



## Come vivere più a lungo? Il test del sangue svela la longevità

### Descrizione

(Adnkronos) «Avrà una lunga vita oppure no?». È la domanda che potrebbe balenare nella mente di chiunque con il passare degli anni, soprattutto quando ci si comincia a porre il problema di inseguire il sogno della longevità. Man mano che l'età avanza, diventa più difficile sapere chi è sulla buona strada per vivere in salute e chi potrebbe essere a maggior rischio di un grave declino. Uno studio suggerisce che parte della risposta potrebbe già essere presente nel sangue. E un nuovo test potrebbe svelarla.

La ricerca, pubblicata su «Aging Cell» e condotta negli Usa dalla Duke Health in collaborazione con l'università del Minnesota, accende i riflettori sul potenziale predittivo di piccole molecole di Rna, note come piRna che possono aiutare a indicare con precisione se gli anziani hanno probabilità di sopravvivere almeno nei due anni successivi.

I risultati suggeriscono che un semplice esame del sangue potrebbe un giorno aiutare a identificare prima eventuali rischi e orientare le strategie di trattamento per promuovere un invecchiamento sano. «La combinazione di pochi piRna è stata il predittore più forte della sopravvivenza a due anni negli anziani. Più forte dell'età, delle abitudini di vita o di qualsiasi altra misura di salute che abbiamo esaminato», spiega Virginia Byers Kraus, autrice senior dello studio e professoressa della Duke University School of Medicine (Dipartimenti di medicina, patologia e chirurgia ortopedica). «Ciò che ci ha sorpreso di più è stato che questo potente segnale provenisse da un semplice esame del sangue», evidenzia.

Il team ha misurato i piRna, piccoli Rna non codificanti, in campioni di sangue di adulti di età pari o superiore a 71 anni e ha scoperto che livelli più bassi di alcune di queste molecole erano fortemente correlati a una maggiore sopravvivenza. Studi precedenti avevano suggerito che queste mini porzioni di Rna regolano lo sviluppo, la rigenerazione e il sistema immunitario. Per condurre il nuovo lavoro, i ricercatori hanno utilizzato approcci di intelligenza artificiale (Causal Ai) e machine learning per analizzare 187 fattori clinici e 828 piccoli Rna diversi in oltre 1.200 campioni di sangue. I campioni provenivano da un'ampia coorte di soggetti di base in North Carolina, creata per un precedente studio guidato dalla Duke. Gli esiti di sopravvivenza sono stati determinati collegando i partecipanti ai registri nazionali di mortalità.

Analizzando tutti i dati, un modello statistico avanzato ha permesso di rilevare che un gruppo di 6 piRna da solo prevedeva la sopravvivenza a due anni con un'accuratezza pari all'86%. Il team ha confermato i risultati in un secondo gruppo indipendente di anziani. I partecipanti che vivevano piRna a lungo presentavano livelli piRna bassi di piRna specifici, rispecchiando un modello presente in organismi semplici, in cui la riduzione di queste molecole pu' prolungare la durata della vita. I risultati, osserva Kraus, suggeriscono che i piRna possono influenzare direttamente la longevità.

Ad oggi sappiamo molto poco sui piRna nel sangue, ma quello che stiamo osservando è che livelli piRna bassi di alcuni specifici Rna sono migliori, ha detto Kraus. Quando queste molecole sono presenti in quantità maggiori, potrebbero segnalare che qualcosa nell'organismo non funziona correttamente. Capire perché potrebbe aprire nuove possibilità per terapie che promuovono un invecchiamento sano, riflette l'esperta. Lo studio ha anche confrontato i piRna con indicatori di salute piRna noti. Nel predire la sopravvivenza a breve termine, i piRna hanno superato età, livelli di colesterolo, attività fisica e oltre 180 altre misure cliniche. Per la sopravvivenza a lungo termine, i fattori legati allo stile di vita sono diventati piRna influenti, ma i piRna continuano a fornire preziose informazioni sulla biologia sottostante.

Kraus delinea anche i prossimi passi del team che ora indagherà per capire se trattamenti, cambiamenti nello stile di vita o farmaci comprese classi emergenti come le terapie basate sul Gp-1 (come i popolari anti obesità e diabete) possano alterare i livelli di piRna. I ricercatori intendono anche confrontare i livelli di piRna nel sangue con quelli nei tessuti per comprendere meglio il funzionamento di queste molecole.

Sono come dei micro manager nell'organismo, che contribuiscono a controllare molti processi che influenzano la salute e l'invecchiamento, prospetta Kraus. Stiamo solo iniziando a comprenderne la potenza. Questa ricerca suggerisce che dovremmo essere in grado di identificare il rischio di sopravvivenza a breve termine utilizzando un esame del sangue pratico e miniminvasivo, con l'obiettivo finale di migliorare la salute con l'avanzare dell'età. Il lavoro è stato finanziato dai National Institutes of Health (Nih) statunitensi, dal National Institute on Aging, dal National Center for Advancing Translational Sciences e dal National Heart, Lung and Blood Institute.

?

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

## Categoria

1. Comunicati

## Tag

1. Ultimora

## Data di creazione

Febbraio 26, 2026

## Autore

redazione