



nde rischio ui fattori di allarme



Malattia Una paziente oncologica abbraccia un familiare

Frutta e verdura
Infine l'abitudine alimentare. «Frutta e verdura sono alimenti privi di grassi e ricchi di vitamine, minerali e fibre, per questo — si sottolinea — giocano un ruolo protettivo nella prevenzione di cardiopatie e tumori, in particolare per i tumori che coinvolgono il tratto digerente». I trentini sono in cima alla classifica: il 9% dichiara di consumare almeno 5 porzioni di frutta o verdura al giorno, contro la media nazionale del 7%.

I dati sui tumori
In tutta Italia, in base alle analisi statistiche condotte da Airtum (Associazione italiana registri tumori), si stimano circa 390mila nuove diagnosi di tumori maligni nel 2024, 214mila tra gli uomini e 175mila tra le donne. Negli uomini i quattro tumori più comuni sono quelli alla prostata, al polmone, al colon-retto e alla vescica. Nelle donne, invece, alla mammella, al colon-retto, al polmone, dell'endometrio e alla tiroide.

grande che si può fare». R.S. non si è mai fermata. Ha continuato a camminare beffando quel mostro di tumore, ma nel vero senso del termine, perché lei dopo la chemio non riusciva ad alzarsi dal letto. «Ogni giorno mi dicevo "alzati" — rivela — Camminavo prima intorno a casa, poi per i boschi e le montagne». Lei si è spinta sempre più lontana, uscendo dal tunnel di quella tremenda malattia. Quella di R.S., pur essendo una storia anonima, rappresenta un racconto di speranza che vuole infondere coraggio a tutti coloro stanno affrontando il tremendo percorso della malattia. Oggi, questa donna, si è lasciata alle spalle il buio, si è rialzata, perché la ricerca ha offerto nuove possibilità. La medicina e la determinazione sono l'arma che stanno modificando le aspettative di sopravvivenza e il modo in cui le persone affrontano il cancro.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Galligioni (Pezcoller): «Cancro, ogni giorno muoiono 4 persone nel nostro territorio»



Fino a pochi anni fa si consigliava di bere un bicchiere di vino al giorno, ma non è affatto vero. Per fortuna oggi abbiamo fatto passi in avanti

Guida
Enzo Galligioni,
presidente
della Fondazione
Pezcoller

L'intervista

L'ex primario di Trento: «Luganega, insaccati, speck e vino: a tavola si tende a esagerare»

«In media ogni giorno 4 trentini muoiono di cancro». A dirlo è il presidente della Fondazione Pezcoller, Enzo Galligioni, già direttore del reparto di oncologia dell'ospedale Santa Chiara di Trento e vicepresidente della Lilt trentina. In provincia si stimano circa 2.600 nuove diagnosi di cancro all'anno (1.400 tra gli uomini e 1.200 tra le donne) e circa 1.470 decessi oncologici. «I dati sono relativi al 2021, ma sono perfettamente in linea con il nuovo report sul 2024», dice l'ex primario.

Qual è l'incidenza dei



Il tumore è la seconda causa di morte in Italia. A livello nazionale ogni giorno mille persone si ammalano e 500 perdono la vita a seguito del cancro

tumori sui decessi?
«Il cancro è la seconda causa di morte in Italia, e anche in Trentino. Ogni giorno ci sono 1.000 italiani che si ammalano e 500 che muoiono di cancro. In provincia ogni giorno 7 trentini si ammalano e 4 muoiono di cancro».

Qual è il peso delle abitudini e degli stili di vita individuali?
«Il 30% dei tumori è attribuibile al fumo, un altro 30% al binomio sedentarietà-obesità, il 4-10% all'alcol. Poi bisogna stare attenti anche all'esposizione al sole».

Qual è il trend del consumo di tabacco?
«Si rileva una tendenza alla diminuzione, non a caso i canceri derivati dal fumo di sigarette stanno calando, in tutto il mondo e anche in Trentino. Oggi sono i giovani quelli che fumano di più, mentre i vecchi sono quelli che tendono a non fumare».

In Trentino l'unico fattore

di rischio con percentuali sopra la media nazionale è il consumo di alcol. Come si può leggere questo dato?
«In Trentino si beve tanto, è vero. Così come si beve tanto nel resto del Nord: dalla Valle d'Aosta al Friuli-Venezia Giulia. C'è quindi una zona d'Italia che registra consumi elevati».

Nel report «I numeri del cancro 2024» si denuncia una sottovalutazione del problema dell'abuso di alcol tra gli operatori sanitari. È così?

«Dobbiamo tener conto che veniamo da anni in cui si diceva che bere un bicchiere di vino al giorno fa bene. Adesso nessuno può dirlo con cognizione di causa. L'eccesso di vino fa male: il vino è un cancerogeno. Dunque, è vero che ci sono ancora poche persone che ricevono l'indicazione di bere meno o di non bere proprio, ma rispetto al passato sono stati fatti passi in avanti. Il punto di vista sta cambiando. E ancora di più è cambiata l'attenzione nei confronti del sovrappeso, non considerato per decenni. L'eccesso ponderale e la scarsa attività fisica sono un binomio che incide pesantemente sulla salute delle persone».

Qual è la situazione in Trentino?

«Il dato delle persone in sovrappeso è in linea con la media nazionale (40%). Perché? È vero che siamo sportivi e che abbiamo tanta verdura, ma in Trentino il consumo di insaccati, luganega e speck è quotidiano. Questi alimenti — più in generale tutta la carne lavorata — devono essere mangiati con attenzione perché possono essere cancerogeni in base alla quantità e favoriscono l'accumulo di grasso di origine animale. In Trentino si pensa che sia sufficiente la qualità dell'aria e dell'acqua, ma non si dice che tendiamo a esagerare quando stiamo a tavola».

Qual è il livello di prevenzione?

«Il Trentino è ai primi posti per la diffusione e la risposta alle attività di screening. Il nostro territorio è riconosciuto a livello nazionale sia per lo screening mammografico sia per il pap-test. Addirittura nel 2025 parte anche la campagna di vaccinazione gratuita per il virus del papilloma, non solo per le donne, ma anche per gli uomini, e viene estesa alle donne fino ai 40 anni e agli uomini fino ai 30 anni. Il Trentino è stato anche il primo territorio a vietare il fumo nei locali pubblici, prima ancora della legge nazionale. Da più di quarant'anni, inoltre, la Lilt fa prevenzione in appoggio all'azienda sanitaria».

T. D. G.

© RIPRODUZIONE RISERVATA