Aprile 2019 imp..qxp_Sett. 2017 10/06/19 11:37 Pagina 1

ANVOLT INSIEME A TE NELLA PREVENZIONE E NELLA CURA ONLUS
Associazione Nazionale Volontari Lotta Contro i Tumori

Più Prevenzione meno Cancro

Dona il tuo 5×1000 codice fiscale 07549830151

Poste Italiane S.p.A. Sped. in A.P. D.L. 353/2003 (Conv. in L. 27/02/2004 n. 46) Art. 1 Comma 2 – LO/MI - ANNO 34 N° 4 Aprile 2019

Intervista **esclusiva** al dr. **Domenico Vitobello**, Responsabile dell'Unità Operativa di Ginecologia presso l'Humanitas di Milano.
pag. 5

In occasione della **Festa della Donna**, Supermercati Eurospar Despar Zanon ha deciso di sostenere le delegazioni ANVOLT nel Trentino Alto Adige
pag.7

«Con ANVOLT Vicenza tra passato, presente e futuro»

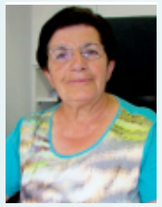
Ci rechiamo nella sede ANVOLT di Vicenza dopo parecchio tempo dall'ultima volta. Molte cose sono cambiate, prima tra tutte che non c'è più il delegato che abbiamo conosciuto e incontrato diverse volte, Alberto Marchetto, che ci ha lasciato qualche mese fa. È stato degnamente sostituito da Giorgio Esculapio, una delle colonne di ANVOLT in quel di Padova con un passato, e di conseguenza un legame affettivo forte, proprio nella delegazione di Vicenza. La squadra di volontari qui è un mix di nuove leve e figure che hanno abbracciato l'associazione da lungo tempo. Oggi incontriamo proprio una di queste ultime, Debora Doria, che nel corso del tempo è diventata il braccio destro del responsabile di ANVOLT a Vicenza, e lo è tutt'ora. Ci sediamo di fronte a lei nella sede di via Vigna.

GLI INIZI

La storia di Debora con ANVOLT è di lungo corso e ha un inizio curioso, che spiega alla perfezione la missione dell'associazione. Debora ha infatti conosciuto ANVOLT per una visita di prevenzione, che si era recata a effettuare dopo essersi informata su quale potesse essere il posto adeguato dove far-

segue a pag. 2

Il Presidente



«Cari amici, siamo reduci dal successo della tradizionale "tre giorni" di visite di prevenzione dei tumori femminili in orario non stop nei nostri ambulatori, che ha visto un enorme afflusso di utenti in tutta Italia, e questo è di buon auspicio per il futuro. Vedere uno dei capisaldi della nostra attività, la prevenzione, venire tanto considerato è per noi un'iniezione di fiducia che ci dà valide motivazioni per il futuro. Affrontiamo il mese di aprile quindi con grande energia e ben consapevoli che le basi su cui poggia la nostra attività sono ben solide, e la considerazione nella quale veniamo tenuti da molti cittadini è alta. Sarà un mese importante anche per la direzione, che si trova ad affrontare un momento importante dal punto di vista organizzativo per l'associazione e che mi vede coinvolta in prima persona. Abbiamo stimolanti obiettivi all'orizzonte da raggiungere e ogni obiettivo è possibile grazie all'impegno di tutti e alla vicinanza di chi ci sostiene con la mente e materialmente. Persone a cui voglio, ancora una volta, dire con il cuore il mio grazie. Un saluto a tutti».

Testimonianza

Attilio Fontana, presidente della Regione Lombardia: «La regione Lombarda è un esempio di volontariato vero e utile alla comunità. Sul nostro territorio abbiamo un grandissimo numero di associazioni che fanno il loro dovere senza fermarsi davanti alle difficoltà e ai problemi del quotidiano. Persone straordinarie e valide che decidono spontaneamente di dedicare un po' del proprio tempo agli altri, dando a noi tutti una grossa mano. Potrei anzi dire che il pubblico, in Lombardia, funziona in maniera assolutamente efficace proprio perché esiste un volontariato che lo supporta, che gli sta sempre accanto in maniera incessante.
Anche per questo, la regione Lombardia oggi può essere un grandissimo e affascinante esempio, da importare, non solo per l'Italia ma per il resto d'Europa.
Considero personalmente il volontariato un vero pilastro della solidarietà nella nostra società non solo perché è utile, ma perché rende tutti noi più bravi e anche più buoni».

Aprile 2019 imp..qxp_Sett. 2017 10/06/19 11:37 Pagina 2

«Con ANVOLT Vicenza tra passato, presente e futuro

la in città. «L'informazione» ci racconta «mi era arrivata proprio dal signor Marchetto che conoscevo per motivi personali anche al di fuori dell'associazione. Cominciò a parlarmi così tanto e bene di questa realtà che fui presa dal desiderio di provare e mi trovai benissimo». Debora continua spiegando come una semplice visita si sia trasformata in un'occasione per conoscere meglio la realtà di ANVOLT, culminata con la proposta dell'allora delegato di entrare a far parte della squadra di volontari. «Mi disse che c'era tanto da fare», ricorda oggi Debora, «e accettai con entusiasmo, quasi senza pensarci abbracciai immediatamente la causa dell'associazione». Da qual momento Debora entra a pieno titolo nella nostra squadra locale e muove i primi passi come telefonista, occupandosi saltuariamente anche di altre mansioni. «Non è stato difficile» ci svela «entrare nel ruolo di volontaria a sostegno della lotta contro le malattie oncologiche perché a casa mia di volontariato si era sempre parlato e anche mio fratello è sempre stato volontario dell'ANFASS. In qualche modo per me quella del volontariato è una passione e l'ottimo clima tra le persone che si respira qua dentro» aggiunge «ha completato l'opera nel farmi sentire molto presto una del gruppo».

