



LA PREVENZIONE PARTE DAI GIOVANI!

RISPONDIAMO ALLE TUE DOMANDE
CONTATTACI E SCRIVICI



342.8524597



RINNOVA
IL TESSERAMENTO
CON UN **CLICK** SU

www.prevenzionetumori.org



3 EDITORIALE

**4 VOLONTARI PER
LA PREVENZIONE TUMORI**

**5-8 ECCO PERCHÈ SONO
DIVENTATO UN VOLONTARIO**

**9-13 GIOVANI E PREVENZIONE,
L'AMBULATORIO MOBILE È
DAVANTI ALLE UNIVERSITÀ**

**14 RAGAZZI, ATTENZIONE ALLE
"MALATTIE DELLO STILE DI VITA"**

15 GLI EVENTI DELL'ASSOCIAZIONE

**18-21 CONTRO IL TUMORE
AL SENO DIAMOCI UNA MOSSA!**

22-23 SOSTIENICI

**24 DEDICA UN GIORNO
ALLA TUA SALUTE**



**ASSOCIAZIONE
PER LA PREVENZIONE
E LA CURA DEI TUMORI
IN PIEMONTE**

Caro Socio,

sono ripartite **le visite di prevenzione del cavo orale e della cute** e questo dà la possibilità alle persone di tornare a fare prevenzione nei confronti di due malattie tumorali che hanno numeri altisonanti per prevalenza e incidenza di casi. **Basta diventare Soci e prenotare i controlli al numero 011.8173930, dal lunedì al venerdì, dalle 9 alle 12.**

L'Associazione Prevenzione Tumori è ripartita anche con lo **Sportello informativo** che risponde al numero **342 8524597**: è il filo diretto con i Volontari dell'Associazione che forniscono **indicazioni sui percorsi necessari di cura e di assistenza e sui centri di riferimento**, per garantire a chi ha bisogno il migliore percorso di salute. Attraverso questo numero le persone possono **chattare con i Volontari e inviare messaggi**.

Simbolo di ripartenza è anche la **seconda tappa** del Tour **“Più Prevenzione meno Superstizione”** che ha coinvolto gli **studenti universitari a partire dal 19 ottobre**. La manifestazione è stata organizzata in collaborazione con l'Università degli Studi di Torino. L'ambulatorio mobile ha sostato davanti alle Università di Torino e provincia per portare il messaggio dell'importanza di osservare i corretti stili di vita per ridurre le possibilità di sviluppare malattie importanti come i tumori. L'obiettivo è **stato quello di dare la possibilità ai giovani universitari di sottoporsi gratuitamente a visite di controllo e a consulti con i medici di medicina generale**.

Protagonista è stato nuovamente l'**ambulatorio mobile che ha fatto tappa davanti alle Università per fare cultura della prevenzione**.

Come vedi l'Associazione Prevenzione Tumori non si ferma!

Con questa lettera ti chiediamo di **continuare a seguirci sul nostro sito www.prevenzionetumori.org** per restare sempre aggiornato con articoli di approfondimento sulla prevenzione e la salute e con le interviste ai nostri medici.

Grazie di cuore!

SEGUICI ANCHE SUI SOCIAL FACEBOOK E INSTAGRAM





La Presidente Giulia Giada

Giulia Giada

La prevenzione deve iniziare in età giovanile, per intenderci deve cominciare tra i banchi di scuola perché certe cose imparate da piccoli non si scordano più.

Ricordo che quando andavo a scuola i miei insegnanti ci mettevano il cuore e la passione quando raccontavano che era importante bere e mangiare cose genuine, come il latte fresco, la frutta e la verdura di stagione; che in casa era meglio che i nostri genitori non fumassero per salvaguardare la salute dei più piccoli; che lo sport serviva per “fare

gruppo e squadra” e insegnava pure che se ti ami da piccolo grazie all’attività fisica, ti ami anche quando diventi un adulto.

Quei bambini ora sono diventati adulti, come lo sono io. Oggi il mio compito è dire ai bambini, agli adolescenti, ai ragazzi che **osservare corretti stili di vita è importante per vivere in salute e a lungo**.

L’Associazione Prevenzione Tumori ritornerà **nelle scuole per fare cultura della prevenzione**, è un obiettivo che si è prefissato per il 2023. Ma da qui al nuovo anno alcuni nostri progetti hanno già acceso i motori.

Come la **seconda tappa del tour “Più Prevenzione meno Superstizione”**, che è partita il 19 ottobre e coinvolge gli **studenti universitari**. Il nostro intento è **invogliarli a fare prevenzione e promuovere i corretti stili alimentari**, con particolare attenzione anche alle **patologie dell’alimentazione** e alle **infezioni trasmissive**.

Motori accesi anche per la **campagna di comunicazione e di sensibilizzazione sulle 12 regole del Codice europeo contro il cancro**, regole che **mirano a rafforzare la prevenzione e la diagnosi precoce dei tumori**.

Ce l’eravamo detti un anno fa che era necessario arrivare alle persone - giovani e adulti - con una **nuova comunicazione per la prevenzione dei**

tumori, consapevoli del fatto che soprattutto nel periodo pandemico molte visite ed esami si sono fermati e si è fatta meno prevenzione. Oggi più che mai l’obiettivo è raggiungere sempre più persone e avvicinarle alla prevenzione dei tumori e ai corretti stili di vita.

La ripartenza delle **visite di prevenzione** è, infine, un’altra grande occasione per le persone, che possono prenotare con noi visite del cavo orale e della cute.

Insomma, oggi è tempo di riprendere a fare prevenzione e a comunicare la necessità di prevenire le malattie oncologiche. Vi invitiamo a seguirci e a intraprendere insieme una nuova era della prevenzione.

VOLONTARI PER LA PREVENZIONE TUMORI

DONA IL TUO TEMPO E LE TUE CAPACITÀ PER DIFFONDERE INSIEME A NOI LA CULTURA DELLA PREVENZIONE NELLA LOTTA CONTRO I TUMORI

COSA FANNO I VOLONTARI DELLA PREVENZIONE

Attraverso un percorso di formazione e di affiancamento i Volontari sono messi in condizione di **prestare assistenza telefonica e in chat, per fornire indicazioni sui percorsi di cura, per consigliare il ricorso a specialisti, per individuare i centri più adatti e per sostenere con le parole giuste coloro che, prima di ogni altra cosa chiamano alla ricerca di una parola di conforto.**

I Volontari partecipano all'**organizzazione delle iniziative di raccolta fondi e alle campagne di sensibilizzazione**, per mezzo dei banchetti in piazza e con la presenza alle manifestazioni in cui l'Associazione da anni porta i suoi presidi informativi.

I Volontari possono prestare il loro tempo nell'attività del **call center dedicato alla prenotazione delle visite di prevenzione**, utilizzando il programma dell'Associazione.



