

Ottobre Rosa all'Istituto Europeo di oncologia

LA PREVENZIONE È UN MODO DI VIVERE: COSÌ LO IEO COMBATTE IL CANCRO DEL SENO

Incontri, eventi, testimonial per il messaggio "È sempre l'ora della prevenzione", rivolto a tutte le donne a partire dai vent'anni. Anche a chi ha o ha avuto la malattia. Prima regola: occuparsi di sé.

Milano, 16 ottobre 2019 – In occasione dell'ottobre rosa l'Istituto Europeo di Oncologia lancia un messaggio di sensibilizzazione innovativo: **la prevenzione del tumore al seno è un modo di vivere che ogni donna può scegliere già a partire dai vent'anni e mantenere nel tempo, anche in caso di malattia.**

"Vogliamo convincere le donne che la prevenzione del cancro del seno non è un progetto rimandabile, da collocare prima o poi nella vita – dichiara Roberto Orecchia, Direttore Scientifico IEO – A ogni età e fase della vita c'è qualcosa che si può fare. Cosa in concreto? Ridurre le probabilità che il tumore compaia, attraverso due stili di vita fondamentali: alimentazione sana e attività fisica regolare (anche per le bambine); evitare che diventi una malattia diffusa, attraverso gli esami di screening che lo individuano precocemente; e anche qualora il tumore si fosse già manifestato, adottare tutte le misure a disposizione perché non si ripresenti (recidiva). Anche per chi ha già avuto un tumore del seno gli stili di vita e i controlli restano i capisaldi della prevenzione. Oggi inoltre la prevenzione è più efficace perché può essere personalizzata, cioè studiata in base alle caratteristiche di ogni donna e della sua famiglia. Quindi la prima regola è occuparsi di sé, mantenendosi in forma e imparando a conoscere il proprio seno. **L'autopalpazione deve iniziare a 20 anni** ogni mese e restare come abitudine per tutta la vita; **dai 30 anni** va effettuata visita senologica ed ecografia del seno una volta all'anno; **dai 40 anni**, se il radiologo lo ritiene opportuno, si inizia la mammografia ogni due anni; **dai 45 anni** si effettua la mammografia da associare e/o alternare all'ecografia, a seconda del tipo di mammella".

"IEO promuove un nuovo modello di cura e assistenza - dichiara Viviana Galimberti, Direttore della Senologia IEO - che prevede che il medico e l'ospedale in cui opera non circoscriva il suo ruolo alla fase acuta della malattia, cioè la rimozione del tumore dal corpo, ma si occupi anche della prevenzione e del recupero di una vita piena, ove possibile. Questo modello si è concretizzato in un'innovazione unica nel panorama italiano: lo **IEO Women's Cancer Center**, una struttura dedicata alla presa in carico a 360° della donna con tumore. Il Women's Cancer Center nasce con lo slogan "con la donna prima, durante e dopo la cura" e coinvolge più di 85 medici specialisti dedicati a questa missione, oltre al personale tecnico ed infermieristico".

"Crediamo che la donna non debba smettere di prendersi cura di sé quando è colpita da un tumore- aggiunge Galimberti, che è coordinatrice del Women's Cancer Center - Anzi, deve essere ancora più accudita. L'appoggio psicologico è fondamentale, ma non solo. Tra i nuovi servizi creati appositamente per il Women's Cancer Center da segnalare l'ambulatorio "Benessere", dedicato alla risoluzione delle problematiche indotte dalle cure oncologiche, in particolar modo alle conseguenze della menopausa. Esiste inoltre un ambulatorio dedicato ai disturbi sessuali di coppia, l'ambulatorio di nutrizione, il servizio oncofertilità e infine anche un servizio di agopuntura per il trattamento degli effetti collaterali da chemioterapia, e di molti altri disturbi".

Nel programma di Ottobre un calendario di incontri informativi-educativi in Istituto (<https://www.ieo.it/it/SCIENCE-IN-SOCIETY/Eventi-IEO/Eventi-in-corso/>) e una T-shirt indossata da medici,

pazienti e testimonial per dire **“SVEGLIA RAGAZZE, È SEMPRE L’ORA DELLA PREVENZIONE”**. Fra le prime vip ad aderire all’iniziativa: Lella Costa, Monica Guerritore, Mara Maionchi, Carla Signoris.

Per maggiori informazioni: <https://www.ieo.it/it/SCIENCE-IN-SOCIETY/Le-nostre-iniziative/ottobre-rosa-2019/>