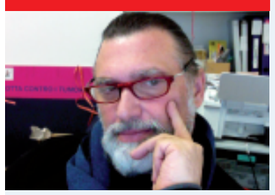
L'ATTIVITÀ A PIENO REGIME

Le giornate da volontaria di Debora trascorrono soprattutto al telefono, a raccontare ciò che ANVOLT Vicenza offre e ad ascoltare le storie che, spesso, chi è dall'altra parte del filo, ha voglia di raccontare. «Io chiamavo per parlare dei nostri servizi», ci racconta Debora, «e per chiedere una donazione ma quasi sempre finivo a confortare il mio interlocutore che in molti casi era afflitto da una problematica legata a una patologia oncologica. E, donazione o non donazione, io questa parola di conforto l'ho sempre data». Forse anche per questa sua grande capacità di empatia nei confronti dell'utenza ANVOLT Debora viene, nel corso del tempo, "promossa" a gestire l'attività dell'ambulatorio. Quest'ultimo è infatti il cuore pulsante dell'attività, può contare su visite di controllo per la prevenzione dei tumori femminili alle quali, nel corso del tempo, si sono aggiunte quelle per il controllo dei nei. «Ho cominciato a gestire l'agenda dell'ambulatorio», dice la nostra protagonista, «che nel corso del tempo è diventata sempre più fitta dato l'enorme afflusso di utenza, via via sempre crescente. In questo senso mi sono sentita davvero protagonista della missione di ANVOLT in città: quella di convincere il più alto numero possibile di persone dell'importanza della prevenzione in ambito oncologico e direi proprio che è una missione che stiamo portando avanti nel migliore dei modi». I giorni di visita aumentano così come i medici, che si recano presso l'ambulatorio e chi dirige il traffico di questa affluenza è proprio la protagonista della nostra storia.

Giorgio Esculapio è il delegato ANVOLT a Vicenza «Ho preso in mano la delegazione di Vicenza in un momento delicato, dopo la scomparsa del precedente responsabile Alberto Marchetto. Posso dire con orgoglio di essere riuscito a mantenere vivo tutto ciò che di buono era stato fatto in precedenza, mettendoci anche del mio per migliorare là dove era possibile farlo. In particolare, il nostro attuale fiore all'occhiello è l'ambulatorio per le visite di prevenzione oncologiche che fa registrare numeri sempre più consistenti. Possiamo contare sulle visite di prevenzione ginecologiche, con l'utilizzo di un ecografo, e di controllo dei nei per la prevenzione dei tumori della pelle; inoltre sulla presenza di un nutrizionista e di un servizio di linfodrenaggio. Grazie a chi è protagonista in prima persona nell'erogazione di questi servizi e a tutti i volontari dell'associazione vicentina».

L'importanza della propria parte

editoriale



Nella foresta dei grandi alberi un giorno scoppiò un incendio che si espanse verso il cielo e tutt'intorno. Gli animali fuggirono verso la cima della montagna innevata fatta eccezione per il colibrì che invece si diresse verso il lago. Raggiunta l'acqua il colibrì iniziò a riempire il becco d'acqua andando avanti e indietro, dal fiume all'incendio, per poi raggiungere nuovamente il lago e tornare indietro con altra acqua. Pur essendo così piccolo e apparentemente indifeso, il colibrì dimostrò un grande coraggio ma il leone, re della foresta, gli domandò: "Che pensi di fare con una goccia d'acqua?". Il colibrì rispose: "Sono la goccia d'acqua che porto in dono". Il leone rispose che non sarebbe mai riuscito a spegnere l'incendio con quella quantità minima di acqua ma il colibrì replicò: "Forse, ma faccio la mia parte".

Questa vecchia leggenda è sempre più attuale e ci insegna parecchio. Soprattutto, fa meditare sulle risposte che ognuno di noi dà, e invece dovrebbe dare, nella vita. La nostra comunità spesso si rassegna alla situazione e quindi non fa niente né per estinguere il simbolico incendio cui si trova davanti tutti i giorni né per limitarlo. Il piccolo colibrì è invece l'esempio che pensa anche agli altri mostrando ciò che ognuno degli animali dovrebbe fare. Così come vale per la nostra vita di tutti i giorni. Non far niente perché si pensa che quello che si può fare sia poco non è certo la strada giusta. Ma spesso è un atteggiamento che colpisce la gran parte di noi. Aiutare, anche con un piccolo gesto, gli altri può essere invece l'inizio di un atteggiamento diverso. Perché fare la propria parte è già la metà dell'opera e la somma di tanti poco può rappresentare il molto per tutti.

ANVOLT si sforza di coinvolgere sempre più persone possibile in un atteggiamento di questo genere e in molti casi ci riesce. Per far sì che la società possa diventare, prima o poi, una sola entità che abbracci le difficoltà di tutti, a partire dai malati, e cerchi di risolvere i loro problemi. Partendo dalla propria, magari piccola ma importante, parte.*F/T*