QUALI SONO I REQUISITI PER PARTECIPARE

- Avere compiuto 18 anni
- Essere disponibili a prestare servizio per l'Associazione a titolo gratuito in base alle capacità e alle disponibilità di ciascuno.
- Condividere i valori e la missione dell'Associazione per la Prevenzione e la Cura dei Tumori Odv espressi nello Statuto.
- Avere il senso di responsabilità nell'assunzione degli impegni presi e la capacità di lavorare in gruppo.

COME POSSO PRESENTARE LA MIA CANDIDATURA

Per poter prestare servizio come Volontari dell'Associazione è necessario partecipare preventivamente al **corso di formazione** organizzato dall'Associazione e al successivo colloquio orientativo. Per conoscere le date dei corsi e presentare richiesta di iscrizione scrivere a: segreteria@prevenzionetumori.org

scopri di più su: www.prevenzionetumori.org

ECCO PERCHÈ SONO DIVENTATO UN VOLONTARIO

Lidia, Donatella, Stefano, Daniela sono alcuni “angeli custodi” dell’Associazione Prevenzione Tumori che hanno deciso di mettere a disposizione il loro tempo per questa associazione. Ognuno è spinto da una motivazione personale, ognuno vive questa esperienza in base al proprio vissuto, ma tutti hanno la stessa energia che li spinge a fare, fare e fare ancora: l’amore per il prossimo, il desiderio di aiutare l’altro in un momento di importante bisogno.



Lidia De Bortoli, 74 anni, conosce l’Associazione dal lontano 2017 e ha beneficiato anche di una visita dermatologica negli anni passati.

“Ho continuato a rimanere socia dell’Associazione e quando sulla rivista “Nuova Speranza” ho letto che stava cercando dei volontari, ho chiamato subito per chiedere cosa dovevo fare per diventare

“Questa esperienza la consiglio ai giovani perché è un modo per accorgersi di come sta l’altro e come lo puoi aiutare”

una volontaria, visto che avevo del tempo libero da dedicare al prossimo. Questa è la mia prima esperienza come volontaria”.

Lidia sta dedicando una mezza giornata presso l’associazione ed è stata anche nelle piazze per distribuire i sacchetti di mele in occasione della raccolta fondi “La prevenzione dà buoni frutti, cogli la mela per la vita”.

“Trovo l’esperienza del volontariato molto gratificante e inoltre mi permette di

condividere con altre persone le problematiche sia sociali sia di vita quotidiana. Senz’altro questa esperienza la consiglio anche ai giovani, perché è un modo per accorgersi di come sta l’altro al nostro fianco e come lo possiamo aiutare”.

Il messaggio di Lidia è infine questo: *“La possibilità di dare il proprio tempo per aiutare gli altri è fondamentale per completare il nostro progetto di vita che ci è stato assegnato”.*



Stefano Mottica ha 50 anni, è un libero professionista e ha sempre il sorriso stampato sul viso. È sposato, è papà di una ragazzina di 15 anni e da diversi anni è socio dell’Associazione e beneficia delle visite di prevenzione. La scorsa primavera, quando ha letto sulla rivista “Nuova Speranza” la possibilità di diventare volontario, ha preso la palla al balzo e ha chiamato. Ora Stefano, che è anche un donatore di sangue Avis, dedica una mezza giornata a settimana del

“Essere volontario significa vivere e guardare il mondo in modo reale, è una esperienza che dà energia alla famiglia e al lavoro”

suo tempo alle attività dell’Associazione. *“È la prima volta per me e devo dire che essere volontario è una esperienza bellissima! Mi arricchisce sotto tutti i punti di vista. È stata mia figlia a dirmi “Papà, che bello, sei diventato un volontario! Anche io voglio diventare una volontaria, ma nei canili, per prendermi cura degli amici a quattro zampe”.* Stefano è stato impegnato nella prima tappa del tour “Più Prevenzione meno superstizione” nelle Circoscrizioni torinesi e davanti alle università e ha distribuito “le mele per la vita” nelle piazze di Torino per la campagna di raccolta fondi.

*“Si pensa che fare il volontario sia un’attività degli anziani perché è più facile trovare il tempo, ma non è così. Io, per esempio, sono un libero professionista e cerco di ritagliarmi il tempo necessario per questa esperienza che consiglio anche ai giovani. **Essere volontario** significa guardare e vivere il mondo in maniera diversa, **significa vivere la comunità in modo più realistico e attivo, diversamente da quello che ci fanno vedere i telegiornali”.***

ECCO PERCHÈ SONO DIVENTATO UN VOLONTARIO



Donatella Lenoci prima di diventare volontaria è stata prima di tutto una paziente della prevenzione. Ha conosciuto l'Associazione Prevenzione Tumori durante il tour dell'ambulatorio mobile "Più Prevenzione meno Superstizione" che da febbraio a marzo ha fatto tappa nelle Circoscrizioni torinesi dando la possibilità ai torinesi di sottoporsi gratuitamente a visite di

"Prevenzione vuol dire non avere paura e affrontare il problema prima che si manifesti"

controllo e a consulti con i medici dell'Associazione. *"Mi sono rivolta all'ambulatorio per sottopormi ad un consulto medico e da lì è nato il mio interesse a partecipare in maniera attiva come volontaria, per fare qualcosa di utile per gli altri. Ho trovato nell'Associazione le risposte che cercavo per la mia salute e di questo sono molto felice".*

Donatella risponde al call center per prenotare le visite di prevenzione della cute e del cavo orale ed è stata presso gli stand della campagna di raccolta fondi "La prevenzione dà buoni frutti, cogli la mela per la vita".

"Spero sempre che in occasioni come queste le persone si rivolgano all'Associazione per conoscere questa realtà bellissima e attivissima e per fare un passo avanti e non avere paura, perché prevenzione vuol dire non avere paura e affrontare il problema prima che si manifesti. Il percorso della prevenzione quindi della cura devono essere affrontati con serenità".

E i giovani e il volontariato? *"Questa esperienza la consiglio ai giovani perché è una esperienza dalla forza vitale che arricchisce tantissimo".*



Luisa ha 65 anni, da un anno è andata in pensione e avvicinarsi al volontariato è stato un caso della vita. *"Quando l'ambulatorio mobile dell'Associazione questa primavera è arrivato nella Circoscrizione dove abito, mi sono avvicinata e ho chiesto: "Come posso diventare una*

Siamo felici di far parte di questa associazione e di essere di aiuto a chi chiede aiuto"

vostra volontaria?". È stato subito amore".

