



---

## *Newsletter AGE – Giugno 2018*

Care Colleghe e cari Colleghi,

vi ricordo che è sempre possibile iscriversi alla nostra associazione e sul nostro sito potrete trovare le informazioni utili per farlo:

[www.associazionegeriatri.it](http://www.associazionegeriatri.it)

Segnalo, inoltre, la nostra pagina Facebook <https://www.facebook.com/associazionegeriatri> strumento utile per condividere idee ed iniziative.

---

Alcuni spunti di riflessione...

E' iniziata la campagna informativa online "Estate Sicura 2018" del Ministero della Salute. Sul sito [www.salute.gov.it/caldo](http://www.salute.gov.it/caldo) sarà possibile consultare i bollettini con le previsioni delle ondate di calore, consigli e informazioni per la popolazione, linee guida per gli operatori dei servizi sanitari e sociali e la mappa dei servizi attivi a livello locale.

Uno studio prospettico pubblicato sulla rivista *The American Journal of Clinical Nutrition* (<https://doi.org/10.1093/ajcn/nqy102>) sembra avvalorare l'ipotesi che una dieta ricca di spermidina si legata ad un'aumentata sopravvivenza negli esseri umani. La spermidina appartiene alla classe delle poliammine ed è presente in alimenti come

---



formaggio stagionato, funghi, prodotti a base di soia, legumi, mais e cereali integrali. Già in passato, in studi pubblicati su Cancer Research (2017) (<http://cancerres.aacrjournals.org/content/77/11/2938>) e su Nature Medicine (2016) (<https://www.nature.com/articles/nm.4222>) la spermidina aveva mostrato sui topi proprietà cardioprotettive e si era dimostrata utile nel prevenire la fibrosi epatica, l'epatocarcinoma e nel prolungare la sopravvivenza.

Vi auguro un buon lavoro.  
Giuseppe Pistoia