



PREVENIRE È VIVERE

NUOVE SFIDE E OPPORTUNITÀ

3 EDITORIALE

4 RACCOLTA FONDI 2025
NON RIMETTIAMOCI LA PELLE

10 FOCUS
REGOLE DI ESPOSIZIONE SOLARE
LA PREVENZIONE UROLOGICA
CORPO E MENTE, UNA SOLA SALUTE
ALIMENTAZIONE E PREVENZIONE
IL BEN-ESSERE
LE RISORSE DELLA PREVENZIONE

13 I PROGETTI SUL TERRITORIO

14 AL LAVORO...CON LA
PREVENZIONE

15 LE STORIE DEI PAZIENTI

16 IL CALENDARIO EVENTI 2025

16 IL QUIZ DELLA PREVENZIONE



Prevenzione tumori

ASSOCIAZIONE PER LA PREVENZIONE
E LA CURA DEI TUMORI ETS - ODV

In questo numero:

EDITORIALE

Il Nuovo Direttore di "Nuova Speranza"



LA RACCOLTA FONDI 2025

pag. 4

Il progetto "Non rimetTAMOCi la pelle!"



FOCUS

pag. 7

Interviste agli specialisti



"AL LAVORO...

pag. 14

CON LA PREVENZIONE

Il progetto sviluppato per le aziende che vogliono investire
nella salute e nella formazione dei lavoratori.



TUTTI GLI EVENTI DEL 2025

pag. 16

DELL'ASSOCIAZIONE



SEGUICI ANCHE SUI SOCIAL E SU WHATSAPP



EDITORIALE

Il Direttore di "Nuova Speranza" - Federico Ott



Ho scritto tanti articoli nel corso degli anni ma questo è il mio primo editoriale e non è la stessa cosa.

Credo che anche attraverso le linee che la penna traccia sul foglio si possa sentire l'emozione che provo. Oltretutto è un doppio piacere perché ho la possibilità di supportare un'Associazione che tanto fa in un mondo così importante con passione, impegno e dedizione. Lavorerò con questo splendido team, che ringrazio sin da ora, per portare sia l'Associazione che questa rivista a una sempre maggiore diffusione con qualità e informazioni precise.

Cercheremo anche di fare rete perché l'unione fa la forza e se la saggezza popolare lo dice da sempre un motivo ci sarà. È il primo editoriale, dicevo, e spero che sia il primo di tanti e che l'emozione nello scriverlo non mi abbandoni per tutti quelli che scriverò in futuro.

Grazie al Presidente Claudia Barba per avermi voluto a bordo in questa avventura e a tutti voi per avermi accolto in questa famiglia.

LETTERA AI SOCI

Il Presidente Claudia Barba



Cari soci,

questa lettera non apre solo il nuovo numero della nostra rivista, ma suggella l'inizio del un nuovo corso della nostra Associazione. Posso finalmente dirlo con grande emozione ed un pizzico di orgoglio: ce l'abbiamo fatta, abbiamo cambiato marcia.

Nonostante difficoltà esterne oggettive ci stiamo impegnando ad aumentare le visite e le specialità. A fronte di un Sistema Sanitario Regionale che limita la disponibilità, noi la stiamo incrementando. E negli ultimi mesi abbiamo già visto i risultati.

Il nostro impegno si fa concreto, giorno per giorno, per offrirvi un ventaglio di servizi sempre più ampio.

Ci siamo: siamo accanto a voi, siamo accanto alle persone e vogliamo dimostrarlo concretamente.

Ma non stiamo lavorando solo sui servizi: ci impegniamo, al contempo, a riportare centralità alla Prevenzione. A partire dai messaggi di questa rivista, che ne sarà sempre più strumento.

Prevenire significa agire con consapevolezza, con attenzione, e soprattutto con amore verso noi stessi e verso gli altri.

La prevenzione non è solo un insieme di controlli periodici o campagne di sensibilizzazione. È un atteggiamento, uno stile di vita. È scegliere di mangiare in modo equilibrato, di muoversi con regolarità, di ascoltare i segnali del corpo e anche quelli della mente. È prendersi cura non solo dell'organismo, ma anche delle emozioni, delle relazioni, dell'ambiente in cui viviamo.

Nel nostro operato associativo, la prevenzione deve essere una colonna portante: informare, educare, creare occasioni di condivisione affinché ogni persona possa sentirsi parte attiva della propria salute. Perché prevenire è anche un atto collettivo: quando ognuno di noi si prende cura di sé, contribuisce a un benessere più grande, che coinvolge famiglie, comunità, territori.

Vi invitiamo quindi a partecipare con entusiasmo alle prossime iniziative della nostra Associazione, per crescere insieme nella direzione di una salute più piena, più consapevole, più condivisa.

Grazie, come sempre, per la vostra presenza e per il vostro impegno. Continuiamo a camminare insieme, con fiducia e responsabilità.

Il Presidente Claudia Barba

Claudia Barba

NON RIMETTIAMOCI LA PELLE

Il **melanoma** a Torino **colpisce** più che nelle
altre città d'Italia.

Le visite di prevenzione possono fermarlo.

Le patologie oncologiche della cute, in particolare il melanoma, rappresentano una crescente emergenza sanitaria sia a livello globale che regionale. Il Piemonte non è esente da questo fenomeno, con un aumento costante dei nuovi casi di melanoma cutaneo, che rende necessaria un'azione più incisiva nella prevenzione e diagnosi precoce.

Secondo i dati del Registro Tumori del Piemonte, l'incidenza dei tumori cutanei è in crescita, soprattutto nelle fasce più giovani. Il melanoma è particolarmente preoccupante a causa della sua elevata aggressività e mortalità, se non diagnosticato per tempo.

Quarant'anni di Prevenzione al Servizio della Salute Pubblica

L'Associazione per la Prevenzione e la Cura dei Tumori ETS ODV, fondata nel 1984, è un ente del Terzo Settore con una lunga e consolidata esperienza nel campo della prevenzione oncologica. Da oltre quarant'anni opera attivamente sul territorio piemontese, promuovendo iniziative di sensibilizzazione, screening e diagnosi precoce, ed è diventata un punto di riferimento per migliaia di cittadini. Ad oggi ha erogato oltre 500.000 visite specialistiche, contribuendo in modo significativo alla diffusione della cultura della prevenzione e alla tutela della salute pubblica.

