

17-20
Dicembre
2025
Napoli

70^o C O N G R E S S O
N A Z I O N A L E
SIGG
LIBERI E LONGEVI

Università degli
Studi di Napoli
Federico II
Polo Didattico
di **SCAMPIA**



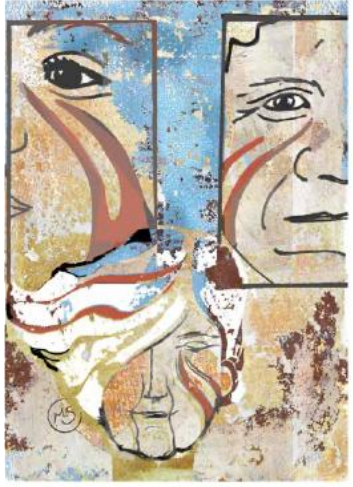
SOCIETÀ ITALIANA
DI GERONTOLOGIA
E GERIATRIA

“Aderenza alla Dieta Mediterranea e Salute Cardiovascolare negli Anziani residenti in comunità: Evidenze dalla Studio Lookup 7+ “

Claudia Massaro, Riccardo Calvani, Stefano Cacciatore, Antonella Risoli, Matteo Tosato, Francesco Landi

Dr.ssa Claudia Massaro

UOS Prevenzione Malattie dell’Invecchiamento e Promozione Longevità,
Dipartimento di Scienze Geriatriche, Ortopediche e Reumatologiche,
Fondazione Policlinico Universitario “Agostino Gemelli” IRCCS, Università
Cattolica del Sacro Cuore, Roma



17-20
Dicembre
2025
Napoli

70^o CONGRESSO
NAZIONALE
SIGG
LIBERI E LONGEVI

Università degli
Studi di Napoli
Federico II
Polo Didattico
di **SCAMPIA**



Cardiovascular diseases (CVDs)

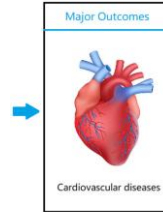
- 31 July 2025
- Key facts**
- Cardiovascular diseases (CVDs) are the leading cause of death globally.
 - An estimated 19.8 million people died from CVDs in 2022, representing approximately 32% of all global deaths. Of these deaths, 85% were due to heart attack and stroke.
 - Over three quarters of CVD deaths take place in low- and middle-income countries.



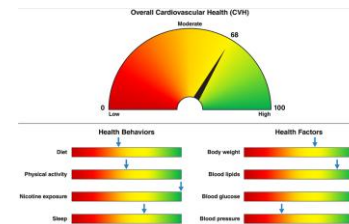
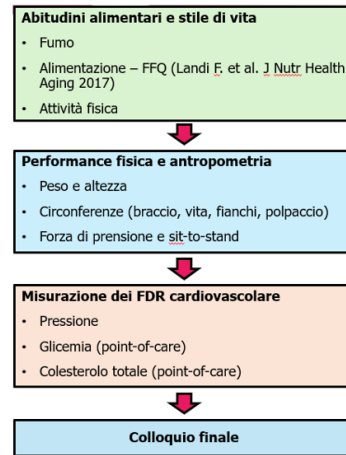
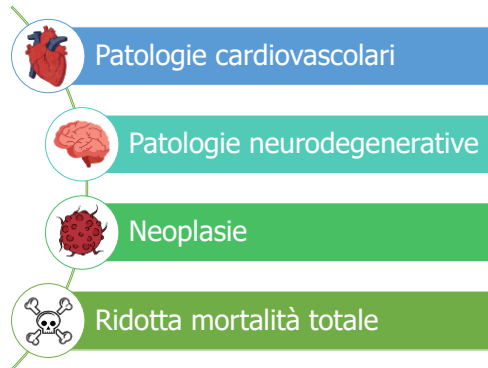
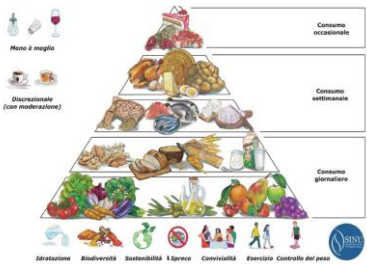
CAUSE DI MORTE IN ITALIA - ANNO 2022

Tasso di mortalità sostanzialmente stabile nel 2022, malattie circolatorie, tumori e Covid-19 tra le prime cause di morte

American Heart Association evolving framework for primary and primordial prevention



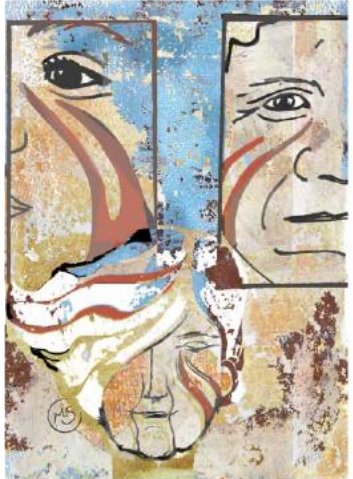
OBIETTIVI DI PREVENZIONE DA APPLICARE INDIPENDENTEMENTE DALL'ETÀ CRONOLOGICA!!