Una mattina alla settimana Luisa è al call center dell'Associazione per organizzare le prenotazioni delle visite di prevenzione della pelle e del cavo orale. *"Sento tanta sofferenza dalle persone che si rivolgono a noi e mi accorgo che c'è tanto bisogno di ascolto".*

Per Luisa questa esperienza è gratificante e per questa ragione ha coinvolto anche una sua vicina di

casa, **Maria**, che è diventata presto volontaria dell'Associazione: *"Fare il volontario porta tanto beneficio a se stessi e significa aiutare le persone che, oggi più di ieri, hanno bisogno di parole e di avere un punto di riferimento, soprattutto in un ambito come quella della sanità e della salute".*

ECCO PERCHÈ SONO DIVENTATO UN VOLONTARIO



Andrea Giordano ha 27 anni, lavora in uno studio professionale e fa parte dei “Giovani per Torino”

“La prevenzione è importante ma ad oggi c’è ancora poca consapevolezza tra le persone”

da 10 anni. *“Fare il volontario è una esperienza che mi arricchisce e che permette di portare avanti una giusta causa. Per l’Associazione Prevenzione Tumori la causa è la prevenzione, un’azione che deve partire proprio dai giovani. La prevenzione è importante ma ad oggi*

c’è ancora poca consapevolezza tra la gente. Io personalmente faccio attività fisica, non bevo e faccio tutto ciò che mi permette di stare bene. Inoltre, cerco di trasmettere anche ai miei amici l’importanza della prevenzione e anche la bellezza di fare volontariato”.



Daniela Borgogno è una ex insegnante di lettere delle scuole medie, è di Torino, ha 64 anni e quando è andata in pensione circa un anno fa, ha pensato che avrebbe voluto ancora una volta nella sua vita investire il suo tempo in qualcosa di buono. *“Perciò ho deciso di diventare volontaria dell’Associazione Prevenzione Tumori e ne vado orgogliosa. Sono sempre stata attratta da questo mondo, ho sempre voluto aiutare gli altri e chi ha bisogno. Dell’esperienza come volontaria parlo sempre alle mie amiche e a mia sorella con la speranza che*

“Il volontariato è un mondo da scoprire. Essere volontari è un dare a se stessi e agli altri ma è anche un modo per ricevere dal prossimo”

inizino anche loro questo straordinario percorso”.

Daniela, già socia e beneficiaria delle visite di prevenzione dell’Associazione, ha partecipato al tour “Più Prevenzione meno superstizione” nelle circoscrizioni di Torino e intende imparare a fare tanto altro. Ora è al call center per rispondere alle telefonate che arrivano ogni giorno da parte delle persone che chiedono una prenotazione per sottoporsi alle visite dei nei e del cavo orale.

“Rispondere alle chiamate vuol dire anche ascoltare chi c’è dall’altra parte della cornetta. Le persone che chiamano hanno un grande bisogno di parlare, rivelano paura, ansie e preoccupazioni nei confronti

della malattia, molto spesso sono poco informate sulle opportunità che esistono per prevenire i tumori, per questo noi volontari siamo qui, per dire che è importante prevenire, conoscere e informarsi. Questo è il nostro modo per sentirci più vicino alle persone”.

I giovani sono il futuro del volontariato. *“Per questo consiglio loro di fare i volontari, perché è un’esperienza che arricchisce, ci si sente bene, consapevoli di avere aiutato davvero una persona bisognosa di aiuto, anche solo con una parola o un sorriso”.*

ECCO PERCHÈ SONO DIVENTATO UN VOLONTARIO



Rodolfo Rongo, 25 anni è un laureato e lavora nel campo del marketing. Vive a Vercelli ma per fare il

“È molto bello fare qualcosa di concreto e portare con delle azioni dei messaggi importanti”.

volontario raggiunge Torino organizzando il suo tempo tra la solidarietà e il lavoro. Fa parte anche lui dei “Giovani per Torino. *“È molto bello fare qualcosa di concreto, poter portare attraverso i nostri gesti e azioni dei messaggi importanti come quello di fare prevenzione per ridurre il*

rischio di sviluppare malattie importanti come i tumori”.

Rodolfo è molto attento quando si parla di stili di vita. “Non fumo, bevo alcolici solo in alcune occasioni, faccio sport, tennis e palestra, e mangio cose genuine”.



Francesco Morciano ha 22 anni, ha origini pugliesi e fa parte dei Giovani per Torino. Studia al

“Il mio messaggio è quello di fare prevenzione perché può salvare la vita”.

Politecnico di Torino ma nel fine settimana si dedica al volontariato. Per l'Associazione Prevenzione Tumori è stato impegnato per la raccolta fondi delle “mele per la vita”. *“Fare il volontario è una esperienza molto bella e formativa e sono molto felice di farla. La consiglio a tutti,*

perché fa crescere come persona e permette di aiutare gli altri. Il tema della prevenzione dei tumori mi sta a cuore, perché a causa di queste malattie purtroppo ho perso degli amici. Il mio messaggio è dunque di fare prevenzione perché può salvare la vita”.



GIOVANI E PREVENZIONE L'AMBULATORIO MOBILE È DAVANTI ALLE UNIVERSITÀ

di Liliana Carbone

Anno 38/2022 - Il semestre n.2

nuova speranza

9

La prevenzione è a “km 0”. L'Associazione per la Prevenzione e la Cura dei Tumori Odv questo autunno è ripartita nel segno dei corretti stili di vita con il **Tour “Più Prevenzione meno Superstizione” per dare la possibilità agli studenti universitari di sottoporsi gratuitamente a visite di controllo e a consulti con i medici.** Protagonista è stato ancora una volta l'**ambulatorio mobile dell'Associazione che ha fatto tappa davanti alle Università con l'obiettivo di fare cultura della prevenzione.** Questa iniziativa è nata in collaborazione con l'Università degli Studi di Torino.

Un medico, dalle 13,30 alle 17, è stato a disposizione per effettuare visite o consulti e per rispondere alle domande dei giovani, che hanno potuto sottoporsi al controllo di pressione arteriosa, misurazione del girovita, delle pulsazioni e del peso e a un colloquio **conoscitivo** con il medico che ha effettuato l'anamnesi personale. In più sono stati **proiettati video informativi e divulgativi** per stimolare i ragazzi a fare prevenzione ed è stato fornito anche materiale informativo.

Nel tour sono stati coinvolti, a Torino il **Politecnico, il Campus Einaudi, la facoltà di Economia, Palazzo Nuovo, e il Campus di Grugliasco.**

Lo scopo del tour è di **sensibilizzare sui corretti stili di vita,** in particolare con riferimento alle «12 regole del

Codice Europeo contro il Cancro», nei confronti delle quali viene fatta un'importante campagna di comunicazione sui social da parte dell'Associazione Prevenzione Tumori. Si punta su alcune regole in particolare: **non fumare, limitare l'assunzione di alcolici, fare attività fisica, esporsi correttamente al sole e sottoporsi alle vaccinazioni (contro l'Hpv, Papilloma virus).** Si parla inoltre di **malattie sessualmente trasmissibili (Hiv, Hpv)** da prevenire attraverso un'attività sessuale protetta (uso di preservativi, ecc.).

