

Le regole per cura e prevenzione del tumore al seno

Pubblicato: Mercoledì 26 Giugno 2019



Venerdì scorso, 21 giugno, a **Mozzate** si è parlato di **Tumore al Seno**: dalla prevenzione alla cura con particolare attenzione alla nutrizione ed all'attività fisica.

Nella cornice di Villa Scalabrino si sono alternati eccellenti relatori dell'**ASST Sette Laghi** che, grazie al **Comune ed alle Associazioni CAOS, ANDOS Varese e Lega Tumori** organizzatori dell'evento, hanno portato un importante contributo multidisciplinare ai numerosi presenti.

Il **Professor Fausto Sessa**, Direttore della S.C. di Anatomia ed Istologia Patologica ha spiegato come gli esami istologici forniscono una serie di informazioni molto raffinate e precise legate alla natura di ogni singolo tumore: questo guida i medici nell'individuare una **terapia mirata e personalizzata** per la paziente.

La **Prof.ssa Francesca Rovera**, Responsabile della Breast Unit dell'Ospedale di Circolo di Varese, ha sensibilizzato tutte le donne a prendersi cura del proprio seno facendo regolarmente l'autopalpazione e rivolgendosi a un senologo di riferimento per iniziare a seguire un percorso di prevenzione mirato. Ha raccomandato di aderire ai programmi di screening su chiamata dell'ATS, perché **un tumore diagnosticato in fase preclinica** (di piccolissime dimensioni) **garantisce una cura migliore**.

“Batterlo sul tempo” è la strategia vincente: la **genetista Dottorssa Mariagrazia Tibiletti** ha parlato di come l'indagine genetica può identificare se una donna ha ereditato una mutazione di geni che la espone ad un alto rischio di sviluppare il cancro alla mammella ed all'ovaio ereditario. Presso la Breast Unit

dell'Ospedale di Circolo di Varese è attivo, dal 1994, un **Ambulatorio di Consulenza Genetica Oncologica** a cui le signore si possono rivolgere se hanno diversi casi di tumore in famiglia.

La **Dottoressa Linda Bascialla**, Oncologo Medico, ha parlato di alimentazione e stile di vita per la salute, intesa come **benessere fisico e mentale della persona**: è importante variare i cibi, limitando e non eliminando le carni ed i latticini, privilegiando le proteine vegetali come i legumi, e dando ampio spazio a cereali integrali, verdura e frutta di stagione. Acqua e tisane sono importantissime per una corretta idratazione. Molto interessante il suo intervento che ha evidenziato come anche il convivio abbia un ruolo importante da non sottovalutare.

La **Dottoressa Elisabetta Milvio, Senologa** della Lega Italiana Lotta contro i Tumori, ha fatto chiarezza sul valore della visita senologica nel percorso di prevenzione, che va sicuramente associata a **mammografia ed ecografia**, ma che rappresenta un importante momento clinico e relazionale con il medico di riferimento, il quale personalizzerà poi il percorso di prevenzione che la donna dovrà seguire in futuro, sulla base di quanto emerso durante questo significativo approccio.

Nell'iter diagnostico, terapeutico, assistenziale legato al tumore alla mammella, acquista sempre più valore il medico di medicina generale, che lega l'Ospedale al territorio. Il **Dottor Giancarlo Grisetti** ha esaurientemente parlato di cronicità e controlli periodici.

Gianni Frangi, Formatore Sportivo Nazionale di Nordic Walking, ha integrato la parte scientifica con una presentazione di questa disciplina legata alla camminata con bastoncini, molto utile per la **riabilitazione fisiatica e psicologica** della donna operata al seno.

Sabato 22 giugno i senologi **dottoressa Elisabetta Milvio e Dottor Corrado Chiappa**, hanno **visitato gratuitamente piu' di 50 donne** presso gli ambulatori medici del Centro Civico, coadiuvati all'accoglienza, con sensibilita' ed attenzione, da Giuseppe Borgia e Chiara Albeni.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it