Se vuoi aiutarci c.c. b. cod. iban IT 29A 01030 01663 000061266296 c/o Monte dei Paschi di Siena ag. 10 Milano - c.c.postale 28903201

da pag. 1

UNO SGUARDO AL FUTURO

Debora sposta poi la nostra attenzione su un altro degli aspetti fondamentali dell'attività di ANVOLT a Vicenza, vale a dire lo spirito di gruppo. «Qui ogni particolare viene curato da più persone», ci rivela, «perché se esiste un responsabile di qualcosa altrettanto c'è sempre una figura di supporto, in grado di dargli una mano. E questo viene fatto in maniera spontanea, per spirito di squadra appunto». Lo stesso spirito che ha permesso a Debora e agli altri volontari di affrontare al meglio il delicato passaggio dal delegato precedente, cui erano tutti molto legati, al nuovo col quale si è instaurato subito un ottimo rapporto. «Abbiamo recepito all'inizio la sensazione di un grande vuoto» ammette oggi Debora «che ci ha spiazzato e Giorgio è stato davvero bravo a riempirlo ridando stimoli a tutta la squadra di volontari, che è stata capace di rialzarsi e superare brillantemente un periodo difficile». Per concludere Debora ci parla del futuro e dei due obiettivi che si è prefissata per gli anni a venire. «Io desidero innanzitutto poter continuare a dare a lungo il mio contributo a questa realtà, perché ormai in qualche modo fa parte di me. Poi mi auguro che ANVOLT sia sempre più conosciuta. Perché se nella città di Vicenza ormai siamo una realtà consolidata, nel territorio della provincia c'è ancora spazio per compiere ulteriori passi in avanti. E spero questo possa accadere presto». Lo auguriamo di cuore a lei e a tutta questa brillante squadra di volontari.

«Una missione da affrontare con orgoglio»

Emanuela Liotto è una delle più longeve volontarie di ANVOLT a Vicenza, dove si occupa di raccolta fondi e supporto alle diverse mansioni della delegazione.

Come ha conosciuto il mondo ANVOLT?

«Per caso, ero alla ricerca di un'attività di volontariato che occupasse un po' del mio tempo e ho notato un annuncio in cui si manifestava la necessità di "nuove leve" da parte dell'ANVOLT a Vicenza.
Mi sono presentata ed eccomi qua ancora oggi: un po' del mio tempo è diventato tutto il mio tempo libero dagli impegni familiari possibile».

Cosa le è piaciuto dell'associazione?

«L'immediata empatia verso le persone che ne facevano parte, a partire dal delegato di allora Alberto Marchetto e che poi è proseguita anche con l'attuale Giorgio Esculapio.
Qui il clima sereno è uno degli aspetti fondamentali per riuscire bene in quello che si fa».

Com'è il rapporto con gli altri volontari e in particolare con Debora?

«È ottimo e proprio con lei è nata un'amicizia che va al di là del tempo trascorso qui come volontarie di ANVOLT e prosegue anche fuori».

Qual è la caratteristica principale, secondo il suo parere, per essere un buon volontario?

«Il cuore, bisogna metterci tanto cuore per affrontare ogni situazione, anche la più difficile, con il dovuto impegno e l'approccio corretto. Quella del volontariato, in particolare in ambito oncologico, è una vera e propria missione che personalmente affronto anche con grande orgoglio».

Lo scopo principale di questa missione?

«Alleviare le sofferenze di chi è già malato e, soprattutto, inculcare nella popolazione il messaggio di quanto sia importante la prevenzione, anche grazie all'attività del nostro ambulatorio, che va a gonfie vele».

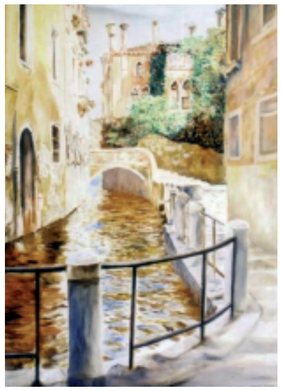
Se vuoi aiutarci c.c. b. cod. iban IT 29A 01030 01663 000061266296 c/o Monte dei Paschi di Siena ag. 10 Milano - c.c.postale 28903201

Aprile 2019 imp..qxp_Sett. 2017 10/06/19 11:37 Pagina 4

«Il professore e la bellezza ritrovata… con ANVOLT»