Con i suoi oltre 2.500 associati, l'Associazione si propone oggi, in qualità di soggetto capofila, di realizzare un progetto innovativo per il sostegno della ricerca dermatologica finalizzata alla prevenzione del melanoma, tumore cutaneo tra i più aggressivi, ma altamente trattabile se diagnosticato precocemente.

Il progetto prevede l'acquisto di un video-dermatoscopio di ultima generazione, uno strumento dotato di tecnologie avanzate, tra cui risoluzione ad alta definizione, zoom ottico fino a 20x, software integrato con Intelligenza Artificiale e un sistema di archiviazione delle immagini sicuro e performante. Questo dispositivo rappresenta un alleato fondamentale per la diagnosi tempestiva delle patologie oncologiche della pelle, migliorando sensibilmente l'efficacia degli screening e riducendo i tempi delle visite di follow-up fino al 75%.

L'obiettivo principale è l'installazione del video-dermatoscopio presso un centro di ricerca dermatologica a Torino, dove sarà impiegato per attività cliniche e di ricerca. Il dispositivo sarà utilizzato da medici specialisti per eseguire controlli approfonditi e raccogliere dati utili a migliorare le strategie di prevenzione e diagnosi precoce.

Il flusso di pazienti sarà garantito sia attraverso l'Associazione, che dispone di una rete solida e radicata sul territorio, sia attraverso la libera prenotazione da parte dei cittadini, favorendo così un accesso ampio ed equo alla prevenzione. Questo progetto rappresenta un esempio concreto di integrazione tra cittadinanza attiva, sanità pubblica e ricerca scientifica, con l'obiettivo comune di salvare vite umane attraverso la diagnosi precoce.



Videodermatoscopia con IA, il futuro dello screening

Ampia memoria del server -

che permette di archiviare dati e immagini in modo efficiente. Grazie a questo, le visite di follow-up possono essere svolte con una riduzione del tempo medio fino al 75%, migliorando l'esperienza del paziente e ottimizzando l'uso delle risorse.

Software potenziato grazie all'integrazione dell'intelligenza artificiale (IA) - consente un'analisi più approfondita e precisa delle immagini cutanee.

Ottiche di altissimo livello e schermi ai

massimi livelli di risoluzione - per garantire che nessun dettaglio venga perso durante la trasformazione digitale delle immagini.

Zoom ottico fino a 20x - per esaminare anche i più piccoli dettagli delle lesioni cutanee.

Fotografie standardizzate di **qualità da studio** semplificate dall'imaging facciale alla fotografia a figura intera, l'utente viene guidato attraverso l'intero processo fotografico.

I modelli standardizzati semplificano l'acquisizione di set di immagini coerenti e ripetibili.

I modelli di acquisizione guidano le pose dei pazienti e controllano l'orientamento della fotocamera, lo zoom e i flash per una fotografia in studio senza intoppi.

MatchPose® di Canfield **garantisce che le immagini di follow-up siano perfettamente registrate rispetto alla baseline.**

Qualsiasi utente può acquisire immagini prima e dopo ripetibili e perfettamente registrate, ogni volta.

IntelliStudio offre funzionalità video integrate con illuminazione a LED, incluse funzionalità di registrazione, riproduzione e zoom.

Gli algoritmi garantiscono il riconoscimento automatico del volto del paziente, impostando l'altezza della telecamera per un posizionamento rapido e standardizzato del paziente. L'illuminazione da studio rivela i tratti della pelle mantenendone l'estetica e riducendo le ombre. L'illuminazione a polarizzazione incrociata elimina i riflessi superficiali per una migliore visualizzazione delle informazioni del sottocute.

I modelli di acquisizione standardizzati di IntelliStudio semplificano l'acquisizione di set di immagini coerenti per le procedure previste. L'orientamento della fotocamera, lo zoom e i flash sono controllati automaticamente dal modello selezionato.



La Prevenzione dei Tumori della Pelle e le regole di esposizione solare



Con l'arrivo della bella stagione cresce il tempo trascorso all'aria aperta. Il sole, se preso correttamente, è un alleato del benessere: stimola la vitamina D, migliora l'umore e sostiene il sistema immunitario. Tuttavia, l'esposizione solare scorretta è una delle principali cause di tumori della pelle. Per prevenirli, bastano poche ma fondamentali regole.

Esporsi sì, ma con attenzione

Il rischio maggiore si concentra nelle ore centrali della giornata, tra le 10 e le 16, quando i raggi ultravioletti (UV) sono più intensi. È bene limitare l'esposizione in queste fasce orarie e preferire il mattino presto o il tardo pomeriggio. Anche nei giorni nuvolosi, i raggi UV attraversano le nuvole, e l'acqua, la sabbia o la neve riflettono la luce solare, amplificandone l'effetto.

Protezione: un gesto quotidiano

Usare una crema solare ad ampio spettro (UVA e UVB) con SPF almeno 30 è fondamentale. Per le pelli più chiare o sensibili si consiglia SPF 50+. La crema va applicata in quantità adeguata, mezz'ora prima dell'esposizione, e riapplicata ogni due ore o dopo il bagno.

Anche l'abbigliamento è un buon alleato: cappello a tesa larga, occhiali con filtro UV e abiti leggeri ma coprenti. Oggi esistono tessuti con protezione solare certificata (UPF), utili soprattutto per i bambini.

Particolare attenzione ai bambini e agli anziani

I bambini sotto l'anno e mezzo non devono essere esposti al sole diretto.