Il tour ha l'obiettivo anche di promuovere i **corretti stili alimentari** con particolare attenzione alle **patologie dell'alimentazione e infezioni trasmissive.**

Considerando la propensione dei giovani alle tecnologie, **si è fatta cultura sulla telemedicina** e sui semplici tools che quotidianamente possono aiutare a prevenire e a stare meglio. C'è un grande interesse verso le nuove tecnologie che permettono di monitorare il proprio stato di salute (app, tablet, ecc.), esse vengono in aiuto per offrire agli utenti una vera e propria esperienza di salute.

Tour “Più Prevenzione meno Superstizione” per dare la possibilità agli studenti universitari di sottoporsi gratuitamente a visite di controllo e a consulti con i medici.



GIOVANI E PREVENZIONE L'AMBULATORIO MOBILE È DAVANTI ALLE UNIVERSITÀ



“Dobbiamo riuscire ad avvicinare i giovani alla prevenzione e dobbiamo farlo nei luoghi meglio deputati ad accoglierli, ovvero le Università”

Ha spiegato Giulia Gioda, Presidente dell'Associazione per la Prevenzione e la Cura dei Tumori Odv. Lo scopo del tour è **sensibilizzare sui corretti stili di vita**, in particolare con riferimento alle **12 regole del Codice Europeo contro il Cancro**”.



“Questa iniziativa mette insieme il programma di screening del CPO Centro di riferimento per l'epidemiologia e la prevenzione oncologica in Piemonte, l'Associazione Prevenzione Tumori e la Rete oncologica di Piemonte e Valle d'Aosta. La stessa rete oncologica sostiene a piene mani il progetto di prevenzione primaria e secondaria”.

Ha spiegato il professor **Alessandro Comandone**, Direttore del Dipartimento Oncologia dell'Asl Città di Torino.

*In tutte le nostre abitudini di vita possiamo incorrere in errori dietetici, in errori legati al fumo, all'assunzione di alcol in eccesso, alle droghe, che conducono sicuramente ad un danno talora indelebile e irrecuperabile sul piano della salute. **Se riusciamo a modificare certe nostre abitudini alcune forme di tumore possono essere prevenute. La raccomandazione è fare sport, mantenere il peso forma, seguire una corretta dieta alimentare per restare in buona salute”.***



GIOVANI E PREVENZIONE, L'AMBULATORIO MOBILE È DAVANTI ALLE UNIVERSITÀ

La vaccinazione è il tema portato all'attenzione dalla professoressa **Chiara Benedetto**, Direttore della Ginecologia e Ostetricia universitaria 1 dell'ospedale Sant'Anna della azienda ospedaliera universitaria Città della Salute e della Scienza di Torino.



“Abbiamo a disposizione la più potente arma di prevenzione contro i tumori del collo dell'utero, della vagina, della vulva, dell'ano, del cavo orale per le donne, e per gli uomini nei confronti dei tumori dell'ano, del pene, del cavo orale, dell'orofaringe e questa arma è la vaccinazione contro il papillomavirus (HPV). È importante che ragazze e ragazzi, donne e uomini, colgano questa grande occasione che la scienza ci ha messo a disposizione e corrano a vaccinarsi”.

L'Associazione Prevenzione Tumori, per ottobre, “il mese della prevenzione del tumore del seno”, ha lanciato una campagna social, per invitare le donne a fare prevenzione e diagnosi precoce. Sul tema si è espressa **Livia Giordano** del settore Epidemiologia e screening del CPO della



Città della Salute e della Scienza di Torino.

“La Regione Piemonte è una regione all'avanguardia per quel che riguarda gli screening della mammella, del collo dell'utero e del colon retto. Sono programmi attentamente e costantemente monitorati per valutarne la qualità e l'impatto nella popolazione. Tutti gli operatori sono sottoposti a formazione continua e c'è un approccio multidisciplinare nell'attività di diagnosi precoce. Perdere un'occasione come questa sarebbe un peccato per le donne e gli uomini che sono invitati ad effettuare questi test”.



GIOVANI E PREVENZIONE L'AMBULATORIO MOBILE È DAVANTI ALLE UNIVERSITÀ



12

La prima tappa del tour “Più Prevenzione Meno Superstizione” ha riscosso un grande successo di pubblico. In meno di due mesi (dal 21 febbraio al 13 aprile) 20 giorni di tappa nelle 8 circoscrizioni torinesi (a copertura di 130.000 km² di territorio dove risiedono 900.000 abitanti) hanno permesso di fare: oltre 400 visite (circa 20 visite al giorno) così ripartite:



60% DONNE



40% UOMINI



25% FUMATORI



60% TRA 60-75 ANNI



Molti hanno sentito parlare dell'iniziativa sui giornali, in tv, sui social o attraverso il passaparola



Molti altri si sono avvicinati all'ambulatorio incuriositi e hanno prenotato la loro visita.



GIOVANI E PREVENZIONE, L'AMBULATORIO MOBILE È DAVANTI ALLE UNIVERSITÀ



RAGAZZI, ATTENZIONE ALLE “MALATTIE DELLO STILE DI VITA”

Al momento l'abitudine da parte dei piemontesi ad osservare corretti stili di vita risulta mediocre: persiste l'abuso di alcol e fumo, più accentuate nelle vallate alpine, la sedentarietà e l'alimentazione scorretta sono diffuse con conseguente aumento dell'obesità fin dall'infanzia.

La situazione non è rosea nemmeno a livello europeo. **Solo il 2% dei giovani europei e nord americani al di sotto dei 30 anni ha uno stile di vita “sano”**, svolge cioè attività fisica per almeno un'ora al giorno, consuma frutta e verdura ogni giorno, trascorre meno di 2 ore al giorno davanti agli schermi e si astiene da alcol e tabacco, secondo “Salute dei Giovani e Stili di Vita: la Carta di Padova”. **Secondo lo studio, questa situazione crea le condizioni per una vera e propria pandemia senza precedenti di**

malattie croniche non trasmissibili (cardiovascolari, tumori, diabete, obesità), dette anche “malattie dello stile di vita”, responsabili ogni anno del 70% delle morti premature e di assorbire la maggior parte delle risorse economiche dei servizi sanitari.

Secondo il report “Stili di vita dei giovani e prevenzione 2022” di IRES - Istituto di ricerche economico sociali del Piemonte, per quanto riguarda la **sedentarietà**, in Italia si passa dal 34,5% al 32,5% dal 2020 al 2021, il fenomeno riguarda le donne per il 34,6% e gli uomini per il 30,3%, 2 su 10 sono i sedentari tra adolescenti e giovani fino a 24 anni, 7 su 10 tra persone con età superiore a 75 anni. **In Piemonte il 29% della popolazione non pratica alcuna attività fisica** (nel Nord-ovest d'Italia riguarda il 23,9%, a livello nazionale il 32,5%).

