

AIOM: OGNI ANNO VENGONO DIAGNOSTICATI 4.900 NUOVI CASI DI TUMORE ALL'OVAIO

Caso Jolie, "i medici parlino di più con le donne per indirizzarle a una scelta consapevole"

"I medici devono avere la capacità di parlare con la donna a rischio di sviluppare un tumore dell'ovaio e di spiegarle tutte le conseguenze a cui va incontro a seguito dell'intervento di asportazione dell'or-

gano. È indispensabile che la paziente abbia la capacità e gli strumenti per valutare tutti i pro e i contro" -. il prof. **Carmino Pinto, presidente dell'Associazione Italiana di Oncologia Medica (AIOM)** sottolinea che la scelta di Angelina Jolie di sottoporsi all'intervento di ovariectomia, a un anno di distanza dalla duplice mastectomia preventiva, può rappresentare un momento proficuo di riflessione, sia per i clinici che per le pazienti. "Il 40% delle donne con mutazione del gene BRCA sviluppa il tumore dell'ovaio -. spiega l'oncologo -. Ogni anno si registrano 4.900 nuovi casi. Va ricordato che non esiste uno screening efficace per una malattia che non presenta sintomi chiari. Ma la scelta di sottoporsi all'intervento chirurgico deve rientrare in un articolato percorso di cura. Questo tipo di tumore colpisce spesso persone molto giovani, di età inferiore ai 30 anni. Le conseguenze dell'operazione sono l'infertilità e la menopausa



precocemente: una decisione di questo tipo deve essere ponderata e valutata in profondità". Per questo AIOM ha già stilato un documento operativo sulle migliori strategie d'azione, predisponendo una serie di indicatori che le Unità Operative di riferimento sul territorio devono rispettare. "Nel nostro Paese - conclude il prof. Pinto - va migliorato l'accesso al test genetico per tutte le donne a rischio, cioè quelle che hanno avuto un tumore al seno da giovani o che presentano una forte familiarità. E deve essere gestita con attenzione la fase successiva a questo esame, per definire con la paziente il percorso di cura. Occorre sviluppare la cultura del

counselling genetico con tutti gli attori coinvolti: l'oncologo, il genetista e lo psicologo. Solo così potremo capire a fondo le aspettative della donna".

PICCOLI DISTURBI

Sposatezza? Affidatevi alle proprietà della pappa reale

Il cambio di stagione, l'aumento della luce e il continuo variare delle temperature possono essere fonte di stanchezza e affanno, sposatezza. Ma un rimedio arriva come sempre dalla natura: potete affidarvi alla pappa reale. Questa sostanza viene prodotta dalle ghiandole salivari delle api operaie per nutrire le larve e l'ape regina. E' molto utile in caso di stress, affaticamento e convalescenza, perché è in grado di rafforzare le difese immunitarie e la resistenza. Per questo favorisce la guarigione dalle malattie ed è un'ottima alleata contro la stanchezza. Ecco perché è consigliata anche agli sportivi. Frequenti sono, inoltre, gli utilizzi anche in ambito estetico: la pappa reale diminuisce la fragilità delle unghie, riduce la caduta dei capelli, previene la comparsa della forfora e, attraverso il suo uso topico, rende più morbida ed elastica la pelle. Le dosi da assumere variano in base alle condizioni di salute e all'età. In linea generale: l'assunzione di mezzo grammo al giorno per la durata di un mese è sufficiente per trarne benefici.



APPUNTAMENTO

Sergio Floccari, professore per la nuova tappa di "Non fare Autogol"

Si svolge domani a Sassuolo il nono appuntamento della quinta edizione di "Non fare autogol", la campagna itinerante promossa da AIOM (Associazione Italiana di Oncologia Medica) per la sensibilizzazione degli adolescenti sui fattori di rischio per la loro salute con la Presidenza del Consiglio dei Ministri, il CONI, la Federazione Italiana Giuoco Calcio (FIGC) e la Federazione Medico Sportiva Italiana (FMSI). Il dott. **Luigi Cavanna, Coordinatore Regionale AIOM Emilia Romagna con Sergio Floccari**, attaccante del Sassuolo saliranno in cattedra al Liceo "Formigini" per incontrare gli studenti e spiegare loro come "non fare autogol" alla propria salute, e prevenire pericolose malattie e tumori attraverso stili di vita e comportamenti corretti.

SPORT ALL'ARIA APERTA

I rollerblade, perfetto mix tra forma e divertimento



Primavera, tempo di belle giornate e voglia di stare all'aria aperta. Magari facendo un po' di movimento con un paio di rollerblade ai piedi. I pattini in linea, infatti, sono un ottimo modo per tenersi in forma divertendosi: sviluppano capacità aerobica e di resistenza, come la corsa e il ciclismo, ma sono più delicati nei confronti delle articolazioni come ginocchia e caviglie. I muscoli più coinvolti sono, in particolare modo glutei, quadricipiti, zona lombare, adduttori e adduttori. Ma non sono lavorano solo le gambe: per mantenere l'equilibrio e avanzare con i pattini, è necessario oscillare le braccia, ottenendo benefici anche per questa parte del corpo. Il pattinaggio è utile anche per chi vuole perdere qualche chilo di troppo: il dispendio energetico è davvero importante e va dalle 300 calorie in un'ora di andatura media alle 600 calorie orarie bruciate con ritmi più veloci. Inoltre, quest'attività ha ripercussioni positive anche sull'umore!