



# LUC MONTAGNIER

**«Bisogna contrastare lo stress ossidativo e rafforzare al massimo le difese immunitarie: ecco il segreto della longevità»**

**«Se volete vivere 100 anni dovete smettere di fumare»**

Luc Montagnier, uno dei virologi più famosi al mondo, ha appena pubblicato "La scienza ci guarirà. Vincere le battaglie della vita con la prevenzione", Sperling&Kupfer. Nel 1983 ha scoperto il virus dell'Aids, nel 1991 ha descritto il ruolo dello stress ossidativo nella sindrome Hiv e nel 2008 ha vinto il premio Nobel per la medicina. Noi lo abbiamo incontrato in occasione della consegna dell'Ambrogino d'oro da parte del sindaco di Milano Letizia Moratti.

## **LA SCIENZA CI GUARIRÀ: È UNA CERTEZZA O UN'IPOTESI FUTURA?**

«La scienza ci guarirà, solo se il futuro sarà giocato nel prevenire le più gravi malattie, perché una volta presenti, le lesioni sono irreversibili. Quindi è meglio prevenire le malattie trovando le cause che stanno alla loro base».

## **LA PREVENZIONE DUNQUE È L'ARMA PER DIVENTARE CENTENARI?**

«Bisogna che i giovani adottino misure di prevenzione. Ma l'Aids non è l'unica malattia da cui difendersi. Le misure preventive vanno adottate anche contro le malattie croniche, neurologiche, psichiatriche, cardiovascolari e tumorali. Sono malattie più complesse dell'Aids, in cui concorrono molti fattori, genetici e ambientali. L'unica risposta è prevenire i fattori di rischio».

## **PER ESEMPIO, IN CHE MODO?**

«La gente vivrà bene fino 100 anni se smetterà di fumare e di bere troppo alcol».

## **È VERO CHE GLI ANTIOSSIDANTI POSSONO FAR VIVERE PIÙ A LUNGO?**

«È un problema complesso, che gli scienziati studiano molto bene ma che i medici ancora

non conoscono. Gli antiossidanti sotto forma di integratori sono venduti ovunque, ma servono per l'automedicazione. Invece dovrebbero diventare prodotti da prescrizione medica. Il problema è che non ci sono ancora molti medici competenti e che questi prodotti non sono considerati veri e propri farmaci».

## **QUAL È L'OBIETTIVO DELLA RICERCA?**

«L'obiettivo della ricerca e il nostro progetto è che alcuni prodotti antiossidanti, tramite test clinici controllati, diventino veri e propri farmaci da assumere per un certo periodo. Intanto però bisogna consigliare prudenza prima di prendere miscugli di antiossidanti, perché i sovradosaggi possono essere pericolosi e avere effetti contrari a quello antiossidante».

## **VIVERE TANTO TEMPO E BENE SIGNIFICA ANCHE SCONFIGGERE MALATTIE COME L'AIDS?**

«La situazione migliora con la triplice terapia ma solo nei Paesi sviluppati. La ricerca però va potenziata perché i malati non debbano assumere farmaci per tutta la vita. Inoltre, non si può accettare che nei Paesi poveri il 5-10 per cento della popolazione ne sia colpita. Bisognerà

trovare i mezzi per debellare la malattia. È un sogno ma pensiamo possa diventare realtà addirittura prima dell'arrivo del vaccino».

## **CREDE SIA POSSIBILE BLOCCARE UN VIRUS COSÌ MUTANTE?**

«L'Aids è una malattia camaleontica e ogni volta che il virus muta bisogna cambiare strategia. Si può ridurre la variabilità riducendo lo stress ossidativo, perché è un fattore che genera queste mutazioni. Il debellamento di simili forme virali può essere ottenuto oltre che con l'azione farmacologica diretta sul virus anche stimolando il sistema immunitario, in modo da neutralizzare le mutazioni prima che compaiano».

## **LA NUTRIGENOMICA POTRÀ CONTRIBUIRE AD ALLUNGARE LA VITA?**

«Sono in corso studi sulle interazioni tra genetica e dieta: quando i risultati saranno chiari è possibile che cambieremo il modo di nutrirci».