L'**eccesso di peso** in Italia passa dal 44,9% del 2019 al 45,9% del 2020, riguarda gli uomini

nel 53,6%, le donne nel 35,7%; aumenta col crescere dell'età: tra i 45-54 anni riguarda quasi 5 persone su 10. In Piemonte si registrano livelli più bassi dell'indicatore rispetto alla media nazionale ed è **in linea con i dati delle Regioni del Nord Ovest, pari al 39,3%.**

Per quanto riguarda l'**abitudine al fumo**, dal 2017 al 2020, in Italia, i giovani fumatori aumentano di circa 3 volte nel passaggio dalla fascia dei 14-17 anni a quella dei 18-19 anni: da 6,2% contro il 19,6%. Nel 2021, **in Piemonte, i fumatori rappresentano il 21,3% della popolazione**, il 19,4% nelle regioni del Nord Ovest d'Italia, **il 19,5% è invece la media nazionale.**

Il **consumo di alcol** in Italia riguarda il 14,7% della popolazione con età superiore ai 14 anni nel 2021, il 23,6% tra i minori di 14-17 anni, il 15,9% tra i giovani di 18-24 anni. In **Piemonte** il consumo di alcol riguarda il **17,8% della popolazione contro il 14,7% della media nazionale**, interessa gli uomini nel 23%, le donne nel 12,9%, ma si registra una diminuzione di 1,6 punti percentuali rispetto al 2020 per gli uomini e un aumento di 1,9 punti percentuali per le donne.

Altro dato: in Piemonte il **deterioramento delle condizioni di benessere psicologico** è particolarmente accentuato con indici che passano dal 68,5 nel 2019 al 66,8 nel 2021, inferiori rispetto alla media del Nord-ovest e dell'Italia.



IL SIGNIFICATO DELLA PREVENZIONE IN 12 PUNTI



1. NON FUMARE



2. RENDI LA TUA CASA LIBERA DAL FUMO



3. ATTIVATI PER MANTENERE UN PESO SANO



4. SVOLGI ATTIVITÀ FISICA OGNI GIORNO



5. SEGUI UNA DIETA SANA



6. LIMITA IL CONSUMO DI ALCOLICI



7. EVITA UN'ECESSIVA ESPOSIZIONE AL SOLE



8. PROTEGGITI DA AGENTI CANCEROGENI NOTI



9. NON ESPORTI A CONCENTRAZIONI NATURALMENTE ELEVATE DI RADON



10. ALATTA AL SENO IL TUO BAMBINO



11. ASSICURATI CHE I TUOI FIGLI SI VACCININO



12. PARTECIPA A PROGRAMMI ORGANIZZATI DI SCREENING

Di fronte a numeri di questa portata, ecco perché sono importanti le **12 regole del Codice Europeo contro il Cancro**. Sono le raccomandazioni raccolte, su iniziativa della Commissione europea, per informare i cittadini sulle **azioni che ciascuno può intraprendere ogni giorno per diminuire il rischio di sviluppare un tumore**.

Ribadiamo il senso di queste 12 regole perché è nostra cura cercare di trasmetterlo attraverso la campagna informativa sui nostri canali social e sulle pagine di questa rivista. **L'obiettivo è sensibilizzare i giovani e gli adulti a seguire corretti stili di vita per vivere meglio e soprattutto in salute.**

Rilanciamo altresì e in maniera più efficace i **programmi di vaccinazione contro l'epatite B (per i neonati) e contro il Papillomavirus umano (Hpv) per gli adolescenti** e, tra le donne, **l'allattamento al seno** in quanto riduce il rischio di cancro per la madre.

«Queste norme, che hanno negli stili di vita

il loro fulcro, possono influenzare sia la vita di chi le mette in atto sia quella di chi gli sta vicino. A seconda degli studi si stima **che tra il 30% e il 50% dei tumori in Europa potrebbe essere evitato se tutti seguissero i comportamenti suggeriti dal Codice**» spiega Oscar Bertetto, Presidente del Comitato scientifico dell'Associazione Prevenzione Tumori.

Il "Codice Europeo contro il Cancro" interessa **le azioni che i singoli cittadini possono adottare per contribuire alla prevenzione del cancro**, che per essere efficace richiede che queste azioni individuali siano sostenute dalle politiche e dagli interventi dei governi.

Tra gli stili di vita corretti, certamente aderire ai programmi di screening del tumore del seno, del colon retto e del collo dell'utero, proposti dalla sanità pubblica, è molto importante.

Ma c'è da fare di più perché **oggi si registra**

ancora poca partecipazione da parte della popolazione a questi programmi e il fenomeno è imputabile alla scarsa informazione rispetto alle neoplasie interessate e alla scarsa conoscenza delle strumentazioni impiegate (c'è scetticismo e paura nei confronti di esami come mammografia e colonscopia).

Ma è noto che le persone devono essere bene informate rispetto alle **patologie**, agli **esami diagnostici** e alla **prevenzione primaria**. Per questo, sui canali social Facebook e Instagram e sul sito **www.prevenzionetumori.org** si può trovare tutto quello che c'è da sapere sui principali tumori - seno, prostata, pelle, polmoni, colon retto - la loro prevalenza e incidenza, i livelli di mortalità e di sopravvivenza; i miglioramenti ottenuti dalla ricerca sul piano della cura e le tecniche di diagnosi precoce oggi a disposizione.

GLI EVENTI DELL'ASSOCIAZIONE

LE VISITE DI PREVENZIONE DEL CAVO ORALE E DELLA CUTE



L'Associazione Prevenzione Tumori è ripartita con la sua principale attività: le visite di controllo del cavo orale e della cute. Se si è già associati basta chiamare il numero **011.8173930** per prenotare le visite. L'Associazione risponde **dal lunedì al venerdì, dalle 9 alle 12.**

In Italia il **tumore della bocca** ha un'incidenza di **8 casi ogni 100mila abitanti ogni anno** con un numero di **decessi di circa 3mila pazienti all'anno.**

I sintomi iniziali quasi mai sono evidenti al paziente rappresentando un problema, essendo spesso causa di ritardo nella diagnosi della malattia stessa. **Solo con le visite di prevenzione si possono individuare lesioni precancerose o tumorali in fase iniziale.**

Infatti, quando purtroppo la malattia

arriva al patologo orale in stadio avanzato, l'approccio terapeutico è di tipo invasivo. Questo può avere ripercussioni negative e invalidanti nella vita futura del paziente.

Per questo, **grazie alle visite di**

prevenzione è possibile individuare lesioni precancerose o tumorali in stadio iniziale per permettere una guarigione completa e priva di conseguenze per il paziente.

Il **melanoma** è un tumore molto temuto perché nelle forme più aggressive può anche dare origine a metastasi. La storia naturale del melanoma, se non trattato, ha un'evoluzione fatale.

Il melanoma è un tumore non facile da diagnosticare ma offre la grande opportunità di essere visto e diagnosticato più agevolmente perché si manifesta prevalentemente sull'unico organo interamente visibile ed esposto, la **cute**.

Nel melanoma i **sintomi** sono assenti o quando presenti sono poco apparenti e tardivi, prurito persistente a carico di un nevo, per esempio.



