Ufficio Stampa della Provincia autonoma di Trento
Piazza Dante 15, 38122 Trento
Tel. 0461 494614 - Fax 0461 494615
uff.stampa@provincia.tn.it

COMUNICATO n. 683 del 14/03/2013

Dal 16 al 24 marzo sono diverse le iniziative gratuite in programma sul territorio

LA DODICESIMA SETTIMANA NAZIONALE PER LA PREVENZIONE ONCOLOGICA

Dal 16 al 24 marzo le principali piazze italiane tornano ad ospitare la Settimana nazionale per la Prevenzione Oncologica, istituita dal presidente del Consiglio dei Ministri. Anche in Trentino la LILT di Trento promuoverà una serie di iniziative gratuite per informare correttamente, sensibilizzare e rendere tutti consapevoli che la prevenzione rappresenta oggi lo strumento più efficace contro i tumori. Oggi la presentazione, durante la conferenza stampa della Giunta provinciale: accanto ad Ugo Rossi, assessore alla salute e politiche sociali vi erano Mario Cristofolini, presidente LILT- sezione provinciale di Trento, Enzo Galligioni, direttore del Dipartimento di Oncologia, Michele Pizzinini, specialista in Scienza dell'alimentazione e Guido Piazza, delegato della LILT Valle di Fiemme e Fassa.-

Come spiegato dall'assessore Ugo Rossi: "La prevenzione, in questi tempi, ha un valore ancora più forte, perché si intreccia con il tema della sostenibilità e ci può aiutare da un lato a risparmiare alcuni costi del sistema sanitario, dall'altro ad indirizzare meglio le risorse. Siamo poi contenti - ha proseguito l'assessore provinciale - di avere un partner come la LILT, perché possiamo affidare a questo partner la capacità di stimolare le persone; siamo infatti convinti che le associazioni abbiamo maggiore capacità di penetrazione sul territorio e che il compito della pubblica amministrazione sia, in questi casi, di affiancare e supportare".
Il presidente Cristofolini ha quindi illustrato la struttura della LILT, che in Trentino è una delle realtà meglio articolate con nove delegazioni, e le iniziative portate avanti: "Siamo definiti il braccio armato del Ministero della Salute nel campo della prevenzione: tre in questo sono le manifestazioni che portiamo avanti, accanto alla settimana della prevenzione vi sono la giornata mondiale senza tabacco, che si tiene il 31 maggio, e il mese rosa, in ottobre, che lo scorso anno ha visto illuminati di rosa oltre 60 edifici in Trentino, un vero record".
Il dottor Galligioni ha fornito alcuni dettagli sui principali tumori: "La prevenzione è l'arma vincente per alcuni tipi di tumore, ma non tutti hanno cause note. La prevenzione agisce infatti sulle cause, se le conosciamo i risultati sono straordinari, pensiamo al tumore legato al fumo o a quello del fegato collegato in molti casi al virus che provoca l'epatite. Altri tumori, come quelli al pancreas o alla mammella, non sono invece prevedibili ed è quindi difficile pensare a comportamenti che possano evitare l'insorgenza della malattia. Vorrei inoltre evidenziare - ha proseguito il dottor Galligioni - che adottare alimentazione e stili di vita sani non offre la garanzia di non ammalarsi: ovvero la prevenzione riduce il rischio, ma purtroppo non lo elimina, perché ci sono altri fattori".
Infine Michele Pizzinini ha spiegato i vantaggi di una alimentazione sana. Scienza e medicina sono infatti concordi nell'affermare che più di un terzo dei tumori non si svilupperebbe se mangiassimo in modo diverso. Per questo il messaggio della Lega italiana per la lotta contro i tumori si concentra sul tema della sana alimentazione, un alleato indispensabile per la nostra salute.
Frutta e verdura, pesce, cereali meglio se integrali, molta acqua: questi sono i migliori alimenti che possiamo scegliere per la nostra tavola. Cautela invece dobbiamo porla nel consumo di carne e latticini, sale e condimenti e soprattutto zucchero e alcol che andrebbero ridotti al massimo. Da preferire è sicuramente l'olio extravergine di oliva, noto per le sue qualità protettive nei confronti di vari tipi di tumore (in particolare dell'apparato digerente e del carcinoma della mammella). Per questo la bottiglia d'olio extravergine d'oliva è stato eletto testimonial storico della Settimana nazionale per la Prevenzione

Oncologica della LILT.
Per proteggere la nostra salute e ridurre il rischio di sviluppare la malattia, oltre ad una sana alimentazione, basta seguire altre due semplici regole: praticare un'attività fisica regolare e non fumare. Se tutti adottassimo questi corretti stili di vita, si riuscirebbe in tempi brevi ad evitare l'insorgenza dell'oltre l'80 per cento dei tumori. Scegliere uno stile di vita sano: un piccolo sforzo per un importante risultato

Il programma della LILT - sezione provinciale di Trento

Capire cosa significa fare prevenzione oncologica secondo la propria situazione personale e conoscere quali solo gli strumenti a disposizione di chi, purtroppo, ha incontrato la malattia, sono gli scopi delle consulenze personali gratuite presso la farmacia comunale di Via Degasperi 112 (zona Clarina). Senza prenotare, si potrà parlare con:
psicologa: sabato 16 marzo (ore 9.30- 12.30) per consigli su come affrontare le situazioni di disagio legate alla malattia oncologica
oncologo: martedì 19 marzo (ore 9.30-12.00) per orientamento oncologico sulla situazione personale e familiare e sulle abitudini di vita corrette
fisioterapista: martedì 19 marzo (ore 16-18) per problematiche post-operatorie oncologiche e terapia del linfedema
dietista: giovedì 21 marzo (ore 9.30 alle 12.30) per indicazioni su sane scelte alimentari che aiutano la prevenzione oncologica

Le visite di diagnosi precoce alla prostata, invece, sono riservate a uomini di età superiore ai 50 anni, asintomatici, muniti di esame del PSA recente (non più vecchio di 2 mesi). Si può prenotare la visita presso il Centro Prevenzione LILT di Trento e presso le 9 delegazioni della Provincia (per informazioni sulla prenotazione tel. 0461.922733).

I volontari LILT distribuiranno materiale informativo e proporranno l'olio extravergine di oliva - gadget della Campagna - a Trento presso l'oratorio del Duomo (mercoledì 20 ore 9-11 e martedì 26 ore 16-18), presso l'ospedale Santa Chiara (mercoledì 20 ore 8:30-12:30 e 14-19) e durante la partita dell'Aquila Basket (domenica 7 aprile ore 20:30). A Rovereto in piazza Loreto dalle 10 alle 19, a Borgo Valsugana in piazza Martiri dalle 8.30 alle 12 e presso le delegazioni a Cles, Pergine, Tione, Mezzano, Cavalese, Riva.

I volontari della Valle dei Laghi organizzeranno (il 14 a Lasino ore 20.30 presso il Circolo culturale S. Pietro e il 21 a Terlago ore 20.30 presso il Circolo culturale ex segheria) una serata col cuoco: un corso di cucina "sana" per imparare ricette e trucchi e passare una serata in allegria.

Info
Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori Sezione Provinciale di Trento
corso 3 Novembre 134, 38122 Trento
tel. 0461.922733, info@lilttrento.it, www.lilttrento.it

Riprese e interviste a cura dell'Ufficio Stampa -

()