

► GIORNATA DELLA PREVENZIONE

Il cancro come una malattia cronica Tre milioni di italiani ci convivono

Diagnosi sempre più precoci e metodi d'avanguardia portano a scoprire i tumori con un'analisi del sangue. Siamo ai primi posti per tassi di sopravvivenza a 5 anni. Possibilità di guarigione passate dal 40 al 60 per cento

di **UMBERTO TIRELLI**



■ Aumentano i nuovi casi di tumore fra le donne e diminuiscono fra gli uomini. Nel

2016 le italiane colpite dalla malattia sono 176.200 (erano 168.900 nel 2015): in particolare quest'anno sono stati stimati 50.000 nuovi casi di tumore del seno (48.000 nel 2015), da ricondurre anche all'ampliamento della fascia di screening mammografico in alcune regioni, che ha prodotto un aumento significativo dell'incidenza tra i 45 e

i 49 anni.

GLI STILI DI VITA

Per gli uomini si assiste al fenomeno opposto, con 189.600 nuove diagnosi e un calo del 2,5% ogni 12 mesi (194.400 nel 2015): i big killer iniziano a fare meno paura, in particolare le neoplasie del polmone, prostata, colon-retto e stomaco. Nel 2016 sono state stimate complessivamente più di 365.000 nuove diagnosi di cancro: la neoplasia più frequente è quella del colon-retto (52.000), seguita dal seno (50.000), polmone (41.000), prostata (35.000) e vescica (26.600).

Sono questi alcuni dei dati che emergono da *I numeri del cancro in Italia 2016*, il censimento ufficiale dell'Associazione Italiana di oncologia medica (Aiom)

Nel 2016 registrati 365.000 nuovi casi. Numeri in aumento solo per le donne

e dell'Associazione italiana registri tumori (Airtum) giunto alla sesta edizione e presentato recentemente a Roma sotto l'egida del ministero della Salute in un convegno nazionale.

IL BIG KILLER

Nella lotta al big killer di tutti i tempi, il cancro, sono tanti e notevoli i passi avanti fatti nella diagnosi e la cura, ma è sul fronte della prevenzione che un maggiore slancio è oggi necessario, considerando che oltre 1 tumore su 3 si può prevenire proprio attraverso i corretti stili di vita, a partire dall'alimentazione e il no

al fumo.

È il messaggio lanciato, quest'anno, dalla Giornata mondiale contro il cancro che si celebra il 4 febbraio e che ha un motto emblematico: «We can. I can», ovvero «Noi possiamo. Io posso».

IL MALE CURABILE

Tema dell'edizione 2017 della Giornata mondiale - promossa dall'Unione internazionale contro il cancro (Uicc), organizzazione non governativa che rappresenta associazioni impegnate contro la malattia in oltre 100 Paesi, e sostenuta dall'Organizzazione mondiale della sanità - *Combattere il Cancro con la Prevenzione* e lo slogan «We

can. I can», sottolinea la Lega italiana per la lotta contro i tumori (Lilt), «indicano l'opportunità che tutti hanno di prendere parte al-

Ogni anno nel mondo 7,6 milioni di persone muoiono a causa di questa malattia

la battaglia contro il cancro.

LA PRESA DI COSCIENZA

Anche una singola persona può fare la differenza, perché è solo attraverso una compatta mobilitazione civile che si può vincere quello che un tempo era chiamato male incurabile». Oggi infatti, ribadiamo noi oncologi, il cancro è sempre di più una malattia cronica con cui si convive e dalla quale si può guarire, tanto che il tasso di guaribilità è passato dal 40% del 2000 al 61% attuale (con punte del 90% per cancro al seno e alla prostata).

Non solo: secondo le ultime stime l'Italia è ai primi posti, con il 32%, per tassi di sopravvivenza a 5 anni in Europa, collocandosi prima di Francia (27%), Germania (31%), Spagna (27%) e Gran Bretagna (18%). E l'esercito degli italiani sopravvissuti al cancro è ogni giorno più numeroso: erano 2 milioni e 244 mila nel 2006, sono oltre tre milioni nel 2016.

LE NUOVE FRONTIERE

Merito dei passi avanti della scienza: oggi le diagnosi sono sempre più precoci e con metodiche d'avanguardia come, ad esempio, la biopsia liquida, che consente di rilevare vari tumori da una semplice analisi del sangue, mentre tra le nuove frontiere terapeutiche un enorme potenziale è legato all'immunoterapia, che punta a risvegliare il sistema immunitario per

combattere il cancro e che ha già dimostrato importanti risultati di efficacia contro varie forme tumorali.