Il prof. Stefano Stradiotto

Il prof. Stefano Stradiotto ha dedicato tutta la sua vita alla bellezza. Si è laureato all'Accademia delle Belle Arti di Venezia, ha lavorato per anni alla Biennale Teatrale della Serenissima, ha curato per "Tele Venezia" una rubrica sull'infanzia e i suoi colori, si è speso di continuo in consulenze culturali. Per un anno – il 1991 – è stato anche assessore alla cultura nella città di Mira, non lontano da Venezia. Poi, otto anni fa, è andato in pensione come professore di architettura e arte in un liceo della Laguna, continuando a partecipare volontariamente all'organizzazione di diversi eventi artistici in paesi vicini e lontani. Trascorreva così molto tempo a dipingere senza sosta paesaggi dell'amatissima Venezia, composizioni floreali e figure femminili, con una modella preferita e favorita come la sua splendida consorte. Tutto perfetto. Ma quattro anni or sono, il destino ha provato invece a toglierlo dal mondo della bellezza per immergerlo in quello brutto della sofferenza. «Dopo avermi fatto TAC e risonanza magnetica» scherza oggi il professore «il dottore dell'ospedale di Venezia ha cominciato a parlarmi di mieloma e io pensavo che si trattasse di un dolce!». Non gli è stato necessario molto tempo per capire che si trattava piuttosto di qualcosa che minacciava di rendergli la vita amara e dura per molto tempo. Con il passare dei giorni infatti la colonna vertebrale gli faceva sempre più male, i suoi giorni diventavano neri e lui ha così buttato in un angolo cavalletto, tavolozza e pennelli. È stato operato, poi ha cominciato la chemioterapia con tutte le sue conseguenze dolorose come perdita di capelli, vomito, buonumore a livelli minimi e così via. A un certo punto il professore si è addirittura accorto che la vita a Venezia e a Mestre aveva cominciato a deprimerlo, era diventata insopportabile. Forse perché il fiume quotidiano di turisti rendeva la bella Serenissima invivibile, o forse perché, chissà, i medici curanti lì avevano effettuato una diagnosi sbagliata? Fatto sta che due primavere fa il professor Stradiotto si è quindi trasferito definitamente a Padova. Qui ha continuato la lotta contro la brutta malattia e i brillanti medici dell'ospedale locale, pur confermando la diagnosi, lo hanno sottoposto a un metodo di cura all'avanguardia come l'immunoterapia. Dopo non molto tempo si è sentito meglio, e secondo le sue parole un ruolo importante per questo lo ha avuto proprio l'ambiente di Padova. Perché è una città giovane, piena di vita, con migliaia di studenti universitari, che rendono l'esistenza gradevole anche dentro le strutture sanitarie, dove sono una presenza costante e gioiosa. Il colpo di grazia alla sua depressione e alle sue sofferenze il professore dice lo abbia dato però, più di un anno fa, l'incontro con Giorgio – il delegato ANVOLT di Padova. Non poteva guidare e, siccome doveva recarsi quasi ogni giorno all'ospedale, ha chiamato in associazione per chiedere aiuto e il responsabile gli ha risolto immediatamente il problema. «Qui all'ANVOLT» ci spiega il professore nella sede della delegazione padovana «non c'è l'automatismo burocratico dell'ospedale, tutti sono comprensivi, disponibili, ti ascoltano, ti aspettano, uno si sente accolto tra buone mani». Il professore ha conosciuto tre o quattro volontari ANVOLT di Padova, tutti positivi, nella sua descrizione, allegri, capaci di creare un confortevole clima di ascolto e di amicizia. Insomma bravi a fare il loro dovere, anche se il professore ha una cosa da suggerire ai suoi amici volontari. «Non si conoscono l'un l'altro, bisogna che vadano qualche volta in trattoria insieme, o si prendano almeno un caffè ogni tanto per conoscersi meglio l'un con l'altro, impegni permettendo!». Alla fine del nostro incontro il professore ci dice, sotto voce, che vuole ringraziare l'associazione per tutto quello che ha fatto per lui regalandole uno dei suoi ultimi quadri. Perché, da qualche mese, ha ritrovato il cavalletto, la tavolozza e i pennelli. Vale a dire gli strumenti che gli hanno permesso di immergersi di nuovo nel mare della bellezza e di dimenticare, almeno per un po', il male che lo ha colpito. *R/M*



«È un'attività impegnativa che mi riempie di soddisfazione»

In cosa consiste la sua attività come volontario?

«Nella maggior parte dei casi accompagno in ospedale per effettuare le cure chi si rivolge all'ANVOLT per un aiuto. È un'attività impegnativa che però mi riempie di soddisfazione».

Perché è impegnativa e perché la riempie di soddisfazione?

«In primis non è facile avere a che fare con l'argomento malattia oncologica in generale. Poi perché spesso gli accompagnamenti hanno luogo al mattino presto e ci vuole grande energia per farli. La soddisfazione deriva invece dalla sensazione concreta di fare qualcosa di buono per chi ha bisogno davvero di una mano».

Nel caso di Stefano è così?

Luca Ratta è un volontario di ANVOLT a Padova e si occupa principalmente di accompagnamenti

«Sì lui è molto riconoscente per quello che facciamo e i nostri incontri si trasformano spesso in chiacchierate che, credo, fanno bene a entrambi. In qualche modo ci arricchiscono».

Come?

«Stefano è una persona colta e interessante, in grado di intrattenerti e io per lui rappresento uno sfogo, una figura con la quale aprirsi».

Quanto è importante la capacità di ascoltare per effettuare questo genere di servizio?

«È tutto o quasi. Essere disponibili a ricevere i racconti di chi sale in macchina con noi è imprescindibile per instaurare dei buoni rapporti e compiere al meglio la missione che ci siamo dati: alleviare le sofferenze e fare stare meglio le persone che si rivolgono a noi».

Se vuoi aiutarci c.c. b. cod. iban IT 29A 01030 01663 000061266296 c/o Monte dei Paschi di Siena ag. 10 Milano - c.c.postale 28903201

di Marco Infelise

«Le vaccinazioni sono un fondamentale strumento di prevenzione primaria»

Il dr. Domenico Vitobello è il Responsabile Unità Operativa Ginecologia presso l'Humanitas. Con lui parliamo di prevenzione dei tumori ginecologici e Papilloma Virus.

Qual è lo stato della lotta ai tumori ginecologici oggi in Italia?

«Per parlare di tumori ginecologici va fatta un'opportuna differenziazione legata alla sede d'insorgenza. I più frequenti sono i tumori del collo dell'utero, dell'ovaio e del corpo dell'utero (specificatamente dell'endometrio). Ciascuno di essi presenta caratteristiche d'incidenza, possibilità terapeutiche e andamento differenti. Il carcinoma endometriale è tra i più frequenti. In circa l'80% di queste lesioni l'iperestrogenismo gioca un ruolo fondamentale. Nel 2017 sono stati registrati 8.300 nuovi casi di tumore dell'utero, con una sopravvivenza a 5 anni in Italia pari al 77,3%. Il trend di incidenza del tumore del corpo dell'utero è in calo statisticamente significativo (-0,7% per anno), grazie ai programmi di screening come il pap test e il vaccino. Il carcinoma endometriale raramente è asintomatico, fondamentale oggi è la sensibilizzazione che i medici devono fare riguardo alle perdite ematiche atipiche, in particolare in peri o post-menopausa».

Quali altri tumori ginecologici sono frequenti?