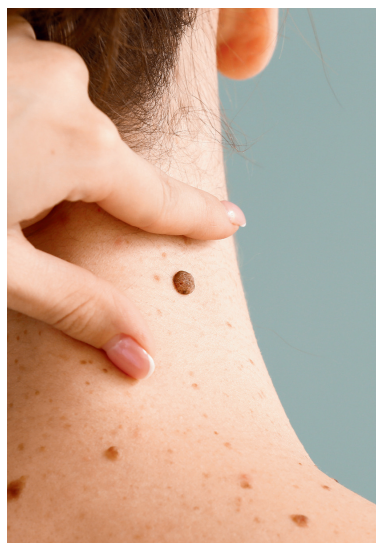


La loro pelle è molto fragile. Nei più grandi è bene abituarli all'uso della crema solare e della protezione fisica fin da piccoli.

Anche gli anziani, per l'accumulo di danni solari nel tempo, devono prestare attenzione.

Controllare la pelle: una buona abitudine

L'autoesame è semplice ma efficace: osserva i nei e segui la regola dell'"ABCDE" (Asimmetria, Bordi irregolari, Colore vario, Dimensioni >6mm, Evoluzione). Se noti cambiamenti, consulta un dermatologo. Anche senza sintomi, una visita di controllo annuale è consigliata, soprattutto se hai molti nei o una pelle chiara.



Esporsi al sole in modo consapevole aiuta a godere dei suoi benefici evitando i rischi. Bastano semplici accorgimenti per proteggere la pelle e prevenire i tumori cutanei. La prevenzione comincia da te: rendila parte delle tue abitudini quotidiane.

La prevenzione urologica: un investimento per la salute a lungo termine

La salute urologica è un tema che spesso rimane in secondo piano nella prevenzione sanitaria, ma il suo impatto sulla qualità della vita è enorme. Disturbi come infezioni urinarie, calcoli renali, ipertrofia prostatica benigna, incontinenza urinaria e patologie oncologiche come il tumore alla prostata e alla vescica possono compromettere il benessere quotidiano e, nei casi più gravi, mettere a rischio la vita.

L'importanza della prevenzione

La prevenzione urologica si basa su due pilastri fondamentali: gli stili di vita sani e i controlli regolari.

Un'alimentazione equilibrata, ricca di frutta, verdura e liquidi, associata a un'attività fisica regolare, contribuisce a mantenere in salute l'apparato urinario e riproduttivo. Ridurre il consumo di alcol, evitare il fumo e mantenere il peso sotto controllo sono accorgimenti che riducono il rischio di molte patologie urologiche.

Dall'altro lato, i controlli periodici permettono di diagnosticare precocemente eventuali problemi, soprattutto per le patologie che si sviluppano in modo asintomatico nelle fasi iniziali. In particolare, per gli uomini sopra i 50 anni, lo screening per il tumore alla prostata è essenziale e prevede una visita urologica con esame rettale e l'esecuzione del PSA (Antigene Prostatico Specifico).

Le patologie più comuni

Tra le patologie più frequenti troviamo:

- **Calcoli renali:** possono causare dolore intenso e complicazioni se non trattati. Una buona idratazione è la chiave per prevenirli.

- **Ipertrofia prostatica benigna (IPB):** colpisce la maggior parte degli uomini sopra i 50 anni, causando difficoltà urinarie. Una diagnosi precoce può evitare interventi invasivi.
- **Tumore alla prostata:** il secondo tumore più frequente negli uomini. La diagnosi precoce garantisce un'alta probabilità di cura.
- **Incontinenza urinaria:** non è un problema esclusivo degli anziani. Può colpire uomini e donne, influenzando negativamente sulla qualità della vita, ma esistono terapie efficaci per gestirla.

La prevenzione urologica per le donne

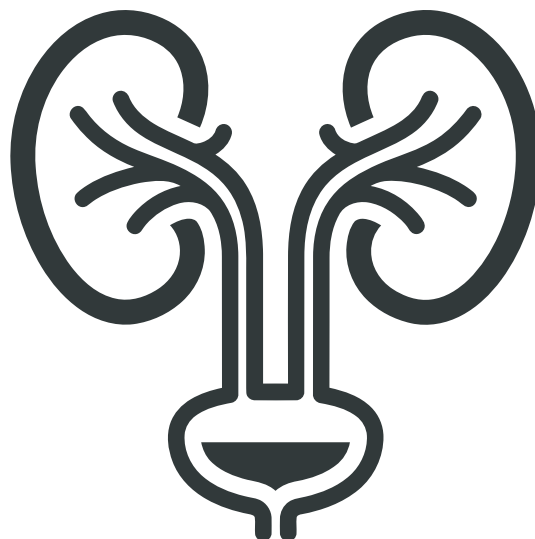
Le donne, sebbene più inclini a infezioni urinarie ricorrenti, spesso trascurano la salute urologica. Durante la menopausa, la riduzione degli estrogeni può causare problematiche urologiche come secchezza vaginale, prolasso degli organi pelvici e incontinenza.

Rivolgersi a uno specialista urologo o ginecologo è fondamentale per affrontare questi disturbi.

Iniziative e campagne di sensibilizzazione

Negli ultimi anni, numerose associazioni e strutture sanitarie hanno lanciato campagne di sensibilizzazione sulla prevenzione urologica. Queste iniziative includono giornate di screening gratuiti, conferenze e distribuzione di materiale informativo, con l'obiettivo di educare la popolazione sui rischi delle malattie urologiche e sull'importanza di una diagnosi precoce.

La prevenzione urologica non è solo una questione medica, ma un approccio globale al benessere personale. Investire nella salute urologica significa migliorare la qualità della vita e ridurre i costi sociali e sanitari legati alle patologie trascurate. Non aspettiamo che i sintomi compaiano: prendiamoci cura di noi stessi attraverso piccoli gesti quotidiani e controlli regolari, perché la salute è il bene più prezioso.



