



EMBARGO FINO AL 28 GENNAIO 2026 ore 9:00

Prevenire la demenza è possibile: i primi risultati di uno studio italiano su oltre 1000 over 60

Grazie a interventi multidominio, innovazione tecnologica e biomarcatori plasmatici, lo studio IN-TeMPO mira a ridurre il rischio di declino cognitivo nei soggetti over 60.

Un team coordinato dall'**Università di Milano-Bicocca**, guidato dal Prof. **Carlo Ferrarese**, ha avviato uno dei più grandi studi italiani sulla prevenzione del declino cognitivo e funzionale negli anziani. Lo studio, denominato **IN-TeMPO** e condotto nell'ambito del Partenariato Esteso PNRR [Age-It](#), integra interventi multidimensionali, tecnologia avanzata e analisi di biomarcatori plasmatici per contrastare i rischi legati all'invecchiamento.

Sono ad oggi 1057 gli over 60 che partecipano allo studio, selezionati dopo uno screening di oltre 2.000 persone, con l'aiuto dei medici di medicina generale, da **9 centri universitari dislocati su 8 regioni italiane**. Gli interventi combinano cinque diverse strategie: **nutrizione, attività fisica, training cognitivo, socializzazione, monitoraggio dei fattori di rischio vascolare**. Lo studio ha integrato **nuovi biomarcatori plasmatici**, che permettono da qualche anno di **predire il rischio di declino cognitivo anche in soggetti asintomatici**, anni prima dei sintomi clinici. Lo studio si è avvalso di **dispositivi indossabili** (trackers per analizzare il movimento, il battito cardiaco ed il sonno), **software di stimolazione cognitiva**, oltre che di un approccio **integrato di analisi dei dati** condotto da informatici, ingegneri, statistici ed economisti, questi ultimi impegnati anche nell'analisi di **cost-effectiveness**. Per lo studio i ricercatori hanno creato ed utilizzato una piattaforma denominata LISA (Home - LISA) che permette il coinvolgimento attivo della cittadinanza, secondo i principi della citizen science, e rappresenta un ponte diretto tra ricerca, istituzioni e comunità. Nella Piattaforma gli utenti hanno accesso a informazioni sanitarie inclusi i loro stessi dati per monitorare in autonomia le proprie condizioni di salute e l'aderenza alle prescrizioni del trial.

Lo studio IN-TEMPO è parte del **network internazionale Worldwide-FINGERS**. Un consorzio globale che riunisce studi simili provenienti da tutto il mondo, con l'obiettivo di coordinare e confrontare i risultati ottenuti in contesti geografici e culturali diversi.

Nei primi **123 pazienti**, rivalutati dopo i primi sei mesi di interventi, i dati preliminari indicano una buona aderenza ai trattamenti proposti (superiore all'80%), aprendo **nuove prospettive per la medicina preventiva personalizzata**. Lo studio dimostra che la prevenzione precoce è **fattibile**, con primi segnali positivi di efficacia. Gli interventi programmati dallo studio proseguiranno nei prossimi mesi, per terminare alla fine del 2026, ma con un follow-up previsto fine a tutto il 2027.

"La sfida chiave di IN-TeMPO è prevenire il declino cognitivo e funzionale, perché la demenza non può essere fermata quando è già manifesta clinicamente. Le strategie devono essere quindi preventive e multidimensionali, intervenendo su tutti i principali fattori di rischio di declino cognitivo. Nuovi biomarcatori plasmatici permettono oggi di identificare il rischio di declino cognitivo in anziani ancora asintomatici. In tali soggetti, possiamo programmare interventi basati su nutrizione, attività fisica, training cognitivo, socializzazione e controllo dei fattori di rischio vascolare. Col nostro studio stiamo dimostrando che tale complessa strategia è fattibile: i primi dati sono promettenti e ci incoraggiano a proseguire il follow-up. L'obiettivo è creare un modello scalabile per promuovere un invecchiamento in salute in Italia e nel mondo" ha concluso il Prof. Carlo Ferrarese.

Info e contatti

[Age-it \(Ageing Well in an Ageing Society\)](#) è il partenariato di ricerca sulle sfide dell'invecchiamento finanziato dal PNRR, coordinato dall'Università di Firenze e costituito da 27 enti, con oltre 800 esperti di diverse aree scientifiche appartenenti alle principali università italiane (Università di Firenze, Milano-Bicocca, Piemonte Orientale, Padova, Ca' Foscari Venezia, Bologna, Sapienza, Federico II, Molise, Bari, Calabria, Bocconi, Cattolica, Università Salute-Vita San Raffaele, SISSA Trieste), Enti di ricerca (CNR, ISTAT, INPS, INRCA, Neuromed) e alcune aziende di rilevanza nazionale.

UFFICIO STAMPA - Silvia Magna – email: silvia.magna@dblue.it - Mob: 349/2516221