«Il carcinoma della cervice uterina è al secondo posto nel mondo, dopo la mammella, tra i tumori che colpiscono le donne. In Italia invece l'incidenza di questa neoplasia è tra le più basse tra i tumori ginecologici. Nel 2017 sono stati stimati 2.300 nuovi casi (pari al 2% di tutti i tumori nelle donne), con una frequenza maggiore nella fascia giovanile (4% dei casi), mentre dopo i 50 anni rappresentano complessivamente l'1% dei tumori femminili. Essendoci una relazione causale fra questo tumore e l'infezione a trasmissione sessuale da Papilloma virus la diagnosi precoce costituisce l'arma più efficace nella prevenzione e in Italia la diffusione del Pap-test, a partire dagli anni '60 e l'avvio dei programmi di screening organizzato hanno rappresentato i principali fattori di riduzione dell'incidenza e ancor più della mortalità per questa neoplasia. Situazione completamente diversa per il tumore dell'ovaio. Nel 2017 sono state circa 5.200 le diagnosi di tumore dell'ovaio stimate in Italia, pari al 3% dei tumori femminili, e il rischio di sviluppare un tumore dell'ovaio nell'arco della vita di una donna è di 1 su 74, estremamente basso però nelle donne giovani. Diversamente dal tumore della cervice, per il carcinoma dell'ovaio non esiste uno screening eseguibile per individuare uno stato appena precedente alla malattia, e anche la diagnosi precoce si raggiunge soltanto in casi fortuiti. Il cancro ovarico spesso non provoca sintomi specifici nelle fasi iniziali di sviluppo: a causa di questo, la diagnosi è spesso tardiva. Nel 5-10% dei casi di tumori ovarici si riscontra un pattern familiare - ereditario. Per questo motivo è recente l'introduzione nell'assistenza di donne con tumore d ll'ovaio, della consulenza genetica con eventuale valutazione della mutazione di due geni, BRCA1 e BRCA2, che sono legati all'eziologia di una quota di tumori ovarici».

Quali sono le più recenti novità nella ricerca in questo settore?

«Oltre i vecchi chemioterapici ancora cardine del trattamento di prima linea, si sono affiancati ad essi farmaci a effetto antiangiogenetico come alcuni farmaci biologici (anticorpi monoclonali ad es. il Bevacizumab) e farmaci con effetto di annullamento dei meccanismi di riparazione del Dna nelle cellule neoplastiche (parp inibitori). Nuove opportunità di cura sembrano arrivare dall'immunoterapia, considerata un'opzione interessate in particolare nelle neoplasie che possono avere un'eziologia infettiva (vedi tumore del collo dell'utero). Cominciamo a vedere alcuni buoni risultati, specie per alcune categorie di pazienti selezionate. Certamente, però, quello che è notevolmente cambiato negli ultimi anni interessa la diagnosi precoce e la prevenzione. In questo campo sono entrate nella pratica clinica indagini genetiche (mutazione dei geni BRAC1 e BRCA2) capaci di riconoscere il rischio aumentato e la predisposizione di alcune donne a sviluppare un tumore dell'apparato genitale. Questo si è tradotto, anche per noi, nell'esecuzione di numerosi interventi chirurgici a scopo profilattico, asportando le ovaie e/o le mammelle, in donne, di fatto, sane. Una delle modifiche più importanti e a maggiore impatto per il gran numero di donne e ginecologi coinvolti riguarda la prevenzione del tumore al collo dell'utero, ovvero lo screening del Pap-test. La Regione Lombardia dalla seconda metà del 2017 (DGR 7013 del 31/07/2017) sta aggiornando ed estendendo il programma di screening organizzato del tumore della cervice uterina, in particolare si sta completando il passaggio dall'esecuzione del Pap-test ogni 3 anni nelle donne maggiori di 33 anni, alla ricerca del DNA virale del virus HPV (papilloma virus) una volta ogni 5 anni».

Perché bisogna vaccinare contro il Papilloma Virus?

«Ogni anno in Lombardia muoiono circa 100 donne a causa del cancro alla cervice, ma sono convinto che sia un numero destinato a ridursi sempre di più. Come detto la vaccinazione è un importante strumento di prevenzione primaria. Con questo termine ci si riferisce a quel tipo di prevenzione che mira ad agire a monte della causa, evitando, in questo caso, che il virus HPV possa determinare una lesione cellulare venendo riconosciuto e bloccato ancora prima che possa infettare l'organismo. I primi due tipi di vaccini introdotti si sono dimostrati molto efficaci (quasi al 100%) nei confronti delle lesioni provocate dai due tipi di papillomavirus contro cui sono diretti: il 16 e il 18, nelle donne che non sono erano ancora infettate da questi tipi di HPV. L'ultimo arrivato è vaccino 9-valente che si è dimostrato molto efficace nelle donne non ancora infettate (quasi il 100%) nel prevenire le lesioni provocate da HPV 31, 33, 45, 52, e 58 oltre a quelle provocate dai tipi 16, 18, 6 e 11. Il vaccino 9-valente, attraverso l'inclusione di altri 5 tipi di HPV ad alto rischio, dovrebbe proteggere da circa il 90% dei tumori».

Humanitas di Rozzano (MI)

Ospedale ad alta specializzazione, centro di Ricerca e sede di insegnamento universitario. All'interno del policlinico, accreditato con il Servizio Sanitario Nazionale, si fondono centri specializzati per la cura dei tumori, delle malattie cardiovascolari, neurologiche e ortopediche, oltre a un Centro Oculistico e a un Fertility Center.