La salute mentale nella prevenzione

Prendersi cura della salute mentale è un atto di prevenzione fondamentale, anche se spesso trascurato. Non si tratta solo di evitare il disagio psicologico, ma di costruire, giorno dopo giorno, un equilibrio che ci permetta di affrontare le sfide della vita con lucidità, energia e resilienza. La mente, infatti, influenza profondamente il corpo: lo stress cronico può indebolire il sistema immunitario, alterare il ritmo sonno-veglia, aumentare il rischio di malattie cardiovascolari e digestive. Investire nella salute mentale significa imparare ad ascoltarsi, riconoscere le emozioni, chiedere aiuto quando serve. Parlare con qualcuno di fiducia, partecipare a gruppi di sostegno, rivolgersi a un professionista sono azioni che rafforzano il nostro benessere e riducono l'isolamento. Anche semplici pratiche quotidiane, come camminare nella natura, dedicare del tempo al silenzio, respirare consapevolmente, leggere o

scrivere, hanno effetti positivi sul tono dell'umore e sulla chiarezza mentale.

La prevenzione, in questo ambito, parte da un cambio di paradigma: non dobbiamo aspettare che il disagio diventi sofferenza. Possiamo coltivare la nostra serenità con piccole scelte quotidiane, con gesti di gentilezza verso noi stessi e verso gli altri. Anche la qualità delle relazioni incide: sentirsi accolti, ascoltati e non giudicati è uno dei fattori protettivi più forti contro ansia, depressione e solitudine.

Parlare di salute mentale significa anche combattere lo stigma che ancora la circonda. La mente è parte integrante del nostro essere, e come tale merita cura, attenzione, rispetto. Promuovere una cultura del benessere psicologico è una responsabilità collettiva: nelle scuole, nei luoghi di lavoro, nelle comunità. Prevenire significa creare contesti in cui sia normale prendersi cura anche dell'invisibile.



Anche
l'invisibile ha
bisogno di
attenzione e
cura.

Non dobbiamo
aspettare che il
disagio diventi
sofferenza.

Coltivare la
serenità è una
scelta quotidiana
fatta di piccoli
gesti.

La mente è parte
integrante del
nostro essere:
merita cura,
attenzione,
rispetto.



ALIMENTAZIONE E PREVENZIONE

Una sana alimentazione è oggi riconosciuta come uno dei principali strumenti per la prevenzione delle malattie croniche. Studi recenti evidenziano come l'intero modello dietetico, più del singolo nutriente, giochi un ruolo decisivo nel determinare lo stato di salute. **La dieta mediterranea, caratterizzata da un'elevata presenza di frutta, verdura, cereali integrali, legumi, olio extravergine d'oliva e pesce**, è stata associata a una riduzione significativa della mortalità e delle malattie cardiovascolari. Uno studio pubblicato nel 2024 su JAMA Network Open, condotto su oltre 25.000 donne, ha mostrato che l'adesione a questo stile alimentare riduce del 23% il rischio di morte generale e del 28% quello di eventi cardiovascolari. Sul fronte metabolico, altri studi del 2024 hanno collegato l'assunzione regolare di lignani vegetali (presenti in semi di lino e cereali integrali) a una riduzione del rischio di diabete di tipo 2 fino al 27%. Anche la dieta plant-based, se ricca di cibi freschi e non ultra-processati, ha dimostrato di proteggere contro ipertensione, ictus e disordini metabolici, secondo le analisi della UK Biobank.

Oltre agli effetti metabolici e cardiovascolari, una corretta alimentazione si rivela utile anche nella **prevenzione delle malattie infiammatorie e autoimmuni**. Nel 2025, una meta-analisi condotta su oltre 360.000 persone ha evidenziato una riduzione del 29% del rischio di sviluppare artrite reumatoide nei soggetti con alta adesione alla dieta mediterranea, grazie in particolare all'uso regolare di olio extravergine d'oliva e legumi. I meccanismi d'azione comprendono la riduzione dei marker infiammatori, come la proteina C-reattiva (CRP) e l'interleuchina-6 (IL-6), e la modulazione favorevole del microbiota intestinale. Per quanto riguarda i tumori, un'analisi del 2024 pubblicata su Scientific Reports ha sottolineato l'importanza di considerare la qualità dei vegetali consumati: non tutte le varietà hanno lo stesso effetto protettivo e alcuni benefici sembrano dipendere dalla preparazione e dalla combinazione degli alimenti. Tuttavia, in linea generale, **una dieta ricca di fibre, fitocomposti e antiossidanti si associa a una minore incidenza di alcuni tumori, in particolare gastrointestinali**.

In sintesi, i benefici di una sana alimentazione derivano dall'interazione di numerosi fattori protettivi: **fibre, polifenoli, grassi insaturi e un basso contenuto di zuccheri e sale** agiscono in sinergia per migliorare la sensibilità insulinica, ridurre lo stress ossidativo e limitare l'infiammazione cronica, terreno comune di molte malattie. Per tradurre questi principi nella pratica quotidiana, si possono seguire cinque semplici regole: aumentare il consumo di alimenti vegetali, preferire cereali integrali, utilizzare **grassi "buoni"** come l'olio EVO e la frutta secca, **evitare cibi ultra-processati** e mangiare con regolarità e consapevolezza. Integrare questi comportamenti nella propria routine non richiede grandi sacrifici, ma può ridurre in modo concreto il rischio di malattie croniche e migliorare la qualità della vita. **La dieta mediterranea, oltre a essere parte integrante della nostra cultura, si conferma una strategia preventiva accessibile, sostenibile ed efficace.**



BEN-ESSERE un equilibrio possibile tra corpo, mente e relazioni

Ben-essere: equilibrio quotidiano tra corpo e mente

Il termine ben-essere va oltre la semplice assenza di malattia: indica uno stato di armonia dinamica tra corpo, mente, relazioni e ambiente. Si tratta di un percorso continuo, fatto di scelte consapevoli che migliorano la qualità della vita. Prendersi cura del proprio corpo è il primo passo: camminare ogni giorno, fare esercizio fisico regolare, preferire la bicicletta all'auto sono pratiche semplici ma efficaci per sostenere la salute cardiovascolare e l'umore. Anche l'alimentazione gioca un ruolo chiave: la dieta mediterranea, ricca di frutta, verdura, legumi, cereali integrali e pesce, è associata a un rischio ridotto di molte patologie croniche. Bere acqua a sufficienza e dormire almeno sette ore per notte sono gesti fondamentali per mantenere l'equilibrio fisico e mentale. Ma il ben-essere non riguarda solo il corpo: anche la mente va curata. Coltivare la presenza mentale attraverso la respirazione consapevole o la meditazione aiuta a ridurre lo stress e a migliorare la concentrazione. Accettare le proprie emozioni, sviluppare auto-compassione e allenare la resilienza sono strumenti preziosi per affrontare le sfide quotidiane con maggiore equilibrio e lucidità.