PIÙ CONTROLLI

Ma sulla prevenzione è necessario fare di più: «Il 40% dei casi di tumore può essere evitato grazie alla prevenzione, adottando cioè stili di vita sani», ricorda Carmine Pinto, presidente nazionale dell'Aiom, sottolineando come «movimento costante, corretta alimentazione e stop al fumo rappresentano proprio i pilastri di un corretto stile di vita».

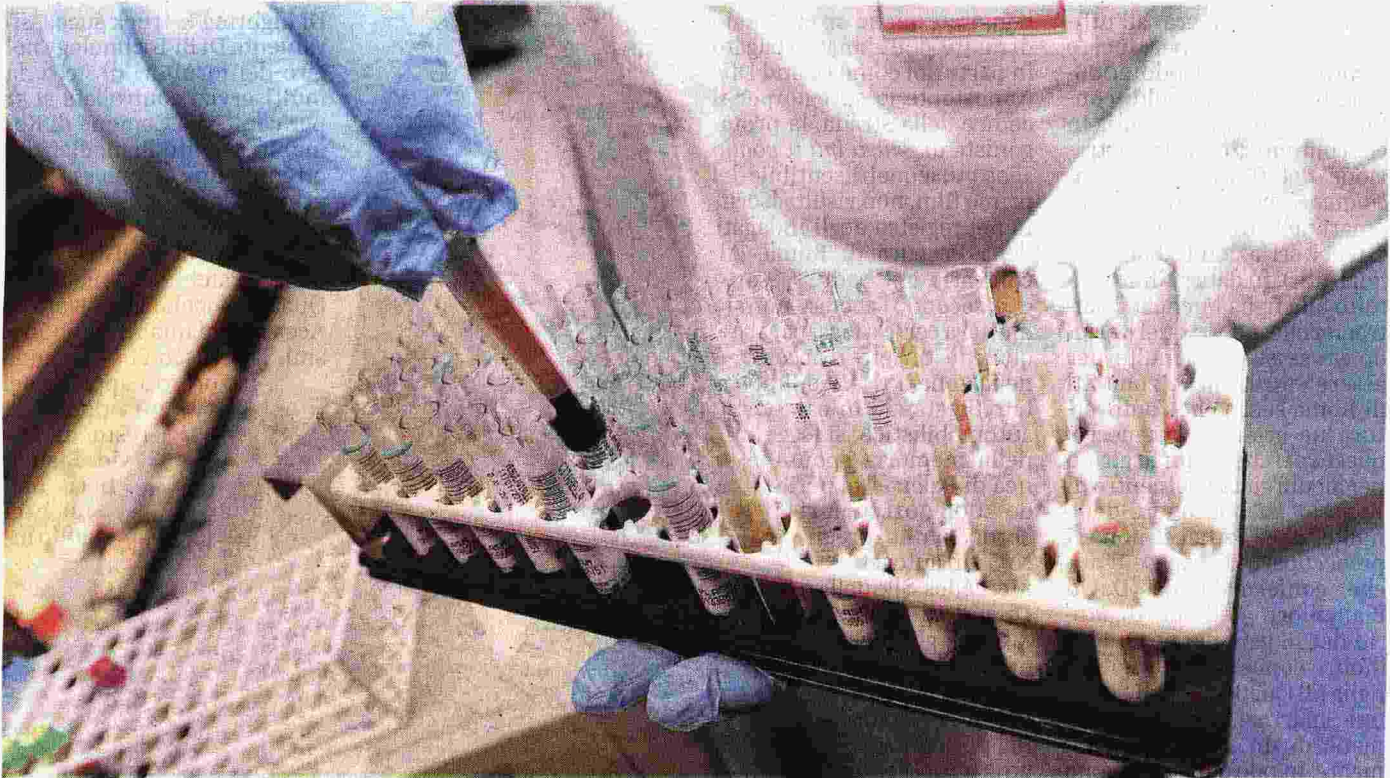
È dunque sulla prevenzione che oggi bisogna puntare perché, nonostante i passi avanti, i numeri restano allarmanti: ogni anno nel mondo a più di 12 milioni di persone viene diagnosticato un tumore e 7,6 milioni muoiono di questa malattia. Ma se non si adotteranno iniziative concrete, avverte l'Uicc, si arriverà a 26 milioni di nuovi casi e a 17 milioni di morti entro il 2030, soprattutto nei Paesi in via di sviluppo.

LE REGOLE D'ORO

Tra le regole d'oro per restare in salute: non fumare, mantenersi snelli, fare movimento, limitare il consumo di carne e gli zuccheri, limitare il consumo di alcool, dieta variegata, evitare cibi confezionati troppo raffinati, sia come prevenzione che per coloro che sono già ammalati di tumore.

www.umbertotirelli.it

© RIPRODUZIONE RISERVATA



NUOVE CURE La biopsia liquida, con una semplice analisi del sangue, consente di scoprire i tumori. Tra le nuove frontiere anche l'immunoterapia