Categoria alimentare	Basso consumo (0)	Moderato (1)	Alto (2)
Frutta e verdura	<1/die	1-1.5/die	>1.5/die
Legumi, pesce, cereali	<2/settimana	2-3/settimana	≥4/settimana
Carne rossa e derivati	>1/die	0.5-1/die	<0.5/die

I **terzili** della variabile **Medi_Lite** sono stati definiti con i seguenti intervalli:

- **Basso:** Medi_Lite da <8
- **Medio:** Medi_Lite da 9 a 11
- **Alto:** Medi_Lite >11



17-20
Dicembre
2025
Napoli

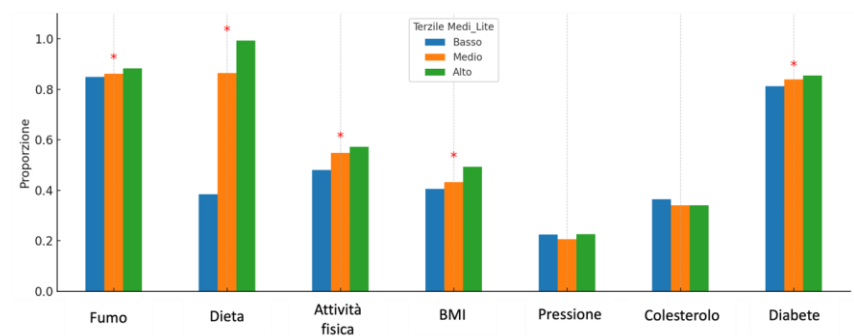
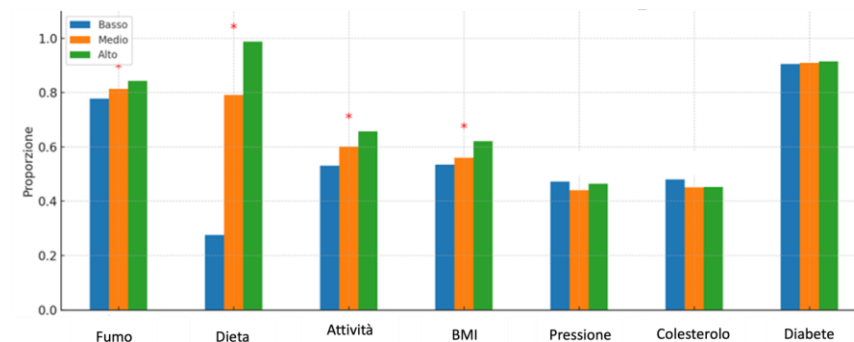
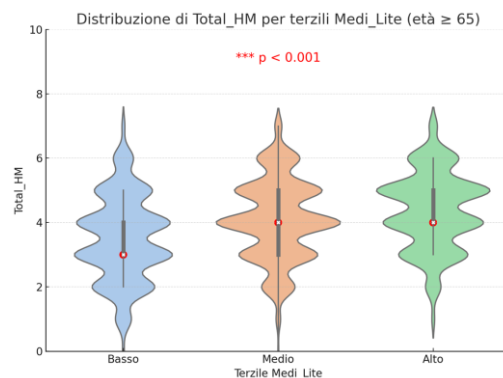
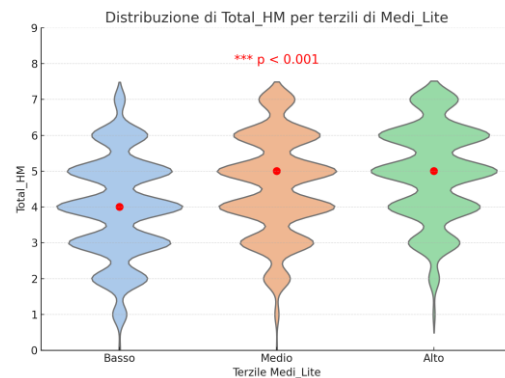
70° CONGRESSO
NAZIONALE
SIGG
LIBERI E LONGEVI

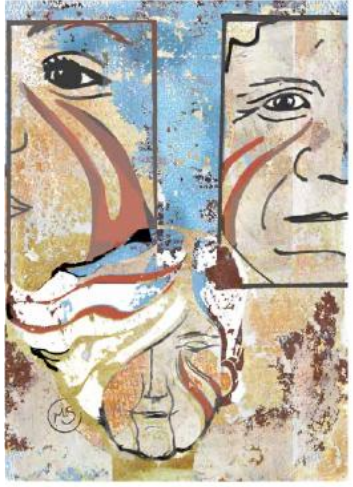
Università degli
Studi di Napoli
Federico II
Polo Didattico
di **SCAMPIA**



