

IL VOLUME GIÀ IN LIBRERIA SARÀ PRESENTATO AL MINISTERO DELLA SALUTE IL 24 SETTEMBRE

“Si può vincere”: in un libro le storie di chi ha sconfitto il tumore

Nelle loro parole l'angoscia e la disperazione al momento della diagnosi. Ma anche il coraggio di continuare a lottare con nuove armi come l'immunoterapia. Sono le testimonianze di nove uomini e sette donne che hanno affrontato il difficile percorso per

PER SAPERNE DI PIÙ

La menopausa: vivi questa fase della vita al top!

È un fenomeno fisiologico femminile che consiste nella scomparsa del ciclo mestruale in genere tra i 46 e i 55 anni. Molti sono i cambiamenti psico-fisici e metabolici che l'avvento della menopausa comporta: ma molte donne ancora oggi si sentono impreparate ad affrontarli. Ecco perché la Società Italiana di Ginecologia Oncologica (SIGO) promuove in collaborazione con Healthy Foundation la campagna “Menopausa meno...male!” Scopri? Valorizzare la salute della donna non più in età fertile, aiutarla ad affrontare meglio il cambiamento e diffondere una nuova cultura delle menopausa e della prevenzione. La donna è il nucleo della famiglia, si occupa della casa, dei figli, dei parenti più prossimi. Tutelare la sua salute significa curare la famiglia e, per estensione, contribuire al benessere della società. Scoprine di più sul sito: www.menopausamenomale.org.



sconfiggere il cancro, racchiuse nel volume *Si può vincere*, promosso dall'Associazione Italiana di Oncologia Medica (AIOM). Oggi queste persone vivono con una buona qualità di vita e, in alcuni casi, possono affermare di avere sconfitto la malattia. “Si tratta di un traguardo importante e inimmaginabile fino a pochi anni fa – spiega il prof. Carmine Pinto, Presidente nazionale AIOM –, reso possibile grazie a una maggior attenzione verso la conduzione di stili di vita sani e gli screening, ma anche grazie ai rapidi progressi della ricerca”. Il libro è parte integrante di un'ampia campagna informativa sull'immunoterapia, che stimola il sistema immunitario e si affianca a chemioterapia, chirurgia e radioterapia. Le nuove molecole

oggi disponibili, in primis Ipilimumab nel melanoma metastatico, e ora Nivolumab, per il trattamento del tumore al polmone non a piccole cellule (NSCLC) non squamoso metastatico, entrambi frutto della ricerca Bristol-Myers Squibb, hanno permesso di fare passi in avanti significativi. “Vivere dopo una diagnosi di cancro può essere complesso, ma le nuove terapie possono aiutare molti pazienti a ritornare alla loro quotidianità in modo graduale e in tempi brevi. –



prosegue il prof. Pinto – L'auspicio è che queste storie siano un messaggio-guida per quanti si trovano a lottare”. “È essenziale poter garantire a tutti le terapie che la ricerca mette a disposizione. – scrive il ministro della Salute, Beatrice Lorenzin nella prefazione del volume che verrà presentato al Ministero il 24 settembre – Aspirare a elevati standard di prevenzione e cura non risponde soltanto a ambizioni di progresso tecnologico e scientifico ma anche di civiltà e di democrazia”. *Si può vincere* (ed. Guerini, pp.170, a cura di Mauro Boldrini, Sabrina Smerrieri, Paolo Cabra) è già disponibile in libreria e i proventi delle vendite sono destinati alla Fondazione AIOM.

I NOSTRI CONSIGLI

Segui SAM, Salute al maschile e scopri le regole del tuo benessere

Otto italiani su 10 non si sono mai fatti visitare da un urologo e il 66% si rivolge al medico solo con sintomi ormai in fase avanzata. Eppure gran parte dei disturbi all'apparato riproduttivo maschile potrebbero essere prevenuti con stili di vita corretti. Ecco le 7 regole d'oro del benessere maschile:

1. Segui una dieta varia ed equilibrata.
2. Tieni sotto controllo il peso: la “pancetta” non è solo un problema estetico, aumenta la probabilità di sviluppare disturbi cardiovascolari, diabete e tumori.
3. Bevi molta acqua: almeno 1,5-2 litri ogni giorno.
4. Riduci al minimo il consumo di alcol: assumere quantità pari a 220 g al giorno (circa 5 volte il consentito) comporta un calo del livello di testosterone (il principale ormone maschile), principale causa di infertilità e impotenza.
5. Non fumare: Le sostanze nocive sprigionate dalla combustione di tabacco sono tra le principali responsabili di tumori (come quello al polmone e alla prostata) e malattie cardiovascolari.
6. Utilizza sempre il preservativo: è il metodo più adeguato per proteggersi da malattie e infezioni sessualmente trasmesse.

Per saperne di più visita il sito dedicato al progetto SAM, Salute al Maschile, promosso da Fondazione Veronesi insieme agli urologi italiani della SIURO (Società Italiana di Urologia Oncologica) e dell'AURO (Associazione Urologi Italiani) e partecipa al Quiz: “Quanto conosci le regole del benessere?”

