

Controlli medici periodici e stile di vita sano: sono queste le chiavi del benessere

La prevenzione come alleata L'arma in più contro il cancro

L'effetto combinato della prevenzione, della diffusione degli screening medici, del progressivo perfezionamento dei percorsi diagnostici e delle prospettive terapeutiche ha portato a un miglioramento nella sopravvivenza dalle patologie oncologiche. «È necessario continuare a promuovere campagne di sensibilizzazione» afferma il Dottor Stefano Folzani, esperto di Radiologia Oncologica e Interventistica e Direttore Sanitario del PacC «perché il 40% dei casi di tumore potrebbe essere ridotto seguendo uno stile di vita sano, una corretta alimentazione e una costante attività fisica». «Negli ultimi decenni» spiega il Dottor Folzani «a causa dell'incremento dei casi di tumore si è cominciato a dare importanza al gioco d'anticipo, abbinando l'approccio preventivo alla cura». Le misure di prevenzione non sono limitate alle fasi che precedono l'insorgenza della malattia (prevenzione primaria), ma si applicano anche quando la malattia è già presente (pre-



IL CONSIGLIO DELLO SPECIALISTA



Screening: mai rimandare

«Consiglio esami diagnostici eseguiti a cadenze fisse per evidenziare in tempo una malattia che in fase non iniziale è spietata» avverte il Dott. Folzani. «Mi riferisco, ad esempio, alle neoplasie pancreatiche, biliari o del colon retto dove una periodica valutazione (con ecografie addominali per le prime e colonscopie virtuali e non per le seconde) è utile per una diagnosi precoce, maggiore curabilità e guaribilità». Affidarsi a un team multispecialistico composto da medico generale, oncologo e radiologo, come si può trovare al PacC, garantisce l'analisi attenta dei singoli casi.

venzione secondaria e terziaria). La prevenzione primaria, diretta a tutta la popolazione e in particolare alle categorie di persone considerate "ad alto rischio", come i fumatori, riguarda il modo corretto di alimentarsi, di fare attività fisica e di eseguire controlli medici periodici. «Sono validi strumenti della prevenzione primaria» precisa Folzani «anche i vaccini contro specifici agenti infettivi che aumentano il rischio di cancro, quali il virus dell'epatite B (tumore del fegato) o il Papilloma virus umano (cancro del collo dell'utero)». È detta prevenzione secondaria la diagnosi precoce che individua il tumore in uno stadio iniziale, per trattarlo in maniera efficace e ottenere un maggior numero di guarigioni e una riduzione del tasso di mortalità. Anche dopo che la malattia è stata curata con la chirurgia, la radioterapia e/o la chemioterapia, non bisogna però mai abbassare la guardia. «La prevenzione terziaria serve a combattere le ricadute» conclude il Direttore Sanitario del PacC.

A VOI LA PAROLA



Inviare le vostre domande a direzione@poliambulatoriocittadicollechio.com

Domanda della Sig.ra Anna da Felino
«I marcatori tumorali sono attendibili?»

Risponde il Dott. Stefano Folzani, responsabile di Radiologia Oncologica e Interventistica del PacC

Importanti nel coadiuvare una diagnosi, i marcatori tumorali presi singolarmente non sono indicativi. Ad esempio il CEA o il CA19.9 non si alzano nel sangue solo in presenza di cancro. I marker forniscono dati utili per monitorare la risposta a terapie o eventuali ricadute.

SU COSA POSSIAMO INTERVENIRE

Occhio ai fattori ambientali e agli inquinanti nutrizionali

Una minima quota di tumori ha una base genetica e spesso si tratta solo di predisposizione. Nel caso del tumore alla mammella, alle ovaie o al pancreas una propensione genetica può nascere da mutazioni di geni trasmissibili ai figli. I fattori di rischio genetici non sono modificabili, ma lo sono quelli ambientali che gli studi dicono essere decisivi nello sviluppo del cancro. Si sa che il fumo è correlato al tumore: in questo caso interviene la prevenzione primaria, cioè si smette di fumare. Grandi responsabilità hanno anche gli inquinanti alimentari e nutrizionali che causa-



no circa il 30% delle patologie neoplastiche. Con la prevenzione primaria si riduce l'incidenza del cancro tenendo sotto controllo i fattori di rischio modificabili e aumentando la resistenza individuale.