SOCIETÀ ITALIANA
DI GERONTOLOGIA
E GERIATRIA

Variabile	Totale (n=15637)	Basso (n=6605)	Medio (n=5804)	Alto (n=3229)
Età, anni	55.8 (14.9)	54.8 (14.9)	57.2 (14.6)	58.0 (14.2)
Femmine (%)	55.2	53.5	55.5	55.7
BMI, Kg/m ²	25.1 (4.2)	25.2 (4.2)	24.9 (3.9)	24.5 (3.9)
Colesterolo, mg/dl	198.2 (36.6)	193.5 (36.1)	194.7 (35.4)	194.7 (36.4)
Glicemia, mg/dl	104.5 (23.2)	105.1 (22.9)	104.7 (23.1)	104.5 (22.5)
PAS, mmHg	124.9 (16.5)	123.9 (16.3)	124.7 (16.3)	124.1 (16.3)
PAD, mmHg	75.8 (10.0)	75.5 (10.1)	75.5 (10.0)	75.0 (9.9)





17.20
Dicembre
2025
Napoli

70^o CONGRESSO
NAZIONALE
SIGG
LIBERI E LONGEVI

Università degli
Studi di Napoli
Federico II
Polo Didattico
di **SCAMPIA**



- Gli anziani con una maggiore aderenza alla dieta mediterranea presentano un minor rischio cardiovascolare.
- Una maggiore aderenza alla dieta mediterranea rappresenta un pilastro della prevenzione cardiovascolare anche nella popolazione geriatrica.
- Intervenire sull'aderenza alla dieta mediterranea, come parte di interventi multicomponente, rappresenta una strategia di salute pubblica prioritaria per prevenire CVD, fragilità, disabilità e favorire un invecchiamento sano.

A Large Randomized Individual and Group Intervention Conducted by Registered Dietitians Increased Adherence to Mediterranean-Type Diets: The PREDIMED Study

Itziar Zazpe, RD · Ana Sanchez-Tainto, RD · Ramon Estruch, MD, PhD · Rosa Maria Lamuela-Raventos, PharmD, PhD · Helmut Schröder, PhD, RD · Jordi Salas-Salvado, MD, PhD · Dolores Corella, PhD · Miquel Fiol, MD, PhD · Enrique Gomez-Gracia, MD, PhD · Fernando Aros, MD, PhD · Emilio Ros, MD, PhD · Valentina Ruiz-Gutierrez, PhD · Pablo Iglesias, MD, PhD · Manuel Conde-Herrero, MD, PhD · Miguel Angel Martinez-Gonzalez, MD, PhD, RD Show less

> Nutrients. 2023 Feb 18;15(4):1026. doi: 10.3390/nu15041026.

Low Adherence to Mediterranean Diet Is Associated with Probable Sarcopenia in Community-Dwelling Older Adults: Results from the Longevity Check-Up (Lookup) 7+ Project

Stefano Cacciatore¹, Riccardo Calvani², Emanuele Marzetti^{1,2}, Anna Picca^{2,3}, Hélio José Coelho-Junior¹, Anna Maria Martone², Claudia Massaro¹, Matteo Tosato², Francesco Landi^{1,2}

European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition (EPIC): study populations and data collection

E Riboli¹, K J Hunt, N Slimani, P Ferrari, T Norat, M Fahey, U R Chardonnière, B Hémon, C Casagrande, J Vignat, K Overvad, A Tjønneland, F Clavel-Chapelon, A Thibaut, J Wahrendorf, H Boeing, D Trichopoulos, A Trichopoulou, P Vineis, D Palli, H B Bueno-De-Mesquita, P H M Peeters, E Lund, D Engesaet, C A González, A Barricarte, G Berglund, G Hallmans, N E Day, T J Key, R Kaaks, R Saracci

Affiliations + expand
PMID: 12639222 DOI: 10.1079/PHN2002394



Mediterranean Diet for the Management of Pre-Existing Metabolic Diseases: Evidence from a Systematic Review and Meta-Analysis Featured in the Italian National Guidelines "La Dieta Mediterranea"

Giovanna Muscogliari^{1,2,3}, Maria Ida Maiorino⁴, Barbara Paolini⁵, Fiorella Aversano⁶, Carola Buscemi⁷, Ilario Coppello⁸, Irene Caruso⁹, Elisa Ceriani¹⁰, Martina Chimenti¹¹, Francesco Arrigo Giuseppe Cicero¹², Marco Cintani¹³, Giovambattista Desideri¹⁴, Chiara D'Esposito¹⁵, Gerardo Medda¹⁶, Maria Cristina Patti¹⁷, Cristiano Randozza¹⁸, Ersilia Troiano¹⁹, Marilena Vitale²⁰, Salvatore Zimmiti²¹, Nicola Veronesi^{22,23}, Francesco Leonardi²⁴

