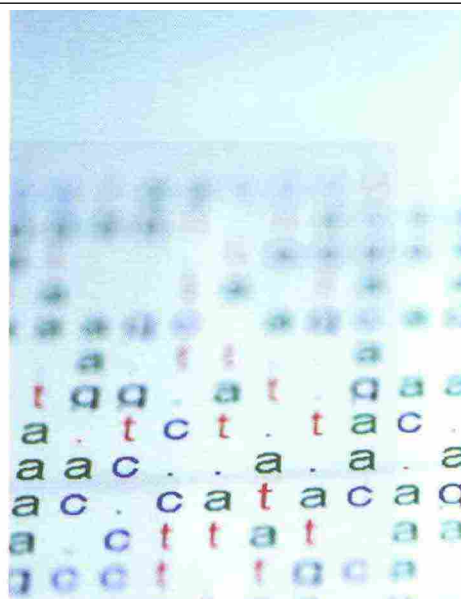
Più Popolari

▼ BUSINESS E MERCATO

LEGGERE I DATI GENOMICI PER FARMACI SU MISURA

Decodificare il Dna ha fornito alcune risposte ma ha posto altre domande: la prossima sfida sarà mettere insieme tutte le informazioni che negli anni sono state raccolte nelle banche dati per arrivare a una medicina personalizzata

▲ **Cristina Tognaccini**
AboutPharma and Medical Devices
ctognaccini@aboutpharma.com



C'è una linea sottile che passa tra preservare l'individuo da eventuali sfruttamenti o usi impropri dei dati personali e il progresso della scienza. È un confine che conosce bene chi ogni giorno ha a che fare con dati del genoma umano, utilissimi per fini scientifici ma sempre nell'ottica del rispetto della privacy. Vincenzo Costanzo che presso l'Ifo di Milano dirige il programma di ricerca metabolismo del Dna conferma che si tratta di un problema enorme, anche se ancora non si è arrivati a decodificare così bene il nostro genoma per poter usare i dati contro di noi. "Non siamo ancora a questi livelli, ma quando saremo in grado di definire la probabilità di malattia associata a un determinato genotipo allora potrebbero sorgere delle difficoltà: per esempio potrebbero esserci discriminazioni se a un colloquio di lavoro il datore richiedesse il genoma, o ancora se venisse richiesto prima dell'acquisto di un immobile o la stipula di un'assicurazione. Sono aspetti pratici medico-legali che dovranno essere ben discussi e valutati con delle linee guida internazionali. Oggi esistono già protocolli etici molto stringenti: dobbiamo assicurare che tutti i campioni non siano riconducibili a chi li ha donati, devono sempre stare sotto chiave e i computer che raccolgono i dati devono essere in sicurezza con antivirus. Poi c'è tutta una serie di parametri che dobbiamo rispettare quando scriviamo un progetto di ricerca che ha a che fare con dati personali. D'altra

parte non mi interessa neanche sapere chi sia quella persona ma solo se ha una patologia "x" associata al suo genoma"

LA "KILLER APPLICATION"

Oggi i test genetici permettono di scoprire chi sono i nostri antenati o di cosa potremmo ammalarci domani: "Oltre il 60% delle persone che li esegue lo fa per curiosità sulla propria storia genealogica (la cosiddetta "killer application": in gergo tecnico l'applicazione di una tecnologia che ne permette la penetrazione nel mercato) non tanto a scopo predittivo – spiega Sergio Pisto, biologo e giornalista scientifico, autore del libro "Il Dna incontra facebook" – tanto che 23andme (società di Google che vende test genetici online, ndr) è forse la più grossa banca dati a possedere genoma umano associato al fenotipo". Un tesoro prezioso che solo in parte abbiamo capito come usare, ma che secondo molti esperti non tarderemo a decifrare del tutto.

