



Milano, 2 febbraio 2018 - L'Associazione Italiana per la Ricerca sul Cancro partecipa al World Cancer Day, in programma domenica 4 febbraio, rilanciando anche nel nostro Paese la campagna 'We can. I can' che ha l'obiettivo di aumentare la consapevolezza sul cancro invitando ognuno a fare la propria parte per renderlo sempre più curabile.

Nel 2017, solo in Italia, si sono stimati circa 369.000 nuovi casi di cancro e le previsioni per i prossimi anni indicano che nel 2030 il cancro sarà la principale causa di morte nel mondo, dove saranno diagnosticati fino a 21,6 milioni di nuovi casi all'anno. A fronte di questi dati ci sono i progressi della ricerca che negli ultimi due decenni hanno contribuito a far diminuire costantemente la mortalità.

In Italia in particolare oggi si guarisce di più, come testimoniano i dati che ci pongono al vertice in Europa per le guarigioni: la sopravvivenza a cinque anni è aumentata rispetto ai casi diagnosticati nel quinquennio precedente sia per gli uomini (54% vs 51%) che per le donne (63% vs 60%). Nel nostro Paese, oggi, ci sono oltre 3,3 milioni di persone che hanno superato una diagnosi di cancro. (fonte: I numeri del cancro in Italia, 2017 a cura di AIRTUM e AIOM).

Tutti possiamo contribuire a migliorare questo risultato adottando corretti stili di vita: prima di tutto non fumare, quindi consumare cibi che se scelti con attenzione possono diventare validi alleati per la prevenzione, e infine eliminare un altro fattore di rischio, la sedentarietà.

Oggi sappiamo che un tumore ogni tre potrebbe essere curato per tempo se tutti aderissimo ai protocolli di screening e di diagnosi precoce. Ma c'è di più: un tumore su tre potrebbe non svilupparsi per nulla se seguissimo stili di vita salutari. La sana alimentazione da sola però non basta. È importante associare a una dieta equilibrata anche un'attività fisica regolare – almeno 30 minuti di camminata al giorno – che contribuisce a diminuire del 20-40% il rischio di tumore al colon, all'endometrio e del polmone, oltre a

influire sulla prevenzione del cancro al seno.

L'edizione 2018 del World Cancer Day dedica, inoltre, particolare attenzione alla promozione e alla divulgazione di un'informazione puntuale e corretta sul tema cancro. Si tratta di un impegno indispensabile per far maturare una sempre maggiore consapevolezza dell'opinione pubblica. Proprio per rispondere a questa esigenza AIRC ha dedicato sul sito airc.it una sezione con approfondimenti per 'fare chiarezza' su alcuni temi su cui c'è confusione: dal metodo Hamer alla terapia Gerson, dalle proprietà della dieta alcalina all'utilizzo del forno microonde.