



Al via la campagna educativa Cooking, Comfort, Care di AIOM. Ideate alcune gustose ricette per i 14mila pazienti che ogni anno ricevono la diagnosi di cancro del pancreas. Il dott. Nicolis: “Va riscoperta l'alimentazione del Mare Nostrum. Con una giusta nutrizione si può favorire la prevenzione oncologica primaria e migliorare la qualità di vita del malato”



Milano, 30 agosto 2018 - La dieta mediterranea è considerata la più salutare e seguirla tutti i giorni riduce del 10% la mortalità da cancro. Le cattive abitudini alimentari sono però sempre più diffuse nel nostro Paese. Il 42% degli italiani è in eccesso di peso, più del 10% addirittura obeso. Solo un adulto su dieci invece mangia tutti i giorni le cinque porzioni di frutta e verdura raccomandate dagli esperti.

E l'alimentazione riveste un ruolo sempre più importante anche per chi sta affrontando gravi e insidiose neoplasie. Problemi di malnutrizione e conseguente perdita di peso interessano tuttavia ben sette pazienti su dieci con tumore del pancreas.

Da qui l'esigenza di promuovere una dieta adeguata e anche gustosa per questa particolare categoria di malati. Per questo la Fondazione AIOM insieme a AIOM (Associazione Italiana di Oncologia Medica) lancia la campagna Cooking, Comfort, Care. L'obiettivo è promuovere a 360 gradi una nuova e corretta dieta tra i pazienti oncologici e il resto della popolazione.

Parte oggi e prevede un mini-sito web (su www.aiom.it e dal 10 settembre su www.fondazioneaiom.it) con notizie e informazioni sulla dieta mediterranea e la nutrizione del malato di cancro, una forte attività sui social media e la distribuzione di materiale informativo su tutto il territorio nazionale.

Il progetto viene presentato oggi a Milano. Per Cooking, Comfort, Care sono state ideate alcune speciali ricette per piatti gustosi e adatti sia al malato con tumore del pancreas che alla sua famiglia.

“E’ una neoplasia molto aggressiva - sottolinea il dott. Fabrizio Nicolis, presidente Fondazione AIOM - a causa della difficoltà nella diagnosi e alle particolari caratteristiche dell’organo che compromettono l’efficacia delle cure. Lo scarso appetito e i frequenti disturbi gastro-intestinali sono determinati anche dai trattamenti anti-tumorali e rendono più complicato il quadro clinico del paziente. Un’alimentazione adeguata ma al tempo stesso stuzzicante può rappresentare un valido aiuto per le molte sfide quotidiane che il malato deve affrontare”.

“Negli ultimi 30 anni la ricerca medico-scientifica si è concentrata sullo studio dei collegamenti tra nutrizione e malattie oncologiche - afferma la dott.ssa Stefania Gori, presidente nazionale AIOM - È stimato che un terzo di tutte le neoplasie sono riconducibili alle nostre abitudini alimentari. La dieta è considerata l’unico fattore in grado sia di prevenire che di favorire l’insorgenza dei tumori. Con la nuova campagna vogliamo far capire, a tutti gli italiani, che il cancro si vince giocando d’anticipo. E lo si può affrontare meglio anche prestando molta attenzione a cosa e quanto si mangia tutti i giorni”.

Il tumore del pancreas lo scorso anno ha colpito più di 13.700 italiani e il numero di nuovi casi risulta in crescita (erano ‘solo’ 11.500 nel 2013).

“Nonostante questo incremento, si tratta di una patologia oncologica di cui si parla ancora poco - aggiunge la presidente Gori - Anche per questo motivo la mortalità rimane alta, nonostante la bassa incidenza. Tra i vari trattamenti l’intervento chirurgico rappresenta una delle modalità più efficaci per intervenire contro il questo carcinoma. Però, solo un paziente su cinque può essere curato con il bisturi. Negli ultimi anni abbiamo ottenuto risultati molto interessanti grazie all’uso della nanomedicina. Questa ci permette di raggiungere la radice del tumore e i farmaci risultano più efficaci. Molta strada resta ancora da percorrere. La prevenzione primaria rimane quindi un’arma imprescindibile e risulta particolarmente importante il ruolo della dieta”.

Strettamente collegati all’alimentazione sono anche i chili di troppo, un problema che interessa sempre più il Vecchio Continente. Nell’Unione Europea il 51% degli adulti è da considerarsi in sovrappeso mentre uno su sei è obeso.

“Al grave eccesso di peso sono riconducibili ben 11 diverse forme di cancro nonché il 3% dei tumori negli uomini e l’8% nelle donne - sostiene Nicolis - Secondo le ultime indagini svolte a livello continentale il livello qualitativo e quantitativo dell’alimentazione sta migliorando negli Stati del Nord e peggiorando invece nelle Nazioni del Sud. Per esempio in Italia, nonostante alcuni miglioramenti degli ultimi anni, un bambino su dieci è obeso. Si tratta di un dato francamente preoccupante soprattutto se consideriamo che il nostro Paese è una delle “Patrie” della dieta mediterranea. Bisogna creare una nuova cultura dell’alimentazione cominciando proprio dal rilancio della dieta tipica del Mare Nostrum”.