Se vuoi aiutarci c.c. b. cod. iban IT 29A 01030 01663 000061266296 c/o Monte dei Paschi di Siena ag. 10 Milano - c.c.postale 28903201

Aprile 2019 imp..qxp_Sett. 2017 10/06/19 11:37 Pagina 6

di Edoardo Tesolin

Gli agrumi e il tumore allo stomaco

Una ricerca europea ha rivelato l'aiuto di una dieta ricca di agrumi nelle persone affette da alcune patologie tumorali. Si è scoperto infatti che assumerne almeno tre porzioni alla settimana diminuisce di quasi il 20% il rischio di contrarre il tumore allo stomaco. Sono le vitamice C e i flavonoidi contenuti all'interno di arance, pompelmi e limoni che favorendo l'apoptosi, ovvero la morte cellulare programmata, impedisce la proliferazione incontrollata tipica delle cellule tumorali.
Eppure in certi casi gli agrumi sono controindicati a causa della loro acidità, di quanto viene consumato e del loro effetto sulla singola persona.

Fonte: International Journal of Cancer

Allenatori di calcio in campo per la prevenzione

L'AEFCA, Associazione europea degli allenatori di calcio, insieme alla Fondazione "Insieme contro il Cancro" promuoveranno nei prossimi due anni, in tutta Europa, il progetto educazionale "Allenatore Alleato di Salute". Progetto che negli scorsi tre anni ha già avuto luogo in Italia. Compito del progetto è quello di insegnare ai coach, di uno degli sport più amati e diffuso, come educare i giovani ad adottare uno stile di vita corretto e sano. Francesco Cognetti, presidente di Insieme contro il Cancro ha così commentato: " I giovanissimi europei hanno davvero bisogno di essere educati alla salute, il 29 % fuma regolarmente, il 5 % cento è obeso. […] Il 25% degli under 19 del Continente non fa mai attività fisica.

Fonte: Corriere della Sera

Giornata mondiale contro il cancro

Lo scorso 4 febbraio si è tenuta, come ogni anno, la "World Cancer Day" ovvero: la giornata mondiale contro il cancro. Per il nuovo triennio che si è appena aperto, 2019-2021, si è scelto lo slogan "I Am and I Will" e un unico messaggio tradotto in tutte le lingue: "Chiunque tu sia, hai il potere di ridurre l'impatto del cancro per te, per le persone che ami e per il mondo. E' tempo di prendere un impegno personale".

Fonte: Corriere della Sera

Un appuntamento fisso per non abbassare mai la guardia

Un esercito colorato di rosa e targato ANVOLT ha dato battaglia ai tumori femminili in occasione della Festa della Donna. Da Milano a Udine, passando da Roma per arrivare a Palermo, in ogni delegazione ANVOLT dotata di ambulatorio è stata organizzata la tradizionale tre giorni di visite di prevenzione dei tumori femminili in orario non stop. Nei giorni 8, 9 e 10 marzo le nostre utenti si sono recate in massa nelle varie delegazioni ANVOLT e, con una semplice prenotazione, hanno potuto effettuare una visita senologica, ginecologica e un pap-test presso le nostre strutture. Il loro è stato un gesto semplice, ma fondamentale, per la prevenzione la cui importanza non ci stancheremo mai di ribadire a gran voce. Perché, nonostante la lotta serrata nostra e di altri, il nemico non è mai domo. Ricordiamo dati recenti che parlano di circa 170 mila donne cui viene rilevata una diagnosi di cancro al seno ogni anno in Italia, con il cancro sempre a farla da padrone. Non bisogna mai abbassare la guardia quindi e iniziative come questa sono lì a ricordarcelo.

Se vuoi aiutarci c.c. b. cod. iban IT 29A 01030 01663 000061266296 c/o Monte dei Paschi di Siena ag. 10 Milano - c.c.postale 28903201

TRENTO

Al Muse – Museo delle Scienze – di Trento la nostra associazione ha organizzato, per l'8 Marzo, un incontro sul tema "Diventare mamma dopo la malattia, preservazione della fertilità nelle donne con tumore al seno", riscuotendo un grande successo di pubblico.

CUNEO

Mercoledì 20 Marzo scorso la Soms, in collaborazione con ANVOLT Cuneo, ha organizzato una serata dedicata alla prevenzione proctologica in campo oncologico. Alla presenza e con un intervento anche del nostro delegato Simone Ruzza, il pubblico presente ha potuto ascoltare le parole del dottor Florin Bulboaca, specialista in chirurgia colon/rettale presso la clinica San Gaudenzio di Novara che visita regolarmente presso gli ambulatori ANVOLT di Milano, Novara, Torino e della stessa Cuneo.

LODI

Domenica 24 marzo, presso la Sala dei Cavalieri del Castello Morando Bolognini a Sant'Angelo Lodigiano, è andata in scena la terza edizione della sfilata "Moda e Spettacolo", a sostegno dell'attività di ANVOLT Lodi. Lo show ha visto sfilare gli abiti della Boutique Marinoni e un'esibizione delle ballerine del "Dolce Vita Wellness Club" di Sant'Angelo Lodigiano, oltre a una partecipazione straordinaria di una "Pink is Good" della Fondazione Veronesi, che ha parlato di guarigione dopo la malattia oncologica.

BERGAMO

Sotto il segno di Scienza, Volontariato e Arte, a Bergamo il 9 Marzo scorso si è svolta la seconda edizione di "Danzinsieme", evento di danza con la partecipazione straordinaria di Abby Silva Gavezzoli realizzato a sostegno delle attività della nostra sede nella città orobica. Il Teatro Serassi di Villa D'Almè ha visto partecipare un vasto pubblico, che si è dato appuntamento nel nome della solidarietà e della condivisione della lotta dell'ANVOLT alle patologie oncologiche.

