

## Il dossier

# La Sicilia dei centenari l'Università studia l'elisir di lunga vita

È la regione del Sud con il maggior numero di anziani  
un gruppo di docenti cercherà di scoprire perché

### SVENA ALAGHA

L'Italia "Non è un paese per giovani", recita il titolo del film di Giovanni Veronesi, nelle sale qualche mese fa. Del resto l'Istat, con le stime 2016 degli indicatori demografici, mette in luce come all'allarmante minimo storico di nascite si sovrapponga un consistente aumento dell'invecchiamento della popolazione: in Italia gli ultranovantenni sono 727mila, gli ultracentenari oltre 18mila. La Sicilia ha un'ottima posizione, piazzandosi prima del

Verranno analizzate  
persone dai 18 anni in su  
il ruolo determinante  
dell'alimentazione

Sud Italia per numero di persone oltre il secolo di vita, ben 1.199, di cui 952 donne: in Campania sono 1.155, in Puglia 975, in Calabria 615, in Abruzzo 499, in Basilicata 143, in Molise 134.

A studiare gli elementi dell'elisir di lunga vita in Sicilia, ci penserà il gruppo di ricerca del dipartimento di Biopatologia e Biotecnologie mediche dell'Università degli Studi di Palermo. Guidato dai professori Calogero Caruso e Giuseppina Candore, il gruppo di ricercatori dà il via al primo "Centerarian Tour" della Sicilia, grazie a un finanziamento del ministero dell'Istruzione, dell'università e della ricerca, ottenuto con



### IN CIFRE

## 1.199

**I CENTENARI**  
Sono 1.199 i centenari che vivono in Sicilia. Di questi, 952 sono donne: in Campania sono 1.155, in Puglia 975, in Calabria 615

## 17

**IL RECORD**  
Nel comune di Montemaggiore Belsito che conta 3.000 abitanti ci sono 17 ultra 95enni. Due di loro hanno già festeggiato i 102 anni

## 120

**IL REPORT**  
Negli ultimi 120 anni, le popolazioni industrializzate hanno guadagnato tre mesi di vita ogni anno. A incidere sulla longevità dei siciliani è anche l'alimentazione



bando Prin (Progetti di ricerca di rilevante interesse nazionale). L'obiettivo è caratterizzare nei prossimi tre anni, da un punto di vista genetico, epigenetico e dello stile di vita, soggetti siciliani dai 18 anni in su, per poi identificare i tratti comuni. Chiunque può aderire liberamente alla ricerca, sottoponendosi a una valutazione antropometrica e a esami del sangue, ad analisi genetiche ed epigenetiche e a un questionario alimentare (Informazioni allo 091 6555903 o [centenari@unipa.it](mailto:centenari@unipa.it)).

«Negli ultimi 120 anni, le popolazioni industrializzate hanno guadagnato tre mesi di vita ogni anno — spiega Calogero Caruso, professore ordinario di Patologia generale — grazie al miglioramento di alcuni fattori ambientali. La prima caratteristica della longevità è una genetica positiva, base con la quale interrogare l'alimentazione». «Studi d'intervento alimentare —

### IN PRIMO PIANO

Sopra tre residenti di Montemaggiore Belsito, nel comune in provincia di Palermo è record di ultranovantenni e centenari

aggiunge Giulia Accardi, nutrizionista e docente di Patologia generale — dimostrano come la dieta mediterranea, basata sul consumo di verdure, frutta, carboidrati integrali, legumi, olio extravergine di oliva, risulti protettiva nei riguardi di malattie et-à-correlate, grazie alla presenza di antiossidanti e di antinfiammatori. Ma la probabilità di diventare centenari è modificata da comportamenti virtuosi, la longevità è una condizione multifattoriale che parte da uno stile di vita sano».

Da uno studio condotto qualche anno fa dal gruppo del professore Caruso con la ricercatrice Sonia Vasto, è emersa un'alta frequenza di

centenari rispetto alla media italiana in alcune zone montuose della Sicilia, in particolare sui Monti Sicani, di sei volte superiore. Ebbene, la loro valutazione nutrizionale rivela elevata aderenza alla dieta mediterranea, con alimenti a basso indice glicemico. Intanto, a Montemaggiore Belsito, cittadina di poco più di 3.000 abitanti a circa un'ora da Palermo, si continuano a festeggiare compleanni: la signora Rosina Siragusa ne compirà a luglio 104, così come a ottobre, il signor Rosario Gullo.

«Tra i residenti — spiega l'addetto all'anagrafe Bartolo Natoli — sono 17 gli ultra 95enni. Due di loro ne hanno 102. Qui tutti abbiamo un pezzetto di terra, ci nutriamo di ciò che coltiviamo. Ai nostri nonnetti non manca l'aria buona, un buon bicchiere di vino e soprattutto condividere dei momenti di socialità».