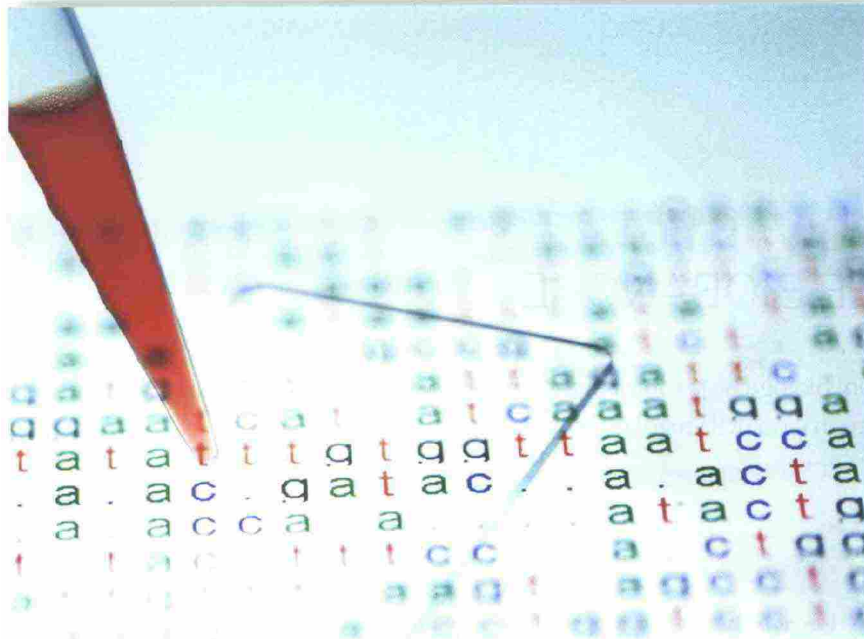
DECODIFICARE IL DNA NON BASTA

Nel 2003, quando per la prima volta venne decodificato il Dna umano, si pensava che avremmo finalmente avuto accesso alle nostre "istruzioni" e avremmo capito molte cose in più su di noi. Sfortunatamente però non era tutto così semplice. Non basta infatti "leggere" il Dna ma serve anche capire tutto il contesto che interagisce con esso: dall'Rna, alle proteine, fino all'epigenetica. "Oggi le analisi genomiche vengono fatte a vari

livelli e tutti questi dati devono essere integrati e considerati nell'insieme" racconta Maria Foti, responsabile del laboratorio di immunologia molecolare e immunogenomica presso l'Università di Milano-Bicocca. "Oltre alla ricerca di base utile a comprendere come funziona il codice genetico, abbiamo analisi genomiche a livello delle mutazioni nel Dna che dovranno essere poi connesse alla trascrittomica (studio dell'insieme degli Rna messaggeri ndr), alla proteomica (studio delle proteine ndr) e infine all'epigenomica: lo studio delle modificazioni post trascrizionali del Dna, disciplina agli albori ma di cui abbiamo già capito l'importanza del meccanismo. È un ulteriore ambito di complessità che ci fa capire come tutta l'informazione non sia scritta solo nel Dna. Non basta individuare la presenza o l'assenza di una mutazione o l'espressione o meno di un gene, perché il processo dipende anche dall'influenza dell'ambiente esterno. Lo studio della genomica non riguarda solo il singolo gene o classi di geni ma tutto l'insieme a livello globale".

IMPARARE A LEGGERE I DATI

Quando si studiano genomica, trascrittomica, proteomica ed epigenomica, i ricercatori prendono in esame migliaia di geni. Il che ci pone davanti a un'altra grossa sfida: eliminare il rumore di fondo creato dall'analisi di più geni e meccanismi ed estrapolare le informazioni che ci servono, responsabili della determina-



zione del fenotipo (insieme delle caratteristiche morfologiche e funzionali di un organismo, risultanti dall'espressione del genotipo e dalle influenze ambientali). "È una ricerca molto complessa – continua Foti – stiamo imparando a decodificarla. Tanto è stato fatto ma è un ambito ancora in sviluppo". La tecnologia in campo biomedico è andata molto avanti e ancora va a velocità sostenuta. Oggi in pochi giorni possiamo avere il nostro genoma e di pari passo è aumentato lo sviluppo dei software per gestire i dati. "Mi aspetto che le informazioni diventeranno più accessibili una volta che avremo sviluppato strumenti adatti per analizzarle e integrarle. Abbiamo un grosso potenziale ma dobbiamo imparare a "leggere". Capire come associare quello che stiamo imparando e che abbiamo generato nelle banche dati finora, con il fenotipo, una malattia o la risposta a un farmaco. La prossima sfida è ottenere una risposta in base alla combinazione di geni, proteine, Rna, ambiente esterno" aggiunge Foti.

UN POTENZIALE TESORO

La comprensione del nostro genoma in tutta la sua complessità può avere implicazioni molto importanti. Può essere sfruttata per prevedere future malattie, per correggerle, per capire come metabolizziamo un farmaco o svilupparne di nuovi. Non è un caso se, come racconta Pistoi, 23andme nata come società per analizzare il Dna, abbia poi deciso di aggregare i dati e venderli ad altre aziende

e infine nel 2015 di utilizzarli lei stessa per fare drug discovery, diventando così una biotech. "Il dato genetico da solo non ha valore – commenta Pistoi – ma se lo metti in rete e lo puoi associare al fenotipo allora cambia tutto. Oggi si fanno soprattutto studi "Gwas" di associazione genome-wide (genome-wide association study) che analizzano i geni di diversi individui per determinare le variazioni e in seguito cercano di associare le differenze osservate con alcuni tratti particolari, come una malattia".