Relazioni e ambiente: il contesto che ci sostiene

Il ben-essere non è mai solo individuale: dipende anche dalla qualità delle nostre relazioni e dall'ambiente in cui viviamo. Le connessioni umane autentiche nutrono il nostro equilibrio emotivo: sentirsi ascoltati, accolti e sostenuti rafforza la nostra autostima e riduce il rischio di ansia e depressione. Condividere esperienze, partecipare ad attività di gruppo, prendersi cura di un animale domestico o fare volontariato stimola la produzione di ormoni come ossitocina e serotonina, che migliorano l'umore e il senso di appartenenza. Anche l'ambiente fisico gioca un ruolo essenziale. Vivere in contesti con spazi verdi, piste ciclabili e aria pulita promuove la salute pubblica e rende più facile adottare stili di vita sani. Scegliere prodotti locali, ridurre l'uso della plastica, muoversi con mezzi sostenibili sono piccoli atti quotidiani che migliorano non solo la salute individuale, ma anche quella del pianeta. In questo senso, il benessere è anche una questione di giustizia ambientale e sociale: un contesto sano, accessibile e inclusivo permette a più persone di prendersi cura di sé e degli altri.

Piccoli gesti, grandi cambiamenti

Il ben-essere si costruisce giorno dopo giorno attraverso azioni semplici ma coerenti. Non servono rivoluzioni, ma la capacità di adottare micro-abitudini sostenibili: bere un bicchiere d'acqua in più, fare le scale invece dell'ascensore, spegnere lo smartphone mezz'ora prima di dormire, ringraziare qualcuno, respirare profondamente per cinque minuti. Sono tutti gesti che migliorano la qualità del sonno, dell'umore e delle relazioni. Anche tenere un diario di gratitudine o imparare qualcosa di nuovo ogni settimana rafforza la motivazione e riduce la percezione di stress. Ogni scelta positiva, anche minima, ha il potere di innescare un cambiamento duraturo: il cervello, grazie alla neuroplasticità, si adatta e consolida i comportamenti virtuosi. Il ben-essere, in fondo, è una forma di attenzione: verso se stessi, verso gli altri e verso il mondo. Non è un lusso, ma un diritto e una responsabilità. In un'epoca dominata dalla fretta e dalla performance, scegliere la cura, la lentezza e la gentilezza rappresenta una rivoluzione silenziosa ma potente, capace di generare salute, connessione e senso.

LE RISORSE DELLA PREVENZIONE

Prevenzione sanitaria: l'Italia indietreggia mentre aumentano i bisogni

In un Paese che invecchia rapidamente come l'Italia, dove nel 2024 ben il 24,7% della popolazione ha superato i 65 anni (ISTAT, Rapporto Annuale 2024), la prevenzione dovrebbe rappresentare la colonna portante del Servizio Sanitario Nazionale. E invece, i dati più recenti confermano una tendenza opposta: la spesa per la prevenzione è scesa a 8,12 miliardi di euro, con un calo del 3,9% rispetto al 2023 e del 21% rispetto al 2022, secondo il Rapporto GIMBE 2024. Questo equivale al 4,3% della spesa sanitaria totale, ben al di sotto del 7% indicato dall'OCSE come soglia minima raccomandata (OECD Health at a Glance 2023).

La spesa pro capite per la prevenzione in Italia è ferma a 188 euro, contro una media europea che si attesta a 217 euro (Commissione Europea, State of Health in the EU – Italy Country Profile 2024). Questo sottofinanziamento produce effetti visibili e misurabili sulla popolazione.

Solo il 33% degli over 50 si sottopone regolarmente al test per il sangue occulto nelle feci; la partecipazione agli screening oncologici organizzati resta bassa: 51% per la mammografia e 44% per il Pap-test. La situazione è particolarmente grave nel Mezzogiorno, dove l'adesione scende al 29% per la mammografia e 32% per il Pap-test (Ministero della Salute, Monitoraggio Screening 2023).

Anche sul fronte vaccinale il quadro resta critico: nel 2023, la copertura per l'esavalente pediatrica si è fermata al 90,8%, l'antinfluenzale ha raggiunto solo il 52,5%, lo Pneumococco resta sotto al 28%, e l'Herpes Zoster non supera il 6% tra gli over 65 (ISS – Epicentro, Coperture vaccinali 2023).

Nonostante queste criticità, la Legge di Bilancio 2025 ha stanziato 4 miliardi di euro aggiuntivi per il SSN, ma solo 250 milioni sono destinati specificamente alla prevenzione (Camera dei Deputati, Nota di lettura alla Legge di Bilancio 2025): una cifra insufficiente per colmare anni di sottoinvestimenti.

Tagliare sulla prevenzione significa pagare due volte: oggi in termini di diagnosi mancate, domani in termini di costi sanitari più elevati e vite compromesse da malattie evitabili. Nel 2021, complici i fondi straordinari del PNRR e la spinta della campagna vaccinale Covid-19, la spesa per la prevenzione aveva raggiunto il 6,8% della spesa sanitaria totale: un picco temporaneo, non strutturale.

Secondo GIMBE, colmare i gap di copertura in screening e vaccinazioni potrebbe evitare fino a 10 miliardi di euro all'anno di spesa sanitaria evitabile (GIMBE, 2024). Il mancato investimento nella prevenzione amplifica le disuguaglianze territoriali e sociali: nel Mezzogiorno, l'offerta è spesso dimezzata, le diagnosi più tardive, i ricoveri più lunghi, e la mortalità evitabile più elevata (ISS – PASSI, Sorveglianza 2023). Le fasce sociali più vulnerabili, senza risorse per accedere al privato, rinunciano ai controlli, soprattutto quando le liste d'attesa si allungano.