GLI EVENTI DELL'ASSOCIAZIONE



LA PREVENZIONE DÀ BUONI FRUTTI, COGLI LA MELA PER LA VITA

L'Associazione è scesa nelle strade e nelle piazze torinesi per offrire "le mele per la vita". L'occasione è stata il **15 e il 16 ottobre** con la campagna **"La prevenzione dà buoni frutti, cogli la mela per la vita"**.

Le offerte raccolte rappresentano il principale mezzo per finanziare le visite di prevenzione. La manifestazione è stata organizzata in collaborazione con **Nova Coop** e **Coop senza** le quali tutto ciò non potrebbe essere realizzato.

Fondamentale è stato anche l'aiuto dell'A.N.A. (Associazione Nazionale Alpini) che, insieme ai Volontari dell'Associazione e ai Volontari selezionati dal Settore Decentramento e Pari Opportunità del Comune di Torino (Giovani per Torino), hanno gestito le singole postazioni. Le mele provengono dall'Azienda agricola di Lagnasco, in provincia di Cuneo.

Nel corso delle due giornate sono state distribuite **oltre 4mila sacchetti di mele** del peso di 2 chilogrammi ciascuno che hanno impresso il logo dell'Associazione Prevenzione Tumori Odv.

I sacchetti di mele sono stati distribuiti dai volontari **a fronte di un'offerta minima di 5 euro.**

L'ASSOCIAZIONE PREVENZIONE TUMORI DÀ VOCE AI MALATI ONCOLOGICI AL CONVEGNO ONCONNECTION

L'Associazione Prevenzione Tumori ha patrocinato le due giornate intitolate "Onconnection - Stati Generali dell'Oncologia", organizzate da Motore Sanità, giovedì 15 e venerdì 16 settembre, a Torino. In questa occasione l'associazione ha portato il messaggio della prevenzione e ha promosso le sue attività.

Hanno partecipato come spettatori e come ospiti gli infaticabili volontari, che ogni giorno prestano il loro preziosissimo tempo e il loro entusiasmo alla causa dell'Associazione, i Consiglieri e alcuni medici del Comitato scientifico dell'Associazione.

Davanti all'Hotel NH Torino Santo Stefano, sede del convegno, hanno sostato l'ambulatorio mobile "Più Prevenzione meno superstizione" e le quattro macchine elettriche.

"La prevenzione è un pilastro per la salute ed è solo grazie alla prevenzione che molte patologie sono precocemente diagnosticabili e quindi più facilmente curabili - ha spiegato **Annalia Gilberti**, Consigliera dell'Associazione Prevenzione Tumori -. *Oggi prevenire alcune patologie è più semplice perché disponiamo di strumenti tecnologici di più facile utilizzo e alla*



portata di tutti quanti si avvicinano. Ma oggi prevenire è molto più difficile perché abbiamo poco tempo, abbiamo ritrosie nel recarci nei luoghi deputati alla prevenzione e abbiamo paura di scoprire di essere malati, perché essere malati non è socialmente accettabile".

CONTRO IL TUMORE AL SENO DIAMOCI UNA MOSSA!

nuova.speranza

18



*Prima si incontra
la malattia e minore
potrà essere
l'aggressività
con la quale viene
curata e gestita*

La prevenzione primaria è la strada maestra per contenere il rischio di comparsa di carcinoma mammario, una patologia che, in Italia, colpisce 1 donna su 12 nel corso della vita. La giusta dose di **attività fisica** unita a una **dieta sana**, con **limitato consumo di alcool** e **niente fumo**, possono ridurre significativamente il rischio di ammalarsi, mentre la **diagnosi precoce** può garantire prognosi più favorevoli.

Non stare ferma... e chiedi al tuo medico! è l'invito dell'Associazione Prevenzione Tumori.

Ottobre è stato il mese della **prevenzione del cancro al seno**. La **campagna Nastro Rosa** è nata nel 1992 negli Stati Uniti per iniziativa di **Evelyn Lauder** e tenta ogni anno di **sensibilizzare** soprattutto le **più giovani** su uno dei mali più diffusi nel mondo. Tra le prime cause di mortalità, il tumore al seno rappresenta il **30,3% di tutti i tumori femminili**.

La conoscenza dei **fattori di rischio** e delle **abitudini** per limitarlo sono alcune delle armi più importanti per combatterlo. Enti e associazioni in tutta Italia hanno perciò organizzato eventi di informazione e di sostegno alla ricerca e alla diagnosi.

Ma è sempre il tempo per dedicare un giorno alla prevenzione del tumore del seno. Ecco cosa devono sapere le donne sul tumore al seno, sulla prevenzione primaria e secondaria.

CONTRO IL TUMORE AL SENO DIAMOCI UNA MOSSA!

CHE COS'È IL TUMORE DEL SENO

È una **formazione di tessuto** costituita da **cellule che crescono in maniera incontrollata** e **anomala** all'interno della ghiandola mammaria. Queste cellule si trasformano in cellule maligne e acquisiscono la capacità di staccarsi dal tessuto che le ha generate per invadere quelli circostanti e, col tempo, anche organi più lontani.

CARATTERISTICHE

Il tumore al seno è una **malattia potenzialmente grave se non è individuata e curata per tempo**. Spesso la mancata percezione del problema è l'innescò di questa terribile malattia che può avere conseguenze importanti sul piano psicologico e fisico in termini di modificazione del sé e della propria immagine corporea.

Grazie allo **screening**, rappresentato dalla **mammografia**, e alla **maggior consapevolezza delle donne**, la maggior parte dei tumori maligni mammari è diagnosticata in fase iniziale quando il trattamento chirurgico può essere più spesso conservativo e la terapia adottata più efficace, permettendo di ottenere sopravvivenze a 5 anni molto elevate.

I NUMERI DEL TUMORE DEL SENO

1 donna su 12 **+1% d'incidenza all'anno**

14,6% dei tumori diagnosticati in Italia

+6% di sopravvivenza **28% dei tumori nella donna**

Il carcinoma della mammella è in Italia il tumore più frequentemente diagnosticato nelle donne, **viene colpita una donna ogni 12**.

Rappresenta il **28% dei tumori nella donna** (al secondo posto c'è il tumore del colon con il 14%) ed è il primo tumore per tutte le classi di età. Con **54.976 nuove diagnosi** in un anno, questo tumore rappresenta il **30,3% di tutti i tumori che colpiscono le donne** e il **14,6% di tutti i tumori diagnosticati in Italia**.

Il carcinoma della mammella oltre che essere il primo tumore diagnosticato, è anche il **primo tumore nella donna per mortalità per tutte le fasce di età**. Si registra un **aumento dell'incidenza** di questo tumore di **circa l'1% all'anno**. La **mortalità si riduce del 2,2%** ogni anno, fenomeno legato sia alla diagnosi precoce dovuta ai programmi di screening sia ai progressi terapeutici.

