

Evento con il Patrocinio della Provincia di Trieste e dell'O.M.C.E.O Trieste



**GIOVEDÌ 17 GENNAIO ore 16.30**

presso la sala dell'Ordine dei Medici Chirurghi ed Odontoiatri di Trieste, Piazza Goldoni, 10

## “Alimentazione e prevenzione”

Saluti e Introduzione: Claudio Pandullo, Presidente O.M.C.E.O Trieste

Relatore: Paola Sbisà, medico specialista della nutrizione

Interranno: Rita Ceccherini, direttore Centro Sociale Oncologico Trieste

Giorgio Mustacchi, oncologo e docente Università degli Studi di Trieste

Bruna Scaggiante, Presidente LILT Trieste

E' la prima delle conferenze rivolte ai tutti i cittadini nell'ambito del progetto “**Guadagnare in salute sempre**” il cui obiettivo è diffondere le conoscenze e mettere a disposizione le competenze professionali su come sia importante prevenire le patologie tumorali, ma anche come si può aumentare la probabilità di guarigione con interventi su diversi aspetti della nostra vita.

Sempre di più viene riconosciuto che ognuno di noi ha un importantissimo ruolo attivo nel garantirsi una buona condizione fisica e “ben-essere”. Per questo, è di fondamentale importanza prendere coscienza di quali sono gli interventi che, in base alle conoscenze scientifiche attuali, possono migliorare il nostro stato salute generale. Tra questi, la corretta nutrizione e gli stili di vita, unitamente ad un incremento dell'attività fisica aerobica, hanno un impatto nettamente positivo sulla funzionalità dell'organismo e riducono statisticamente l'insorgenza di molte patologie e della mortalità ad esse correlata.

E' ormai comprovato che mantenere il peso forma, alimentarsi in modo corretto, adottare stili di vita sani e fare attività fisica riduce l'incidenza di neoplasie nella popolazione. Il sovrappeso e la sindrome metabolica correlata all'obesità inducono infatti una serie di fattori di rischio che aumentano la probabilità di sviluppare patologie tumorali e la progressione della malattia.

Appare perciò fondamentale il controllo del peso ed una corretta istruzione alimentare della popolazione, non solo in termini di prevenzione primaria, ma anche per agire in modo sinergico con i trattamenti terapeutici.

In particolare, le donne affette da carcinoma mammario, sottoposte a chemioterapia e radioterapia, per una concomitanza di fattori, ormonali, farmacologici, metabolici e psicologici tendono ad aumentare di peso peggiorando di fatto la prognosi. In tale momento, che si presenta di estrema delicatezza, è auspicabile un intervento multidisciplinare che si affianchi a quello terapeutico per migliorare lo stato globale di benessere dell'individuo e il decorso della malattia. E' per questo utile portare a conoscenza i contenuti del programma di istruzione alimentare e delle linee guida nazionali sulla corretta nutrizione e stile di vita, che mirano a prevenire l'incremento ponderale nelle donne operate al seno.

Si parlerà quindi di rapporti tra nutrizione, stile di vita ed insorgenza di neoplasie, degli alimenti favorevoli all'insorgenza del cancro e quelli protettivi da esso e delle linee guida utili alla corretta alimentazione. Sarà dato ampio spazio al pubblico per la discussione e le domande agli esperti.