Nel confronto internazionale, l'Italia resta fanalino di coda del G7 per investimenti in prevenzione (GIMBE, 2024), una posizione che mina la sostenibilità del SSN e compromette la salute pubblica.



CAS - Centro Accoglienza e Servizi - Una eccellenza Piemontese

Prendersi cura è un dovere, accogliere è un'arte, costruire reti è una missione.

Tra le realtà che meglio rappresentano la sanità solidale e di prossimità in Piemonte, il CAS – Centro Accoglienza e Servizi si distingue come un punto di riferimento per centinaia di persone che ogni anno si trovano a dover affrontare una diagnosi oncologica. A raccontarne l'importanza, con parole dense di passione e competenza, è il dottor Alessandro Comandone, oncologo di riferimento e promotore instancabile di un approccio umano alla cura.

«Il CAS non è solo un luogo fisico – è una visione della medicina che mette la persona al centro. Qui non si cura solo la malattia, ma si accoglie il malato nella sua interezza, con i suoi bisogni, le sue paure, la sua vita»,



«L'eccellenza non si misura solo in tecnologie e terapie ma anche nella capacità di fare rete, di non lasciare indietro nessuno, di costruire percorsi personalizzati e accessibili».

Nato dalla volontà di costruire un ponte tra le cure ospedaliere e il territorio, il CAS si è sviluppato come uno spazio integrato di accoglienza, orientamento e supporto: un modello virtuoso dove professionisti sanitari, volontari e associazioni lavorano insieme per garantire non solo continuità terapeutica, ma anche dignità e vicinanza.

In un'epoca in cui la sanità pubblica è sempre più sotto pressione e il rischio di frammentazione dei percorsi di cura è alto, il CAS rappresenta una risposta concreta e replicabile: un presidio territoriale in grado di offrire supporto psicologico, consulenze specialistiche, assistenza sociale, orientamento ai servizi e attività di prevenzione.

Nel cuore di Torino, il CAS si è trasformato in una vera e propria "casa della cura", dove ogni persona può sentirsi accolta, ascoltata, guidata. Un modello che funziona perché nasce da un forte radicamento territoriale e da una rete solida di collaborazioni tra enti pubblici, associazioni di volontariato e professionisti del settore sanitario.

Il successo del CAS è oggi anche un appello rivolto alle istituzioni: investire in luoghi come questo significa ridurre le disuguaglianze, potenziare la prevenzione, migliorare la qualità della vita delle persone malate e dei loro familiari.

Chi entra al CAS non trova solo cure. Trova attenzione, ascolto, umanità. Ecco perché possiamo dire, con orgoglio, che il CAS è una vera eccellenza piemontese – non solo per ciò che fa, ma per come lo fa.

I PROGETTI SUL TERRITORIO



La collaborazione con Farmacie Comunali

L'Associazione per la Prevenzione e Cura dei Tumori annuncia con grande soddisfazione l'avvio di una nuova collaborazione con Farmacie Comunali S.p.A., realtà presente e radicata nel territorio con una rete di farmacie pubbliche al servizio della salute dei cittadini.

Questa partnership nasce con l'obiettivo di rendere ancora più accessibili i servizi di prevenzione oncologica proposti dall'Associazione, creando un ponte diretto tra il mondo della farmacia e quello della diagnosi precoce, della sensibilizzazione e dell'educazione sanitaria.

Grazie alla collaborazione, le farmacie comunali aderenti ospiteranno materiale informativo sui programmi di prevenzione oncologica promossi dall'Associazione e fungeranno da "ambulatorio" per le visite dermatologiche urologiche e odontostomatologiche.

"In un momento storico in cui la prevenzione rappresenta uno strumento fondamentale per alleggerire la pressione sul sistema sanitario e salvare vite umane, questa sinergia rappresenta un passo concreto verso un modello di salute più vicino ai bisogni delle persone", ha dichiarato la Presidente dell'Associazione, Claudia Barba.

Le farmacie selezionate verranno continuamente aggiornate sul sito per garantire che i cittadini abbiano sempre accesso alle informazioni più recenti e possano usufruire dei servizi più vicini a loro.

La collaborazione si inserisce in un contesto più ampio di iniziative che l'Associazione sta portando avanti per promuovere la salute e il benessere della popolazione, dimostrando come la cooperazione tra diverse realtà possa generare un impatto positivo a lungo termine.



Prevenzione tumori
ASSOCIAZIONE PER LA PREVENZIONE
E LA CURA DEI TUMORI ETS - ODV



**FARMACIE
COMUNALI
TORINO**
Le più vicine a te.



“Al lavoro...con la prevenzione”

La salute entra nelle aziende del territorio

Il progetto mira a promuovere la salute e il benessere dei dipendenti direttamente sul posto di lavoro, offrendo formazione e informazione su prevenzione, corretti stili di vita e le risorse sanitarie disponibili. Attraverso un approccio integrato e pratico, l'iniziativa si propone di educare i lavoratori su come ridurre i rischi per la salute e migliorare la qualità della loro vita.

Il nostro progetto di prevenzione sanitaria sul posto di lavoro si propone di promuovere il benessere e la salute dei dipendenti attraverso una serie di azioni mirate e coinvolgenti.

Hanno già aderito tre realtà di primo piano del territorio — Sparco S.P.A., ICCOM srl e EATON S.P.A. — confermando quanto il benessere dei propri dipendenti sia una priorità condivisa.

Il progetto propone un pacchetto di servizi sanitari qualificati, erogati direttamente in azienda, tra cui: visite dermatologiche con dermatoscopio, urologiche, odontostomatologiche, otorinolaringoiatriche, nutrizionistiche e chinesiologiche, oltre a consulenze con medici di medicina generale.

È prevista anche una campagna antifumo e sessioni di formazione su corretti stili di vita e prevenzione oncologica, con l'obiettivo di intercettare precocemente eventuali fattori di rischio e promuovere comportamenti salutari.

Un modello vincente di medicina di prossimità, che crea valore sia per le persone che per le organizzazioni.