Per quanto riguarda la **sopravvivenza** a 5 anni dalla diagnosi, è

passata dall'81% negli anni '90 all'**87% negli ultimi anni, una delle più alte percentuali registrate in Europa** (media europea 82%: l'85% nei Paesi Scandinavi, l'84% nel centro Europa) grazie ad una diagnosi più tempestiva, ad una alimentazione migliore che, nel carcinoma della mammella, è dimostrato che facilita anche le cure, e grazie alla presenza degli ottimi centri per il trattamento di questa neoplasia.

CONTRO IL TUMORE AL SENO DIAMOCI UNA MOSSA!

I FATTORI DI RISCHIO

Tra le diverse condizioni associabili allo sviluppo della malattia ci sono: **età, fattori riproduttivi, fattori ormonali, fattori dietetici e metabolici, pregressa radioterapia a livello toracico, precedenti displasie o neoplasie mammarie, familiarità ed ereditarietà** in cui il 5%-7% dei casi è legato a fattori ereditari, 1/4 dei quali determinati dalla mutazione di due geni, BRCA 1 e/o BRCA 2. Nelle donne portatrici di mutazioni del gene BRCA 1 il rischio di ammalarsi nel corso della vita di carcinoma mammario è pari al 65% e nelle donne con mutazioni del gene BRCA 2 al 40%.

LA PREVENZIONE

La principale difesa contro il cancro alla mammella resta la **prevenzione costante con i controlli medici periodici, aderendo ai programmi nazionali di screening e l'autocontrollo sin dalla giovane età**, e in generale, è possibile ridurre il proprio rischio di ammalarsi **assumendo comportamenti salutari**.

L'**autopalpazione** è una forma di autoesame che ciascuna donna può eseguire regolarmente a casa a partire dai 20 anni. È un atto fondamentale perché permette di identificare qualsiasi cambiamento morfologico e di densità del seno che potrebbe rendere necessario il consulto medico ed eventuali esami di approfondimento. È consigliabile effettuarla una

volta al mese, meglio tra il settimo e il quattordicesimo giorno del ciclo per evitare possibili interferenze con i cambiamenti ormonali.

I CORRETTI STILI DI VITA

Contro il tumore al seno sono determinanti anche i **corretti stili di vita** (la prevenzione primaria). La giovane età è l'occasione per impostare buone abitudini da portare avanti,

come la pratica di una **regolare attività fisica** e l'**attenzione alla buona alimentazione**, che riducono il rischio di avere il tumore e il rischio di recidive e per le donne che hanno affrontato la malattia. La **dieta mediterranea**, che ha alla sua base la varietà di alimenti di ogni tipo, può essere considerata un riferimento ottimale.

Stare lontano dal fumo di sigaretta e dall'eccessivo consumo di bevande alcoliche è un'altra importante raccomandazione.

Le cause su cui è più facile intervenire sono:

- **Ridurre l'uso delle terapie ormonali in menopausa**
- **Ridurre il consumo di grassi animali e di alcol**
- Nell'alimentazione **aumentare il consumo di fibre vegetali**
- **L'alterato metabolismo dello zucchero** (condizioni di diabete o di prediabete) ed **elevati livelli di colesterolo e di pressione arteriosa** aumentano oltre che il rischio delle malattie cardiovascolari anche quello del tumore della mammella
- **L'insorgenza dell'obesità in post-menopausa** con la **sindrome metabolica** è un altro aumento di rischio riconosciuto perché il tessuto adiposo modifica in estrogeno gli ormoni circolanti di origine surrenalica
- **Non usare terapie ormonali in menopausa**
- Anche la **contraccezione** deve essere fatta con farmaci che possibilmente abbiano un dosaggio ormonale equilibrato
- Avere una **prima gravidanza il più precocemente possibile** e in generale **avere gravidanze**. E poi **allattare** al seno, perché nel latte materno ci sono anticorpi che proteggono mamma e bambino dalle malattie
- **Non sottoporsi a troppe lastre al torace in età giovanile.**
- **Individuare la familiarità** perché chi è portatrice del gene BRCA1 e BRCA2 dovrebbe fare uno screening del tutto diverso dal resto della popolazione o, addirittura, in alcuni casi, scegliere di togliere la mammella o le ovaie.

CONTRO IL TUMORE AL SENO DIAMOCI UNA MOSSA!

LA DIAGNOSI

Il cancro del seno viene diagnosticato prevalentemente attraverso esami di “diagnostica per immagini”, in particolare l’**ecografia** e la **mammografia**.

L’**ecografia** è un esame molto utile in particolare per esaminare il seno giovane: viene indicata dal medico in caso di comparsa di sintomi o noduli.

La **mammografia** è un esame radiologico eseguito in tecnica digitale con basse dosi di radiazioni ionizzanti. Il suo scopo è individuare tumori maligni riconoscibili ai raggi X.

È un esame semplice che può essere ripetuto senza creare problemi di salute in quanto la quantità di radiazioni è bassissima. Ormai gli strumenti che vengono utilizzati sono stati negli anni aggiornati e rinnovati, quindi c’è una strumentazione molto più precisa e con basse radiazioni.

L’esame mammografico **non è invasivo**, seppur sia un po’ fastidioso. È un **esame molto preciso** che permette di vedere delle alterazioni anche piccole a livello della ghiandola mammaria che, soprattutto con la famosa autopalpazione, non si riuscirebbe (infatti, difficilmente metterebbe in evidenza dei piccoli noduli di 5-6 millimetri).

Fare la mammografia, che eventualmente individua delle lesioni molto piccole, **fa sì che la donna possa accedere ad un programma di cure anche meno aggressivo, l’intervento chirurgico potrà essere più ridotto e le terapie mediche previste nella**

fase successa più limitate, proprio perché prima si incontra la malattia e minore potrà essere l’aggressività con la quale viene curata e gestita.

Se il radiologo non osserva delle situazioni dubbie o sospette, conclude con la mammografia che verrà poi refertata e verrà inviato a casa un messaggio di negatività all’esame stesso; se invece il radiologo dovesse riscontrare delle aree che preferisce approfondire, la signora verrà richiamata per un approfondimento che può prevedere un’ecografia del seno per valutare l’area che si vuole controllare e, se necessario, anche una ago-biopsia che viene effettuata direttamente nella stessa sede. Se invece la mammografia è negativa la donna viene rinvitata a distanza di due anni per il controllo successivo.

In alcuni casi specifici (mammelle molto dense o lesioni difficili da classificare) è possibile ricorrere anche alla **risonanza magnetica**.

In Regione Piemonte il programma “**Prevenzione Serena**” offre gratuitamente lo screening per la prevenzione e la diagnosi precoce del tumore del seno.

L’opportunità dello screening è riservata di routine alle donne tra i 50 e i 69 anni che non hanno problemi di salute o disturbi a livello mammario per cui non si sono presentate a una valutazione più approfondita, ma vengono chiamate

direttamente con una lettera di invito ogni due anni per sottoporsi ad una mammografia di controllo.

