

VareseNews

Settimana oncologica con l'olio extra-vergine

Pubblicato: Mercoledì 11 Marzo 2009

La **Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori** (LILT) promuove dal 20 al 29 marzo la Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica, sotto l'Alto Patronato della Presidenza della Repubblica e il patrocinio della Presidenza del Consiglio dei Ministri, del Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche Sociali, del Ministero delle Politiche Agricole Alimentari e Forestali, del Ministro per le Pari Opportunità e il Ministro della Gioventù.

La settimana sarà caratterizzata da un **ricco carnet di appuntamenti** per informare e sensibilizzare la popolazione sull'importanza della cultura della diagnosi precoce e della prevenzione, concetti fondamentali capaci di fare la differenza nella lotta contro i tumori. Se infatti la prevenzione primaria (corretta alimentazione, attività fisica e abbandono del fumo) rappresenta un'arma importante contro il cancro, la prevenzione secondaria (diagnosi precoce dei tumori della mammella, del collo dell'utero, del colon-retto, della prostata e della cute) resta fondamentale.

In occasione della Settimana Nazionale per la Prevenzione la Sezione Provinciale di Milano della LILT allestirà stand per la distribuzione di materiale informativo e per la raccolta fondi con la **proposta dell'olio extra vergine d'oliva**, alleato del nostro benessere fisico per le sue qualità protettive, non solo nei confronti delle malattie cardiovascolari e metaboliche ma anche per alcuni tipi di tumore.

Infatti gli oli non rendono solo gustosi i nostri piatti ma forniscono anche i grassi che, in giusta quantità, sono necessari per il benessere dell'organismo: sono utili perché veicolano le vitamine A, D, E e K e anche perché forniscono due particolari acidi grassi, il "linoleico" e il "linolenico" che svolgono importanti funzioni biologiche, ma che il nostro organismo non è in grado di sintetizzare e può assumere solo con la dieta. Diversi studi epidemiologici hanno inoltre evidenziato che un consumo regolare di olio d'oliva all'interno di una dieta mediterranea riduce di più della metà il rischio di neoplasie del cavo orale e dell'esofago, oltre ad un effetto protettivo nei confronti del tumore al seno.

Inoltre, per sensibilizzare alla diagnosi precoce, durante la Settimana per la Prevenzione Oncologica, verranno effettuate a Milano e in alcuni comuni della provincia visite gratuite al seno e alla cute/nei nell' Unità Mobile itinerante appositamente allestita. L'Unità Mobile è dotata di due sale per le visite oltre a personale altamente specializzato nell'ambito oncologico e accoglierà i cittadini che vorranno sottoporsi a controlli preventivi.

– **domenica 29/3, Legnano, Piazza San Magno** (dalle 10,00 alle 13,30 dalle 14,30 alle 18,00)

– **lunedì 30/3, Busto Garolfo, p.le adiacente Bcc** (dalle 10,00 alle 13,30 dalle 14,30 alle 18,00)

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it