Per informazioni: www.prevenzionetumori.org o contatta la segreteria al numero 3428524597



GLI EVENTI DELL'ASSOCIAZIONE

GIORNATA MONDIALE PER IL CUORE

È la storica campagna di sensibilizzazione rivolta all'opinione pubblica, alla comunità medico scientifica e ai rappresentanti delle istituzioni per ribadire l'importanza della prevenzione delle malattie cardio-cerebrovascolari che, ancora oggi, sono la prima causa di ospedalizzazione e di morte. In Italia la Giornata Mondiale per il Cuore è coordinata dall'Associazione Italiana Cuore e Rianimazione Lorenzo Greco Onlus, che si svolge in diverse piazze dei principali Comuni italiani come: Torino, Roma, Catania, Palermo ed inoltre in altre 150 piazze e presidi sanitari.

Ogni anno, le malattie cardio-cerebrovascolari causano oltre 18,6 milioni di morti nel mondo, e in Italia ben 127.000 donne e 98.000 uomini, per un totale di oltre 220.000 persone, muoiono a causa di infarto del miocardio, scompenso e ictus cerebrale.



BALLA CANTA CAMMINA!

Balla, Canta, Cammina è un progetto ideato dall'Associazione per la Prevenzione e la Cura dei Tumori ETS – ODV, in collaborazione con Antonio Augelli, sportivo e istruttore di ballo, per promuovere il benessere psico-fisico attraverso il movimento, la musica e la socialità. L'attività è pensata per tutte le età e unisce la camminata, il canto collettivo e semplici coreografie accessibili a tutti. L'obiettivo è incoraggiare uno stile di vita attivo e consapevole, capace di sostenere la prevenzione anche attraverso gesti quotidiani di cura e condivisione. Il primo incontro si è svolto al Parco Naturale di Stupinigi, in una cornice di natura e bellezza, dove i partecipanti hanno potuto camminare, ballare e cantare insieme, riscoprendo il piacere dello stare in gruppo e il valore della leggerezza. Un'iniziativa che dimostra come la prevenzione possa passare anche dal sorriso, dalla musica e da un passo condiviso.



GLI EVENTI DELL'ASSOCIAZIONE

LE MELE PER LA VITA NELLE PIAZZE DI TORINO E PROVINCIA PER SOSTENERE LE ATTIVITÀ DELL'ASSOCIAZIONE



Nel prossimo mese di ottobre nelle piazze di Torino e provincia, avrà inizio la storica campagna di raccolta fondi "La prevenzione dà buoni frutti"

Le offerte raccolte rappresentano uno dei principali mezzi per finanziare le visite di prevenzione che l'Associazione eroga.

La manifestazione, che si celebra ogni anno ad ottobre con la distribuzione di sacchetti di mele provenienti dall'azienda agricola di Lagnasco, in provincia di Cuneo sarà organizzata in collaborazione con Nova Coop e Coop senza le quali tutto ciò non potrebbe essere realizzato. Fondamentale è anche l'aiuto dell'A.N.A. (Associazione Nazionale Alpini) insieme ai volontari dell'Associazione e ai volontari selezionati dal Settore Decentramento e Pari Opportunità del Comune di Torino (Giovani per Torino). Le mele, simbolo di salute e benessere, diventano quindi portatrici di un messaggio importante: la prevenzione è il primo passo per una vita sana. Durante questi due giorni, i cittadini avranno l'opportunità non solo di contribuire a una causa nobile, ma anche di ricevere informazioni utili sui programmi di prevenzione offerti dall'Associazione.

Sarà un'occasione per sensibilizzare la comunità sull'importanza della prevenzione e raccogliere fondi essenziali per proseguire con le attività che l'Associazione porta avanti con dedizione e passione.

La partecipazione attiva della cittadinanza è fondamentale per il successo della campagna, e grazie al supporto delle istituzioni locali e delle realtà commerciali, l'evento si prospetta come un appuntamento imperdibile per tutti coloro che desiderano fare la differenza.





GLI EVENTI DELL'ASSOCIAZIONE

JTWIA 2025

Dal 7 al 9 marzo 2025, l'Associazione per la Prevenzione e Cura dei Tumori ha partecipato con entusiasmo alla dodicesima edizione di "Just The Woman I Am" (JTWIA), manifestazione torinese dedicata alla salute, alla ricerca e all'empowerment femminile. La corsa-camminata di 5 chilometri, tenutasi domenica 9 marzo, ha visto la partecipazione di oltre 30.000 persone, con partenza dal Parco del Valentino e arrivo in Piazza Castello. All'interno del Villaggio della Prevenzione, l'Associazione ha offerto visite gratuite per la prevenzione dei tumori del cavo orale, grazie alla collaborazione del Professor Sergio Gandolfo, odontostomatologo di rilievo internazionale e Professore Ordinario presso l'Università degli Studi di Torino. Durante le giornate, sono stati distribuiti materiali informativi e gadget ecosostenibili, e numerosi cittadini hanno usufruito dei consulti specialistici offerti. L'evento ha rappresentato un'importante occasione per sensibilizzare la popolazione sull'importanza della prevenzione e della diagnosi precoce dei tumori orali, patologie spesso sottovalutate ma con significative implicazioni sulla salute generale. La presenza dell'Associazione alla JTWIA 2025 ha rafforzato l'impegno continuo nella promozione della salute e nella diffusione di buone pratiche preventive.





GLI EVENTI DELL'ASSOCIAZIONE

FESTIVAL DELLA DONAZIONE 2025: due giorni di sport, musica e prevenzione a Santena



Dopo il successo dello scorso anno, l'Associazione Francesca Caparelli ODV rilancia con la seconda edizione del "Festival della Donazione", un evento pensato per unire salute, solidarietà e socialità. L'invito è aperto a tutti: famiglie, sportivi, curiosi e, soprattutto, chiunque voglia prendersi cura di sé e degli altri.

Prevenzione al centro: visite gratuite per il cavo orale

Quest'anno grazie alla nostra partecipazione l'area salute si è arricchita di un servizio prezioso: **screening gratuiti del cavo orale** grazie alla collaborazione della **dott.ssa Marta Lampiano**, specialista in odontostomatologia e volontaria instancabile dell'Associazione.

