



Centro Cardiologico  
Monzino



IEO  
Istituto Europeo di Oncologia

## Messaggio alle donne per l'8 marzo da IEO e Monzino

### FATE PREVENZIONE: UNA SCELTA DI SALUTE CHE CI RAFFORZA ANCHE NELLE EMERGENZE

Milano, 5 marzo – l'Istituto Europeo di Oncologia e il Centro Cardiologico Monzino lanciano un appello alle donne per la festa dell'8 marzo: **“La prevenzione è una scelta di vita e di salute che ci può rafforzare anche nelle emergenze, come quella attuale.** Mantenersi sani è una forma di coscienza e amore verso sé stessi e la medicina preventiva oggi offre numerose possibilità, soprattutto alle donne. Partecipate e fate partecipare ai programmi preventivi”.

**“Le emergenze, come quella che stiamo vivendo per il Corona-virus (Covid-19), rafforzano il principio della prevenzione** - dichiara Elena Tremoli, Direttore Scientifico del Centro cardiologico Monzino- Un organismo il più possibile sano dal punto di vista cardiovascolare, non può che rappresentare un vantaggio per fronteggiare un possibile contagio. Un motivo in più per fare prevenzione, fin da bambini. Ci rivolgiamo alle donne in particolare, non solo come riferimento per la salute di tutta la famiglia, ma perché sono quelle che paradossalmente sottovalutano di più la prevenzione per sé stesse, nella convinzione che le malattie cardiovascolari siano un problema maschile. Invece è vero il contrario: le donne sono più colpite dei maschi e ne muoiono di più. Il motivo non è solo la presenza di più fattori di rischio nella popolazione femminile. Anche l'assenza di consapevolezza di questi fattori da parte delle donne, e purtroppo anche dei medici, impedisce un'azione preventiva su larga scala, che potrebbe salvare molte vite. **Per questo tutte le donne dopo i 40 anni dovrebbero sottoporsi a visita cardiologica, anche in assenza di fattori di rischio cardiovascolari”.**

“Vogliamo, insieme al Monzino, ricordare alle donne che **la prevenzione non è un progetto rimandabile, da collocare prima o poi nella vita**– dichiara Roberto Orecchia, Direttore Scientifico IEO – E non pensiamo esclusivamente al tumore del seno, che rimane il più diffuso. Pensiamo anche quello del polmone che, dopo quello del colon-retto (che ha comunque numeri molto simili) è diventato il terzo tumore femminile per incidenza e per mortalità. Esistono tecnologie e programmi di screening molto avanzati anche per queste neoplasie, ma le donne purtroppo ancora non sono sufficientemente sensibilizzate e motivate ad aderire in massa. Eppure quando il mondo femminile si allea alla prevenzione, i risultati sono straordinari. Per esempio, per restare sul tema del momento, siamo sempre più vicini al controllo del **virus HPV (Human Papilloma Virus)**, che causa la maggioranza dei tumori della cervice uterina e molti tumori del cavo orale. Tutte le bambine e le giovani donne tra i 9 ed i 26 anni di età possono vaccinarsi per due tra i più importanti HPV oncogeni, evitando così in partenza il 70% dei tumori del collo dell'utero. **Con l'attuale estensione della vaccinazione ai maschi a partire dagli 11 anni possiamo sfiorare il 90%, arrivando ad una prevenzione quasi totale”.**

“Il punto cruciale per la tutela della salute rimangono gli stili di vita e in questo senso **la prevenzione è globale** – concludono i due Direttori Scientifici- I capisaldi sono pochi e semplici: no al fumo, alimentazione corretta e attività fisica regolare. Per chi vuole approfondire oggi iniziamo a proporre la prevenzione di precisione, vale a dire studiata su misura per ogni donna, tenendo conto degli aspetti personali come l'ambiente

famigliare e sociale, lo stile di vita, la presenza di stress, il lavoro e la progettualità, la situazione psicologica, oltre che i dati genetici e biologici. Siamo in grado di proporre **programmi di prevenzione personalizzati**: dai cambiamenti di stili di vita, all'assunzione di farmaci preventivi, all'intensificazione dei controlli, fino a soluzioni più radicali. Per far questo però abbiamo bisogno della partecipazione consapevole delle donne e della loro volontà di prendersi cura di sé”.

**IEO e Monzino sono in Italia i primi IRCCS (Istituti di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico) ad aver creato centri clinici specifici per la donna: IEO Women's Cancer Center e Monzino Women.** Insieme, le due strutture sono in grado di prevenire e farsi carico delle maggiori cause di malattia e disagio della donna, rispettando il suo mondo interiore ed esteriore. Entrambi i Centri rappresentano un progetto culturale comune che promuove la consapevolezza della donna circa le possibilità di proteggere la sua salute fisica e psichica.