Lo screening però prevede anche delle fasce di età con “adesione spontanea” (Info: <https://www.regione.piemonte.it/web/temi/sanita/prevenzione/prevenzione-serena>)

Come proteggere le donne che incontrano il tumore sotto i 40 anni?

Nel caso in cui ci sia una familiarità o ci sia un test genetico che dimostra delle mutazioni, si entra in un percorso ben predisposto in cui è anche prevista la mammografia e ci sono visite cliniche ed esami ecografici per fasce di età.



SOSTIENICI



A NATALE SOSTIENI LA PREVENZIONE REGALANDO DOLCEZZA! PRENOTA I GIANDUIOTTI E I MINI PANETTONI DELLA TRADIZIONE PIEMONTESE

Anche quest'anno per Natale l'Associazione vi propone un'ottima idea per i regali da mettere sotto l'albero: sono i **Gianduiotti** e i **mini Panettoni** della tradizione piemontese, due specialità che sapranno regalare momenti di piacevole bontà durante le feste.

I **Gianduiotti** sono sia "mini" sia "misti" (diversi gusti per accontentare grandi e piccini!) e sono racchiusi in sacchetti da 200 grammi. **La donazione è di 7,00 € a sacchetto.**

E poi ci sono i **mini Panettoni**, bontà del peso di 100 grammi: classico glassato, al Moscato o all'albicocca. **La donazione è di 5,00 €.**

Prenotali sul sito www.prevenzionetumori.org e segui le indicazioni. Potranno essere ritirati presso l'Associazione, entrata da via San Massimo 24, a Torino (interno cortile, sulla destra, all'interno dell'Aula Biblioteca).

IL RISO BUONO FA BENE ALLA SALUTE!

Da oggi puoi scoprire un nuovo modo di mangiare salutare, con il **Riso Acquerello®** e allo stesso tempo puoi sostenere le attività dell'Associazione Prevenzione Tumori.

Il **Riso Acquerello®** rispetto agli altri è un **riso più ricco perché viene invecchiato per almeno un anno con un procedimento esclusivo ed è reintegrato della sua gemma con un metodo brevettato.**

Per saperne di più visita il sito www.prevenzionetumori.org
Ordina il Riso Acquerello® online o presso l'Associazione al numero 011.836263, dal lunedì al venerdì, dalle 9 alle 16.

Le confezioni potranno essere ritirate presso gli uffici dell'Associazione, in via San Massimo 24, a Torino (interno cortile, sulla destra, all'interno dell'Aula Biblioteca).



UN LASCITO PER L'ASSOCIAZIONE PREVENZIONE TUMORI

Sostenere e garantire le visite di prevenzione oncologica significa proiettarsi con i fatti, oltre se stessi, nel futuro di una umanità che vince la malattia del cancro con la diagnosi tempestiva e le cure adeguate.

Con gratitudine ricordiamo chi ha voluto sostenere con tanta sensibile generosità la nostra missione, così da continuare ad agire per la vita.

Il testamento è un atto di responsabilità e di amore verso i propri cari e i propri beni dopo la vita; protegge il coniuge perché impedisce che l'eredità vada a persone che non sono state scelte direttamente; tutela figli e nipoti perché consente di scegliere chi amministrerà con fiducia il patrimonio destinato ad eredi minorenni. Il testamento, inoltre, aiuta le persone care perché permette di lasciare a coloro che non sono della famiglia una parte degli averi; aiuta a sostenere buone cause, infatti una parte dell'eredità può essere destinata ad un'associazione senza scopo di lucro, come l'Associazione per la Prevenzione e la Cura dei Tumori - ODV che lo impiegherà per proseguire i progetti e le attività di cui si occupa. La legge comunque garantisce agli eredi, anche in presenza di disposizioni testamentarie, una parte di patrimonio. Infine, il testamento difende le volontà di chi sceglie consapevolmente di intraprendere questa strada perché offre la garanzia assoluta che le volontà espresse siano rispettate.

Come fare il testamento all'Associazione Prevenzione Tumori

Per effettuare il lascito testamentario a favore dell'Associazione per la Prevenzione e la Cura dei Tumori ODV è sufficiente esprimere in modo chiaro le proprie volontà con un testamento "olografo", cioè scritto a mano, contenente data e luogo della stesura, specificando come beneficiaria del lascito l'Associazione per la Prevenzione e la Cura dei Tumori - ODV. Sede legale: Via Pietro Regis 26 - 10064 Pinerolo.

Il testamento deve essere firmato con **nome e cognome** ed essere **conservato in luogo sicuro o depositato presso un Notaio, in Banca o presso persona di indubbia fiducia**. Ricordiamo che per evitare difficoltà nell'acquisizione della gestione dei lasciti testamentari è necessario che la nostra Associazione venga chiaramente indicata come beneficiaria.

Per saperne di più è possibile contattare: Associazione per la Prevenzione e la Cura dei Tumori ODV - Via Cavour 31 - 10123 Torino. Dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 16,30. Telefono **011 836263** Email: **segreteria@prevenzionetumori.org** o visitare il sito **www.prevenzionetumori.org**



DEDICA UN GIORNO ALLA TUA SALUTE

Elenco dei presidi sanitari del Piemonte dove si svolgono le visite di prevenzione. Le prenotazioni si effettuano chiamando il **call center** che risponde **dal lunedì al venerdì dalle ore 9 alle ore 12** ai seguenti numeri: **011 836984 - 011 8173930**

Cute

Torino

Ospedale San Lazzaro

Via Cherasco, 23A

Ambulatorio della Clinica Dermatologica
Università di Torino

Carmagnola

Ospedale San Lorenzo

Via Ospedale, 13

Ambulatorio di Chirurgia 11 p.t.

Moncalieri

ASL T05

Via Vittime di Bologna, 30

Poliambulatorio

Avigliana

Polo Sanitario

Via Sant'Agostino 5

Cavo Orale

Torino - Dental School

Via Ermanno Fenoglietti 15, Torino

Associazione per
la Prevenzione e la Cura
dei Tumori ODV

ORGANIGRAMMA

CONSIGLIO DIRETTIVO

PRESIDENTE:

Giulia Gioda

VICEPRESIDENTE:

Riccardo Di Prima

COMPONENTI:

Ferdinando Augusti

Claudia Barba

Federica Botto

Anna Francesca Cerruti

Gianluca Costantino

Annalia Giliberti

Gianpiero Nebiolo

Mara Prina

Luca Scagliola

Giovanna Sereni

Maria Grazia Vaudagna

COMITATO SCIENTIFICO

PRESIDENTE:

Oscar Bertetto

COMPONENTI:

Chiara Benedetto

Maria Grazia Bernengo

Alessandro Comandone

Francesco Di Carlo

Gianruggiero Fronda

Sergio Gandolfo

Mario Morino

Giovanni Muto

Alberto Oliaro

Daniele Regge

Umberto Ricardi

Paolo Rossi

Giuseppe Saglio

Giovanni Succo

Riccardo Torta

Pietro Quagliano