L'IMPORTANZA DELLE BANCHE DATI

"Oggi sappiamo che studiare il genoma non è solo importante per capire la base genetica di malattie rare mendeliane – spiega Monica Miozzo docente di genetica medica, presso l'Università degli Studi di Milano – ma anche per la medicina personalizzata o la farmacogenetica, cioè il metabolismo dei farmaci. Una prima grande area di ricerca che sfrutta le banche dati genetiche è l'identificazione e lo studio delle mutazioni puntiformi presenti nel genoma umano. Per individuarle è necessario analizzare non solo singoli geni ma interi genomi e siccome esiste una importante variabilità della sequenza genetica tra individui, abbiamo bisogno di raffrontare i dati dei singoli con quelli della popolazione generale. Da questa analisi bioinformatiche possiamo capire se si tratta di varianti che hanno un significato patogenetico o meno. Per quanto riguarda la medicina personalizzata invece, oggi in oncologia esistono

già farmaci che sfruttano lesioni geniche – identificate grazie all'analisi genetica delle cellule tumorali – e sono in grado di agire in maniera efficace sui tumori. L'oncologo prima di prescrivere un certo farmaco aspetta di sapere da laboratori come il nostro, presso la Fondazione Irccs Policlinico di Milano, che analizzano le mutazioni del tumore, se il paziente risponderà al trattamento. E per farlo ci serviamo delle banche dati, che sono ormai fondamentali per il progresso della scienza. Altro ambito di interesse è il metabolismo dei farmaci. Effetti collaterali anche gravi possono essere dovuti a varianti di geni che codificano per proteine implicate nel metabolismo dei medicinali. Le analisi genetiche in questo caso servono a individuare le popolazioni di pazienti che possono avere una risposta ottimale alla cura, e quelli che invece hanno il rischio di sviluppare effetti collaterali intermedi o gravi. C'è molto interesse da parte delle aziende nel comprendere come funziona il nostro genoma e come utilizzarlo a fini terapeutici".

VERSO I FARMACI PERSONALIZZATI

Certo non abbiamo ancora compreso tutto sul nostro genoma, ma siamo sulla buona strada come confermano ottimisticamente Foti e Costanzo, convinti che in un futuro non troppo lontano si arriverà davvero ad avere una medicina personalizzata. "È un po' quello che è successo con l'imaging – conclude Costanzo – in quel caso però è stato molto più semplice interpretare l'immagine per risalire al problema anatomico. Per il genoma non siamo ancora a quel livello di dettaglio perché la complessità è enorme. Per cui ora non riusciamo ancora a comprendere qual è il significato di una mutazione, se non abbastanza superficialmente per alcune patologie specifiche. Ma tecnologia e ricerca evolvono in fretta, non è un traguardo poi così lontano. Basti pensare – come ricorda Pistoi – che oggi i tre quarti dei farmaci in via di sviluppo sono farmaci personalizzati".

Parole chiave

Dna, genomica, banche dati

Aziende/Istituzioni

Istituto Firc di oncologia molecolare (Ifom), Università degli Studi di Milano, Università di Milano-Bicocca, 23andme, Fondazione Irccs Policlinico di Milano

IL SEGRETO STA NEL PIATTO

Mantenersi longevi e in buona salute



Per iniziare l'anno in leggerezza e all'insegna di nuove e sane abitudini, possono rivelarsi preziosi i suggerimenti raccolti da Valter Longo nel libro *La dieta della longevità* (Vallardi, pp 301, euro15). Longo, che è professore di biogerontologia e direttore dell'Istituto sulla longevità all'University of Southern California, oltre che coordinatore di un laboratorio su longevità e cancro all'Istituto di oncologia molecolare **Ifom** di Milano, da anni studia il rapporto tra cibo e salute con verifiche sul campo: viaggi in tutto il mondo per valutare lo stile alimentare dei popoli ultracentenari. Qual è allora il segreto per vivere più a lungo e in forma a dispetto degli anni, tenendo alla larga diabete, malattie cardiovascolari, Alzheimer e tumori? Oltre alla pratica quotidiana di attività fisica (basta camminare di buon passo almeno 1 ora al giorno), bisogna privilegiare a tavola legumi, verdure, cereali non raffinati, pesce e prevedere nell'arco dell'anno dei periodi "mima-digiuno", seguendo per un tempo limitato e sotto controllo medico un regime a basso contenuto calorico, riducendo per 5 giorni ogni 3-6 mesi, fino al 50% l'apporto calorico rispetto alla normalità. Questo però sino ai 65 anni, invece dopo conviene passare a una dieta più ricca di proteine e cibi di origine animale (pollo, uova, latte, formaggi). Il menù della longevità deve andare di pari passo con l'avanzare dell'età e dopo i 70 anni prevedere l'incremento graduale del 10-20% dell'apporto proteico e nutritivo in generale, così da mantenere un peso giusto e un'adeguata forza muscolare. Vi aiuterà il libro di Longo, che prevede anche appetitose ricette.

