

Casa di Riposo Belvedere

Fondazione Onlus

Lari 3 ottobre 2015

Gentile Signor Mariani,

come Lei certamente sa, è ben noto che sia la riduzione dell'apporto calorico che una corretta, intensa attività fisica hanno l'effetto di proteggere la salute e, nel lungo periodo, di contrastare la progressione del processo di invecchiamento. E' noto anche che questi due interventi operano con meccanismi almeno in parte distinti, agendo primariamente sugli organi viscerali e indirettamente sulla massa muscolare il primo e primariamente sulla massa muscolare e indirettamente sugli organi viscerali il secondo, e che quindi è ipotizzabile che una corretta integrazione dei due diversi interventi possa generare utili effetti sinergici.

Forse Le è noto che i miei studi hanno chiarito che la riduzione dell'apporto calorico (abituale indicata con il termine di restrizione calorica ad azione anti-invecchiamento: Antiaging Dietary Restriction) agisce promuovendo la funzione dei meccanismi che riparano i danni che il tempo lascia giorno dopo giorno nelle cellule e nei tessuti mediante la attivazione periodica del processo di autofagia; che la funzione del processo di autofagia può essere resa più efficace con un semplice intervento farmacologico di stimolazione (detto P.I.S.A.: Pharmacological Intensification of Suppression of Aging); e che l'abbinamento del controllo dell'apporto calorico e del trattamento farmacologico P.I.S.A. consente di ottenere anche nell'uomo i benefici per la salute senza che vi sia disagio. Le allego a riprova un recente articolo-intervista comparso per iniziativa dell'Editor sulla più autorevole rivista internazionale di autofagia (Autophagy).

Ho saputo che Lei ha messo a punto un protocollo di stimolazione della attività fisica ed i riprogrammazione delle principali abitudini umane che si caratterizza anch'esso per la sua piacevolezza e facile applicabilità e quindi per l'elevato fattore di compliance.

Con la presente desidero informarla del mio interesse ad attivare con Lei una collaborazione tesa ad individuare e quantificare i prevedibili benefici per la salute derivanti dalla contestuale adozione di entrambi i protocolli, che paiono appunto entrambi di facile e gradevole applicazione in entrambi i generi e a qualunque età, e quindi particolarmente adatti per interventi di prevenzione primaria delle malattie invecchiamento-associate che tanto timore generano per la tenuta dei sistemi socio-assistenziali nazionali.

In attesa di una Sua gradita risposta colgo l'occasione per porgere distinti saluti



Prof. Ettore Bergamini, Presidente

Past President of the Gerontological Society of America

Biology Section