



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI MILANO

LA STATALE

## L'Irisina: la molecola che trasforma l'attività fisica in salute

***Uno studio coordinato dall'Università Statale di Milano dimostra come i livelli di questa molecola di recente scoperta aumenti nei soggetti che svolgono attività fisica, diminuendo l'insorgenza di malattie metaboliche. Aperta la strada allo sviluppo di farmaci capaci di "mimare" il suo effetto apportando alla nostra salute gli stessi benefici dell'attività fisica.***

<https://www.hindawi.com/journals/jdr/2017/1039161/>

Milano, 28 Marzo 2017 - La rivista *Journal of Diabetes Research* ha pubblicato uno studio condotto dal Dott. **Stefano Benedini**, afferente al Dipartimento di Scienze Biomediche per la Salute dell'Università degli Studi di Milano, in collaborazione con il **Policlinico San Donato IRCCS** di Milano, l'**IRCCS Ospedale San Raffaele** di Milano e **IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi** che dimostra come **l'Irisina, una molecola di recente scoperta prodotta dal muscolo scheletrico durante esercizio fisico, possa spiegare gli effetti positivi dell'esercizio sul metabolismo dell'organismo in toto.**

Lo studio ha seguito 70 soggetti sani, di ambo i sessi, di età compresa tra 18 e 75 anni, non sovrappeso, privi di significative patologie metaboliche (dislipidemie, intolleranza glicidica e diabete, sindrome metabolica): 10 volontari sani sedentari, 20 volontari sani che svolgono attività fisica amatoriale (2-3 volte/settimana), 20 volontari che eseguono attività fisica semi-agonistica (4-5 volte la settimana) e 20 volontari che eseguono attività fisica agonistica a livello nazionale o internazionale (5-7 volte/settimana).

La possibilità di studiare questa molecola, per la prima volta, su atleti di élite ha permesso di valutare la quantità di questa miochina su soggetti "ipersportivi" nei quali è stato rilevato un aumento dell'Irisina che si accompagnava al grado di "benessere" dell'organismo in toto che riduce la probabilità dell'insorgenza di malattie metaboliche quali il diabete mellito, l'obesità e la sindrome metabolica. Questo stato di "benessere" è risultato strettamente correlato alla quantità di attività fisica svolta dai soggetti inclusi nei diversi gruppi esaminati.

L'incidenza di obesità e di diabete mellito è in continuo aumento nel nostro paese e in tutto il mondo a causa di fattori nutrizionali scorretti e per mancanza di adeguata attività fisica. Alla luce del continuo incremento di queste malattie metaboliche la possibilità di capire gli effetti positivi mediati dall'Irisina sul metabolismo potrebbe aprire la strada alla formulazione di farmaci in grado di "mimare" l'azione dell'Irisina producendo gli stessi effetti positivi dell'attività fisica.

Lo studio ha visto coinvolte, oltre al Dipartimento di Scienze Biomediche per la Salute dell'Università Statale di Milano e la Scuola di Scienze Motorie dello stesso Ateneo, anche due Unità Operative dell'I.R.C.C.S. Policlinico San Donato: l'Area di Endocrinologia e Malattie Metaboliche (Prof. L. Luzi) e l'Unità Complessa a Direzione Universitaria SMEL-1 Patologia Clinica (Prof. M.M. Corsi Romanelli).