



Pisa, 2 aprile 2024 - Nasce da una collaborazione tra l'Istituto di fisiologia clinica del Cnr di Pisa e Fondazione Umberto Veronesi "Dress-p.i.n.k", applicazione accessibile via smartphone, veicolata dallo strumento di messaggistica Telegram e rivolta a donne maggiorenni, che consente di prendere parte a una ricerca partecipativa finalizzata ad arricchire le conoscenze scientifiche sull'associazione tra stili di vita e insorgenza del tumore mammario.

"Dress-p.i.n.k" è uno strumento che intende raccogliere dati quali-quantitativi sulle abitudini alimentari, l'esercizio fisico, la presenza di fattori stressanti, il fumo di sigaretta, il consumo di alcool, congiuntamente ad aspetti endocrini, che nel loro insieme possono contribuire all'insorgenza di un quadro pro-infiammatorio e quindi predisponente allo sviluppo di tumori o recidive.

Sviluppata da Cnr-Ifc e co-finanziata da Fondazione Umberto Veronesi ETS, la app è gratuita, di facile accesso attraverso lo smartphone e consente alla popolazione femminile adulta di essere parte attiva nell'evolversi della conoscenza scientifica, nel completo rispetto della privacy e dei dati sensibili.

La partecipazione alla ricerca richiede solo 5 minuti al giorno su un arco temporale complessivo di circa 25 giorni. Ogni giorno le partecipanti dovranno rispondere a un set di 5-10 domande, a risposta multipla,

su uno o più temi (acquisto, modalità di cottura e consumo di prodotti alimentari; attività fisica; qualità del sonno; altri aspetti dello stile di vita e psicologici).

Contestualmente, potranno fruire di una serie di indicazioni scientifiche volte a orientare verso consumi alimentari più consapevoli e abitudini di vita più salutari e meno sedentarie. Lo strumento è utilizzabile da tutte le donne italiane maggiorenni che non si trovino in stato di gravidanza. Per partecipare all'iniziativa è sufficiente inquadrare il QR-code in calce, oppure collegarsi all'indirizzo <https://qrs.ly/5dfci18> *.

“Studi scientifici accreditati

affermano che quasi il 50% dei casi di tumore mammario potrebbe essere prevenuto adottando stile di vita salutari: le linee guida dell'American Cancer Society (ACS) e le raccomandazioni del World Cancer Research Fund/American Institute for Cancer Research, ad esempio, suggeriscono di mantenere nel corso della vita una costante condizione di normopeso, consumando una dieta a base vegetale, adottando uno stile di vita fisicamente attivo e limitando il consumo di carne rossa e alcol - spiega Michela Franchini, ricercatrice del Cnr-Ifc - Altre raccomandazioni riguardano il consumo di legumi e cereali, preferibilmente integrali, mentre sono sconsigliati con forza l'utilizzo di cibi ad elevata densità calorica e l'assunzione di quantità eccessive di sale”.

Anche l'abitudine al

fumo è una “sorvegliata speciale”: “Alcuni studi hanno evidenziato che il rischio di insorgenza di tumore mammario fra le donne fumatrici risulta tre volte superiore rispetto alle non fumatrici e che l'abitudine al fumo è responsabile del 2,6% degli anni di vita persi per tumore mammario, mentre il fumo passivo è responsabile dell'1% - aggiunge Sabrina Molinaro coordinatrice del gruppo del Cnr-Ifc - Questi fattori di rischio vanno a sommarsi con altri già ampiamente riconosciuti come la familiarità su base genetica, l'età, l'esposizione professionale, la storia riproduttiva, tutti fattori che alimentano i modelli previsionali di rischio attualmente in uso per la definizione dei range di età e degli intervalli fra una visita senologica e la successiva, nell'ambito dei programmi di screening organizzati”.

“Poter integrare informazioni relative alle abitudini alimentari e agli stili di vita all'interno di questi modelli di rischio, consentirebbe di programmare le politiche di prevenzione con un approccio differenziato in base alle caratteristiche personali delle donne. Ciò richiede la disponibilità di informazioni quali-quantitative su popolazioni molto numerose, al momento non reperibili dalle fonti

informative ufficiali”, conclude Molinaro.



**INQUADRA IL
QR CODE PER
COMINCIARE**



**Puoi contattare
studiopink@ifc.cnr.it
per maggiori informazioni**