BRESCIA

Per la festa della donna, la delegazione ANVOLT di Brescia ha partecipato a "La Corsa Rosa", manifestazione che per l'undicesimo anno ha riempito le vie del centro storico della città lombarda. Circa 10.000 partecipanti hanno corso per le vie del centro storico riempiendolo di rosa, a simboleggiare l'unione e la solidarietà tra donne e per le donne, nessuna esclusa.

TRENTO E BOLZANO

In occasione della Festa della Donna, Supermercati Eurospar Despar Zanon ha deciso di sostenere, con una cospicua donazione frutto di una raccolta fondi, le delegazioni ANVOLT nel Trentino Alto Adige. Un enorme grazie va a loro da parte nostra per la fiducia accordataci e il sostegno nel portare avanti tutte le attività a favore dei malati oncologici della regione.

Se vuoi aiutarci c.c. b. cod. iban IT 29A 01030 01663 000061266296 c/o Monte dei Paschi di Siena ag. 10 Milano - c.c.postale 28903201

Aprile 2019 imp..qxp_Sett. 2017 10/06/19 11:37 Pagina 8

Inquinamento, clima e salute

Avv.Meri D'Aloia

La correlazione tra inquinamento globale, clima e salute è nota ormai da tempo in ambito scientifico, ma solo recentemente vi è stata la volontà nella comunità internazionale di formalizzare accordi specifici tra le nazioni che possano spingere le medesime ad un impegno comune per giungere in un arco di tempo relativamente breve ad un sostanziale miglioramento della situazione globale. A riguardo si rammenta il cosiddetto Accordo di Parigi del 12 dicembre 2015, dove i 196 Paesi partecipanti hanno stabilito un patto per ridurre la produzione di diossido di carbonio, il famigerato gas serra, e frenare così il riscaldamento del pianeta. Un ulteriore evento significativo più direttamente orientato alla salute è stata poi la prima conferenza mondiale - tenutasi a Ginevra dal 30 ottobre al 1 novebre 2018 - organizzata dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) in collaborazione con l'ONU, con la Coalizione per ridurre gli inquinamenti climatici di breve durata (CCAC), con la Banca Mondiale e con altri enti attivi a livello internazionale in cui è stata presa consapevolezza delle prove scientifiche che legano inquinamento e salute, riportando altresì dati allarmanti sulla situazione attuale posto che l'inquinamento atmosferico sia ambientale che domestico risulta essere la causa di circa 7 milioni di morti all'anno in tutto il mondo, di cui 5,6 milioni di decessi per malattie non trasmissibili e 1,5 milioni per polmonite. Vi è dunque una improcrastinabile urgenza di miglioramento delle condizioni ambientali per poter ridurre i danni alla salute delle persone. I passi concretamente da fare sono ancora molti e non sempre le buone intenzioni dei governi vengono seguite dall'adozione di misure altrettanto zelanti ed efficaci, A riguardo vi è da rilevare che molte realtà del non profit attive a livello nazionale ed internazionale hanno contribuito grandemente a sensibilizzare l'opinione pubblica e la politica circa il tema della correlazione tra inquinamento e salute, divenendo così un fattore certamente importante nel porre le premesse sociali, culturali, scientifiche e valoriali che sono poi sfociate nei citati impegni internazionali dei diversi stati a migliorare il luogo ove tutti viviamo.

Sedi ANVOLT in Italia

Sede amministrativa: 20124 Milano Via Montegrappa, 6 – tel.: 02 6884053 – fax: 02 6880158
Sede nazionale: 20158 Milano via G. Guerzoni, 44 – tel.: 02 66823761 – fax: 02 69002811
Sede operativa sanitaria: c/o Osp. Niguarda Cà Granda Mi – tel.: 02 64442151 – fax: 02 66104836
c.c. bancario M.P.S.cod.Fil. 02785 cod. iban IT 29A 01030 01663 000061266296 c.c.postale 28903201

AGRIGENTO
Via M. Cimarra, 40/a Tel.: 0922 815800
sede opera tiva: S iculiana: via Roma 3 Tel.: 0922 815800
IT 11 C 02 008 01619 000105213637 Ag: UNICREDIT

60125 ANCONA
Via Marini 21 – Tel.:071 54411 – Fax: 071 55243
IBAN IT42 P 01030 02610000063190735 c/o M.P.S.

24122 BERGAMO
Via J. Palma il Vecchio, 59/61 Tel. 035 249093 – Fax 035 248815
IBAN IT 94 W 03111 11108 000000033055
Ag: Banca Popolare di Bergamo – Fil. Piazza Pontida

39100 BOLZANO
Via Resia 26/B – Tel. 0471 918903 – Fax 0471 920514
IBAN IT 65 P 01030 11600 000000604367 c/o M.P.S.

25122 BRESCIA
Via V. Emanuele II 4 – Tel. 030 45425 –Fax 030 280554
Cell. 340 3738196
IBAN IT 20 N 01030 11207 000063200256 c/o M.P.S.

95128 CATANIA
Via Etnea 688 – Tel. / Fax 095 432950
IBAN IT 41 S 01030 16900 000002412808 c/o M.P.S.

88100 CATANZARO
Vic. S. Maria Mezzogiorno 9 Tel. / Fax 0961 745008

62012 CIVITANOVA MARCHE
Via Fratelli Rosselli 3 – Tel.: 0733 773900 – Fax: 0733 773550
IBAN IT 86 Q 01030 68870 000061482365 M. P. S.

