

LO STUDIO Presentato al congresso europeo Easd, è frutto di una collaborazione tra l'università svedese di Göteborg e la Federico II di Napoli

Come sfuggire al rischio familiarità Dieta sana e attività fisica anzitutto

La familiarità per una malattia, soprattutto se ha i numeri del diabete, è una specie di spada di Damocle, visto che avere un genitore o un fratello diabetico aumenta il rischio di ammalarsi di più di dieci volte. La buona notizia è che saperlo aiuta a mettere in atto contromisure in grado di evitare che ci si ammali. Nel caso del diabete, dieta sana e attività fisica. La familiarità - insomma - crea le condizioni per la malattia, ma si può sfuggire al destino scritto nei geni con lo stile di vita. Ma è davvero scritto nei geni? Uno studio presentato stamani al congresso

europeo Easd compie un primo importante passo per dimostrarlo. Lo studio è frutto di una collaborazione tra l'università svedese di Göteborg e la Federico II di Napoli. Sono stati analizzati i tessuti adiposi di 20 svedesi (metà maschi e metà femmine, normopeso, età media 40 anni). La metà di loro ha un parente di primo grado diabetico di tipo 2 ma sono tutti sani. L'analisi del tessuto adiposo dei due gruppi ha però mostrato differenze importanti nel gruppo dei cosiddetti Fdr, i first degree relatives, ovvero quelli con parenti di primo grado. «Bisogna partire dal

Dna - spiega **Luca Parrillo**, ricercatore trentaseienne del laboratorio Di Genomica del Diabete dell'Università di Napoli che stamani ha tenuto la comunicazione orale - che, oltre al codice genetico vero e proprio ha un altro codice, chiamato epigenetico, che va al di là dei geni. L'epigenetica è una specie di ponte che collega l'ambiente e i nostri geni. E l'ambiente, attraverso fattori facilmente modificabili come dieta e attività fisica, può modificare i geni attraverso i marker epigenetici, come la metilazione del Dna, che agiscono co-

me dei veri e propri interruttori che possono accendere e spegnere i geni, favorendo una malattia o proteggendoci».

Interruttori sensibili, dunque, che possono essere utilizzati a nostro favore, soprattutto se gli elementi per spegnerli sono di facile modulazione, come alimentazione sana o attività fisica costante. La **Società italiana di diabetologia**, si è appassionata a questo studio, che apre nuovi scenari per predire lo sviluppo del diabete di tipo 2 in soggetti a rischio, ma mette anche in guardia contro il mercato dei test genetici predittivi per la malattia. ■ **V. Des.**

