

La Clinica La Quiete di Varese aderisce a Movember il mese della salute maschile

Pubblicato: Mercoledì 19 Novembre 2025



La Clinica La Quiete di Varese aderisce a Movember, il movimento globale nato in Australia nei primi anni Duemila, per la sensibilizzazione della salute maschile con l'obiettivo di rompere il silenzio sui problemi di salute maschile.

La Fondazione Movember concentra la propria attività su tre aree principali:

- **Tumore della prostata**
- **Tumore dei testicoli**
- **Salute mentale maschile**, affrontando ansia e depressione connessi alla malattia.

Il Tumore alla prostata

Il tumore alla prostata è oggi la neoplasia più diffusa nella popolazione maschile. In Italia, secondo le stime più recenti, si registrano **oltre 40.000 nuove diagnosi all'anno**. L'incidenza aumenta con l'età: è rara prima dei 50 anni, ma dopo questa soglia rappresenta **oltre il 20% di tutti i tumori diagnosticati negli uomini**, raggiungendo il picco tra i 70 e i 75 anni. Sono 485.000 gli uomini che vivono in Italia con una diagnosi di tumore alla prostata.

In **Lombardia**, l'incidenza è di **125,4 casi ogni 100.000 abitanti**, con una tendenza in lieve calo negli ultimi anni, ma con una concentrazione elevata nelle fasce più anziane.

Nell'area di competenza di **ATS Insubria** — che comprende le province di Varese e Como — la diffusione della patologia segue il **trend regionale**, legato principalmente all'invecchiamento della popolazione e agli stili di vita

Fattori di rischio e ruolo dell'alimentazione

Il principale fattore di rischio è l'età, ma influiscono anche **familiarità, stili di vita e genetica**.

- Avere un **parente di primo grado** affetto dalla malattia **raddoppia il rischio**;
- L'obesità e la **sindrome metabolica** aumentano la probabilità di forme più aggressive;
- Una dieta **ricca di grassi animali e carni rosse** è associata a maggiore incidenza, mentre il **modello mediterraneo**, con abbondanza di verdure, legumi e pesce, esercita un effetto protettivo.

Come ricorda il **dottor Jon Lovisolo, urologo della Clinica La Quiete di Varese**, «un'alimentazione equilibrata e un'attività fisica regolare sono strumenti fondamentali di prevenzione. Limitare grassi saturi, alcol e fumo significa ridurre l'infiammazione cronica e i fattori che favoriscono l'insorgenza di tumori ormono-dipendenti come quello prostatico».

Diagnosi precoce: la chiave della sopravvivenza

Grazie ai progressi diagnostici, la **sopravvivenza a cinque anni**, per chi scopre la malattia in fase iniziale **supera il 90%**.

Lo screening precoce — basato sul dosaggio del **PSA**, sull'**esplorazione rettale** e su **esami di imaging mirato** — consente di individuare tumori localizzati, trattabili con tecniche mininvasive e con un miglior esito funzionale.

Dallo scorso anno, ATS Insubria promuove, nell'ambito del programma regionale lombardo, uno **screening gratuito aperto**, al momento, **ai nati dal 1970 al 1974**. L'adesione è volontaria e riservata a chi non abbia già avuto una diagnosi o eseguito test recenti specifici.



Il contributo della Clinica La Quietè di Varese

Nel mese di **novembre e fino alla fine dell'anno**, in occasione del Movember, la Clinica La Quietè di Varese promuove un'iniziativa dedicata alla prevenzione del tumore alla prostata, con **visite urologiche e controllo del dosaggio di PSA Reflex a una tariffa agevolata** per sensibilizzare gli uomini sull'importanza del controllo periodico.

Il **dottor Jon Lovisolo** sottolinea come «la prevenzione cominci dall'informazione: conoscere i fattori di rischio, fare controlli regolari e non sottovalutare i sintomi è il primo passo per salvaguardare la propria salute».

La risonanza multiparametrica: l'indagine più avanzata

Il **dottor Tiziano Frattini**, radiologo e referente del Servizio di Diagnostica per Immagini della Clinica La Quietè, spiega che «la **risonanza multiparametrica della prostata** è oggi uno degli strumenti più precisi per individuare tumori clinicamente significativi».

Questo esame combina sequenze morfologiche, funzionali e vascolari per valutare l'intera ghiandola e le caratteristiche biologiche dei tessuti.

«Grazie a questa tecnica — spiega il dottor Frattini — possiamo attribuire un **punteggio di probabilità** alla presenza di un tumore, evitando biopsie inutili e consentendo di intervenire solo quando serve. Il mezzo di contrasto, impiegato in casi selezionati, migliora ulteriormente la precisione diagnostica, distinguendo i tessuti normali da quelli sospetti. Le apparecchiature devono, però, soddisfare caratteristiche tecnologiche ben precise: un macchinario con un'intensità di campo più alta offre un miglior rapporto segnale-rumore e quindi immagini più definite e di qualità superiore. Alla Clinica La Quietè disponiamo di tecnologie di ultima generazione che garantiscono un'eccellente qualità d'immagine e consentono di eseguire l'esame in modo confortevole, senza bisogno di bobine endorettali, quindi senza strumenti invasivi.

È un vantaggio importante per il paziente e al tempo stesso mantiene la massima accuratezza

diagnostica».

Tumore ai testicoli

Accanto ai controlli periodici, è importante promuovere una cultura della **prevenzione fin da giovani**. Per il tumore ai testicoli, lo scorso anno in Italia sono state registrate **circa 2400 nuove diagnosi** ma con una **sopravvivenza del 93%** grazie alla diagnosi precoce. È una patologia tumorale abbastanza rara, che colpisce le **fasce più giovani della popolazione maschile** (dai 25 ai 39 anni).

I principali fattori non modificabili sono: **criptorchidismo** (testicolo non disceso): il rischio è da 4 a 8 volte superiore; **storia familiare**: avere un parente stretto con la malattia moltiplica il rischio fino a dieci volte; **precedente tumore al testicolo controlaterale**; **Sindrome di Klinefelter** e alterazioni genetiche del cromosoma Y.

Tra i fattori ambientali e comportamentali si segnalano l'esposizione a **interferenti endocrini** (pesticidi, ftalati, PCB), **l'infertilità maschile**, il **fumo di tabacco** e, in misura minore, traumi o infezioni testicolari

Prevenzione e diagnosi precoce

Il tumore ai testicoli, se diagnosticato in fase iniziale, ha **probabilità di guarigione prossime al 100%**. Per questo è fondamentale l'**autopalpazione mensile**, una pratica semplice che consente di individuare precocemente eventuali noduli o variazioni di volume.

I controlli periodici urologici e l'attenzione ai sintomi — come senso di peso, dolore o ingrossamento — completano le buone pratiche di prevenzione da iniziare fin dalla giovinezza.

Conclusione

Novembre è il momento per parlare apertamente di salute maschile. Il messaggio del Movember e delle strutture sanitarie come la **Clinica La Quietè di Varese** è chiaro: **la prevenzione salva la vita**. Un controllo regolare può fare la differenza tra una diagnosi precoce e una malattia avanzata, tra la paura e la consapevolezza.

Per informazioni: www.clinicalaquiete.it

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it