



Sistema Sanitario Regione Lombardia

*Alimentazione ricca di cereali e frutta e povera di carni rosse e conservate, insieme ad attività fisica moderata, diminuiscono il rischio di ripresa della patologia tumorale. Alcuni risultati del progetto DIANA 5, che saranno presentati stasera a Cascina Rosa, evidenziano che le donne con Sindrome Metabolica (SM) hanno un rischio maggiore di sviluppare nuovamente il tumore rispetto alle donne senza SM e un rischio ancora maggiore di sviluppare le metastasi a distanza*



Milano, 20 giugno 2016 – Nelle pazienti operate di tumore della mammella, il miglioramento di alimentazione e stili di vita comporta una diminuzione del rischio di recidive e di sviluppare metastasi. Lo rivelano i dati del Progetto Diana 5, studio di intervento multicentrico, controllato e randomizzato, coordinato dai ricercatori dell'Istituto Nazionale dei Tumori, Campus Cascina Rosa, che saranno presentati questa sera dalle 18.00 durante un evento organizzato per ringraziare le donne che hanno partecipato al progetto che ha coinvolto oltre duemila donne operate di tumore al seno.

Le pazienti coinvolte nello studio, partito nel 2008 e giunto quasi alla conclusione, hanno adottato un'alimentazione basata sul consumo di cereali integrali, legumi, verdure di stagione, frutta fresca e semi oleaginosi, e povera di cereali raffinati, zuccheri e carni rosse e conservate. Allo stesso tempo, hanno modificato lo stile di vita, introducendo quotidianamente un'attività fisica moderata come, ad esempio, trenta minuti di camminata a passo veloce. Nelle donne già operate al seno, questo cambiamento prolungato di abitudini si è tradotto in una riduzione dei fattori di rischio che favoriscono l'insorgenza di recidive e metastasi.

I risultati scientifici saranno presentati questa sera dalle 18.00 alle 21.00 a Cascina Rosa da Franco Berrino, principal investigator del Progetto, e Anna Villarini, alla presenza del presidente dell'Istituto

Nazionale dei Tumori Enzo Lucchini, del direttore generale Luigi Cajazzo, e del direttore scientifico Giovanni Apolone.

Il Progetto Diana 5, finanziato dal ministero della Salute e dall'Associazione Italiana per la Ricerca contro il Cancro (AIRC), ha chiuso la fase di reclutamento nel giugno 2012: in totale sono state coinvolte 2353 donne operate di carcinoma mammario provenienti da undici centri sparsi sul territorio nazionale. Fra queste, ben 1.672 avevano un alto rischio endocrino-metabolico di sviluppare recidive. Ciascuna persona, ritenuta idonea, è stata seguita dai ricercatori dell'INT per 5 anni.

“I fattori di rischio che abbiamo preso in considerazione – afferma la dottoressa Anna Villarini, biologa e nutrizionista dell'INT –, sono stati quattro: la presenza della sindrome metabolica, alti livelli di testosterone, elevati valori d'insulina e avere recettori ormonali estrogeno-negativi”.

Divise in due gruppi, d'intervento e di controllo, le volontarie sono state informate sull'importanza di modificare alimentazione e fare attività fisica regolare. Solo le donne rientrate nel gruppo di intervento sono state aiutate nel cambiamento attraverso corsi di cucina, pasti comunitari e conferenza.

Il 20% delle donne partecipanti al Progetto Diana 5 presentava Sindrome Metabolica (SM) al momento del reclutamento. “La SM è un insieme di fattori di rischio che aumentano il rischio di sviluppare patologie cardiovascolari, tumorali, diabete e altre patologie cronico-degenerative – precisa Villarini – Si fa diagnosi di SM quando sono presenti 3 su 5 fattori di rischio: obesità addominale, pressione arteriosa elevata, bassi livelli di colesterolo ‘buono’ HDL, elevati livelli di glicemia e trigliceridi”.

Dalle analisi emerge che le donne con Sindrome Metabolica hanno un rischio quasi doppio di avere recidive e metastasi rispetto alle donne senza SM. “Dalle nostre prime analisi – sottolinea Villarini – emerge che la presenza di SM si associa a una prognosi peggiore e che la presenza di SM è influenzata dal nostro modo di mangiare e dalla attività fisica”. Una conclusione importante cui i ricercatori sono giunti confrontando l'aderenza alle raccomandazioni del Fondo mondiale per la ricerca sul cancro (WCRF) con la presenza della SM. “Le persone che seguono le raccomandazioni del WCRF su alimentazione e stili di vita – conclude Villarini -, e tra le raccomandazioni le più importanti sembrano essere mangiare principalmente cibi vegetali tra cui cereali integrali e legumi e fare ogni giorno almeno 30 minuti di attività fisica”.

*fonte: ufficio stampa*