

Fondazione AIRC ha dato avvio alla consueta campagna per promuovere la ricerca sul cancro

Il mese del **Nastro Rosa**



Piero Cressoni

Fondazione AIRC per la ricerca sul cancro torna a indossare un nastro rosa incompleto, per sensibilizzare il pubblico e mostrare sostegno e vicinanza alle donne colpite dal tumore al seno, la neoplasia più diffusa nel genere femminile, che riguarda una donna su nove nell'arco della vita, con circa 53.000 nuove diagnosi in Italia solo nel 2019. Grazie ai costanti progressi della ricerca, la sopravvivenza a cinque anni dalla diagnosi è aumentata fino all'87%, ma c'è ancora molto da fare per raggiungere il pieno obiettivo: curare tutte le donne, accompagnarle nella realizzazione dei loro progetti di vita, come le protagoniste della campagna Nastro Rosa di AIRC.

Testimonial. «A 37 anni, scopro un nodulo al seno, ma rassicurata da un laboratorio di analisi, trascuro di fare ulteriori accertamenti. Anche perché nel frattempo scopro di essere incin-

ta di una bambina - racconta Valentina, una delle protagoniste di "TITS UP! Storie di donne in lotta contro il cancro al seno" serie podcast in sei episodi nata dalla collaborazione fra Fondazione AIRC e Storielibere.fm -. Alla venticinquesima settimana di gravidanza ho la diagnosi: carcinoma al seno 'triplo negativo', uno dei più aggressivi e difficili da curare. I giorni tra la biopsia e l'intervento sono i più duri, bisogna vedere se ci sono già delle metastasi. Ma l'operazione va bene, il tumore viene rimosso. Sono sottoposta a una chemioterapia studiata per me, per non danneggiare la bambina. Il 4 marzo nasce Anna e io completo il ciclo di chemioterapia e mi sottopongo a radioterapia. Oggi io e Anna, dopo dieci anni, stiamo benissimo».

Donazioni. Nel mese di ottobre AIRC diffonde informazioni e consigli sul sito nastrosrosa.it, sui social media con l'hashtag #NastroRosaAIRC, attraverso la rivista Fondamentale e grazie alla collaborazione dei partner: con le spillette Nastro Rosa AIRC

disponibili a fronte di una donazione minima di 2 euro nelle farmacie e nei punti di distribuzione, con carta di credito chiamando il numero verde **800.350.350** (attivo dal lunedì al sabato dalle **8.30** alle **19.30**), chiamando il **45521** da telefono fisso per donare 5 o 10 euro o inviando allo stesso numero uno o più sms del valore di 2 euro.

©RIPRODUZIONE RISERVATA

**PSICOLOGIA,
EVENTI
GRATUITI FINO
A VENERDÌ**



**Gli appuntamenti
accessibili online**

In occasione della Giornata Nazionale della Psicologia, che si celebrerà sabato prossimo, 10 ottobre in concomitanza con la Giornata Mondiale della Salute Mentale, l'Ordine degli Psicologi della Lombardia promuove una settimana di incontro e confronto sul tema della salute psicologica, parte essenziale del più ampio diritto alla salute garantito dall'art. 32 della Costituzione italiana. Fino a venerdì, in particolare, l'Ordine lombardo propone una serie di appuntamenti, tutti aperti al pubblico e accessibili gratuitamente online, per approfondire il ruolo della psicologia in cinque ambiti principali, ovvero la scuola, la gestione dell'emergenza, il servizio sanitario pubblico, la società, il lavoro. Il programma completo è disponibile sul sito opl.it. **PC**

©RIPRODUZIONE RISERVATA

LA DIETA CHE AIUTA A **COMBATTERE IL TUMORE**



Daniela Uva

Sono donne tra i 18 e i 75 anni, hanno una diagnosi di tumore del seno triplo negativo senza metastasi e dovranno sottoporsi all'intervento chirurgico, l'unica strategia al momento per fermare il cancro. È rivolto a loro lo studio Breakfast, che è stato avviato all'Istituto nazionale dei tumori di Milano. L'obiettivo è dimostra-

re l'efficacia della dieta mima-digiuno ciclica, da sola oppure in associazione al farmaco antidiabetico metformina, in pazienti sottoposti a chemioterapia.

Sperimentale. «La dieta che stiamo utilizzando è una terapia sperimentale, del tutto innovativa, che nasce dalla combinazione di solidi studi preclinici e clinici sul metabolismo tumorale a livello precli-

nico, e dalla tradizione del nostro Istituto a considerare gli approcci nutrizionali come potenzialmente terapeutici», spiega Filippo de Braud, direttore del dipartimento e della divisione di Oncologia medica ed Ematologia dell'Istituto. «La stiamo già utilizzando da tempo nell'ambito delle nostre ricerche, con obiettivi diversi». Lo studio prevede il coinvolgimento di 90 donne. La dieta sperimentale è costituita da cibi freschi della nostra alimentazione mediterranea a basso contenuto di carboidrati e di proteine, con un apporto calorico pari a circa 1800 Kcal suddivise in cinque giorni. Viene ripetuta ogni 21 giorni per otto cicli, in parallelo alla chemioterapia. Gli alimenti consistono essenzialmente in verdure - prevalentemente insalata, zucchine e verdure a foglia verde - olio di oliva e frutta secca perché è ricca di grassi buoni. Non ci sono invece carote, zucca o patate a causa del maggiore contenuto in carboidrati. No anche alle proteine di ogni genere, cioè carne, pesce, formaggi e legumi.

©RIPRODUZIONE RISERVATA