12100 CUNEO
Via Antonio Meucci, 9 – Tel.: 0171 698981 – Fax: 0171 634529
IBAN: IT 64 O 01030 10200 000000523478 Ag: M.P.S Filiare 50

61032 FANO (PU)
Via Roma 77/a – Tel. 0721/ 827599 – Fax: 0721/ 806665
IBAN IT 10 T 01030 24301 000063328376 Cod FilL. 08305

44122 FERRARA
Via Franceschini 2 – Tel. Fax: 0532 771844
IBAN IT 60 E 01030 13000 000001064934 c/o M.P.S Ag. 760

16124 GENOVA
Via S. Luca 12, int. 26 – Tel.: 010 265999 – Fax: 010 265972
IBAN IT 86 Q 01030 68870 000061482365 Cod. Fil. 04980

26900 LODI
Viale Milano, 71 – Tel.: 0371 412001 – Fax: 0371 610123
IBAN IT 34 A 01030 20301 000000865837 c/o M.P.S Ag.600

30171 MESTRE (VE)
Via Mascagni 21 – Tel.: 041 976604 –Fax: 041 976596
IBAN IT53R 010 05020450 0000 0001586 c/o NAZ. LAVORO

20158 MILANO
Via G. Guerzoni, 44 – Tel. 02 66823761 – Fax: 02 69002811
IBAN IT 96W 01030 01658 000061183116 c/o M.P.S.

28100 NOVARA
Via Marconi 18/ac –Tel. 0321 30220 – Fax 0321 390587
IBAN IT 94 L 01030 10101 000061225325 c/o M.P.S.

35138 PADOVA
Via Bezzecca 2/4 Tel.: 049 8724958 – Fax: 049 8723547
IBAN IT 02 0 01030 62790 000061130267 c/o MPS

90139 PALERMO
P.zza Don Sturzo 44 – Tel.: 091 331954 – Fax: 091 323826
IBAN IT 41R 01030 04600 000063376092 c/o M.P.S.

43123 PARMA
Via Orazio, 44/a – Tel. e Fax: 0521 240207
IBAN IT 74K 01030 12705 000010368196 c/o M.P.S

48121 RAVENNA
Via Pellegrini Matteucci 20 – Tel.0544 39465 – Fax 0544 215611
IBAN IT 19N 1030 13102 000061224209 c/o M.P.S.

0156 ROMA
Via Serravalle di Chienti, 28–Tel.: 06 8171144–Fax: 06 41218689
IBAN IT95 S 01030 03269 00000 1631887 c/o M.P.S. Ag. 8680

10141 TORINO
Via Pollenzo, 27 – Tel. 011 6967799 – Fax: 011 6671261
IBAN IT 46T 01030 01024 000061159240 c/o M.P.S.

38122 TRENTO
Via Prepositura 32 – Tel. 0461 232036 – Fax 0461 235300
IBAN IT 24 R 08304 01807 000007771835 c/o Cas. Rur. diTn

34135 TRIESTE
Viale Miramare 3 – Tel. 040 416636 – Fax 040 418677
IBAN IT 60V 0306902 2221 00000006514 BIC BCIT .ITMM
Intesa San Paolo

33100 UDINE
Via F. Dormisch 62 – Tel. 0432 400965 – Fax 0432 400940
IBAN IT 51d 01030 12300 000000731327 c/o M.P.S.

21100 VARESE
Viale Ippodromo 59 – Tel. / Fax 0332 235625
IBAN IT 32Z 0311110812000000014073 UBI Banca

37134 VERONA
Via Legnago, 31– Tel. 045 583908 – Fax 045 504764
IBAN IT 31 S 01030 11701 000000630991 c/o M.P.S ag. 701

36100 VICENZA
Via Vigna 1 – Tel. / Fax 0444 301160
IBAN IT 45U 03069 118911 00000000793 IntesaSan Paolo

38068 ROVERETO (Tn)
C.so Rosmini 8 – Tel. 0464 420421
IBANIT 45U 03069 118911 00000000793 IntesaSan Paolo

38037 PREDAZZO (Tn):
Via G. Verdi, 16 – Tel.: 0461 235543

17025 LOANO
Via Orsolani, 33/R Tel.: 347 5745626

evidenziati in rosso i ns. poliambulatori

Più Prevenzione Meno Cancro rivista di prevenzione e informazione fondata nel 1987 Editore, Redazione e Amministrazione: anvolt-Associazione Nazionale Volontari Lotta Contro I Tumori
Fax: 02 6880158 - sito web: www. anvolt.org **Direttore Responsabile**: Flavio Tesolin **Redattore Capo:** Romano Michelini **Realizzazione grafica:** Leonardo Vasco, Flavio Tesolin
Fotografie: Romano Michelini, Flavio Tesolin Siti Liberi Internet **Comitato Di Redazione:** Elisabeth Bortolotto, Osvaldo Previato, Eleonora Sannazzari. **Redattori:** Marco Infelise, Edoardo Tesolin **Tiratura:** copie 50.000 Pubblicazione mensile Registrazione del Tribunale di Milano n. 642 del 18/09/87 **Poste Italiane S.p.A. Sped. in A.P. D.L. 353/2003 (Conv. in L. 27/02/2004 n. 46) Art. 1 Comma 2 – LO/MI** I dati necessari per l'invio della rivista sono trattati elettronicamente e utilizzati dall'editore Associazione Nazionale Volontari Lotta Contro i Tumori per la spedizione della pubblicazione.Ai sensi del decreto legislativo 30 giugno 2003, n. 196 è possibile in qualsiasi momento chiedere l'annullamento dell'invio e gratuitamente consultare modificare e cancellare i dati, o semplicemente opporsi al loro utilizzo scrivendo a: anvolt - Associazione Nazionale Volontari Lotta Contro i Tumori Via G. Guerzoni, 44 - 20158 Milano - Responsabile dati.

Se vuoi aiutarci c.c. b. cod. iban IT 29A 01030 01663 000061266296 c/o Monte dei Paschi di Siena ag. 10 Milano - c.c.postale 28903201