I tornei di beach volley, basket e calcio a 5 non sono semplici competizioni: portano il nome di Francesca, la giovane a cui è intitolata l'associazione. Con pallone, rete e canestri abbiamo **celebrato la sua passione per lo sport** e trasformata in un motore di solidarietà.

Sul campo, squadre di ogni età si sono sfidate in un clima di rispetto e fair play, mentre fuori dal campo volontari e stand hanno animato la piazza con musica e voglia di stare insieme.

Capelli che diventano sorriso

Domenica mattina è stata dedicata anche alla **donazione di capelli**: parrucchieri professionisti hanno raccolto trecce e ciocche (minimo 25 cm), che sono state poi inviate a laboratori specializzati per la realizzazione di parrucche destinate a pazienti oncologici.



SOSTIENI
L'ASSOCIAZIONE

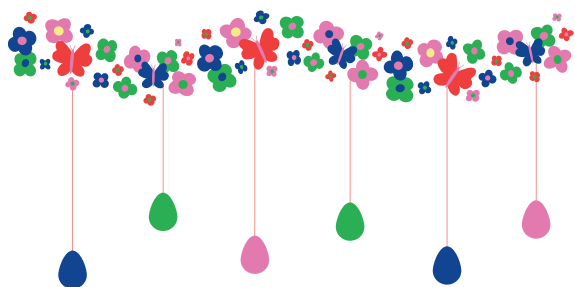
Prenota i tuoi doni solidali

Chiama: 011 836263 - 3428524597

visita: www.prevenzionetumori.org/shop

scrivi a: segreteria@prevenzionetumori.org

Si effettuano consegne in Torino.



A PASQUA SOSTIENI LA PREVENZIONE REGALANDO LE UOVA E GLI OVETTI DELL'ASSOCIAZIONE

Anche quest'anno per Pasqua l'Associazione vi propone un'ottima idea per i regali solidali: sono le **uova di Pasqua** di cioccolato fondente al latte e bianco della tradizione piemontese e gli **ovetti** di cioccolato fondente, due specialità che sapranno regalare momenti di piacevole bontà durante le feste.



LA SHOPPER DELLE RONDINELLE E LE BOMBONIERE SOLIDALI

Scegli le nostre **bomboniere solidali**: un dono elegante e significativo che celebra i tuoi momenti speciali e sostiene concretamente la prevenzione oncologica. Contribuisci anche tu a costruire un futuro più sano e consapevole.

Scopri la nostra **Shopper di Cotone**: elegante, resistente e sostenibile, perfetta per uno shopping consapevole e alla moda!



SOSTIENI
L'ASSOCIAZIONE

I FIORI DI VERRUVA SAVOIA...L'IMMENZA BONTÀ DEL GRUPPO ALPINI

Grazie al Gruppo Alpini di Verrua Savoia: un gesto di solidarietà che fiorisce nel cuore della comunità. La nostra Associazione desidera esprimere un sentito e caloroso ringraziamento al Gruppo Alpini di Verrua Savoia, che anche quest'anno ha scelto di sostenere le nostre attività attraverso una straordinaria iniziativa di solidarietà. Grazie all'impegno e alla generosità dei suoi volontari, il Gruppo Alpini ha promosso una raccolta fondi tramite la vendita di fiori, trasformando un gesto semplice e colorato in un'azione concreta di sostegno alla prevenzione oncologica e alla tutela della salute.

Il ricavato è stato devoluto alla nostra Associazione e contribuirà a finanziare attività di prevenzione, informazione e assistenza ai cittadini, con particolare attenzione ai percorsi di diagnosi precoce e cura dei tumori.

In un tempo in cui la vicinanza umana e il supporto concreto sono più che mai fondamentali, l'iniziativa del Gruppo Alpini di Verrua Savoia rappresenta un esempio prezioso di cittadinanza attiva e generosità autentica. A loro va la nostra più profonda gratitudine, anche a nome di tutti coloro che, grazie a questo gesto, potranno beneficiare dei nostri servizi.

Grazie di cuore, Alpini!

Continuate a far fiorire speranza e solidarietà nelle nostre comunità.





SOSTIENI L'ASSOCIAZIONE

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 ETS 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

Per effettuare il lascito testamentario a favore dell'Associazione per la Prevenzione e la Cura dei Tumori ETS 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 ETS 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 ETS ODV Via Cavour 31 - 10123 Torino.

Dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 17.

Telefono 011 836263

segreteria@prevenzionetumori.org

www.prevenzionetumori.org

"Prevenire è vivere:
il tuo **5x1000**
è un passo
verso un **futuro**
più **sano**."

La diagnosi precoce è l'arma più efficace contro il tumore. Noi la facciamo da 40 anni !

Sostieni l'**ASSOCIAZIONE PER LA PREVENZIONE E LA CURA DEI TUMORI ETS ODV**

C.F. 97511870012



ASSOCIAZIONE
PER LA PREVENZIONE
E LA CURA DEI TUMORI - ETS ODV

Associazione per la Prevenzione e la Cura dei Tumori ETS ODV

ORGANIGRAMMA

CONSIGLIO DIRETTIVO

PRESIDENTE:

Claudia Barba

VICEPRESIDENTE:

Riccardo Di Prima

COMPONENTI:

Ferdinando Augusti

Massimo Bersano

Federica Botto

Roberta Corcetti

Enrico Faloppa

Mara Prina

Maria Grazia Vaudagna

COMITATO SCIENTIFICO

PRESIDENTI:

Oscar Bertetto

Alessandro Comandone

Riccardo Torta

COMPONENTI:

Fabio Beatrice

Chiara Benedetto

Sergio Gandolfo

Livia Giordano

Mario Morino

Giovanni Muto

Pietro Quaglino

Daniele Regge

Umberto Ricardi

Paolo Rossi

Giovanni Succo

Giuseppe Soglio

Bruno Torchio



DEDICA UN GIORNO ALLA TUA SALUTE

Elenco dei presidi sanitari. Le prenotazioni si effettuano chiamando il **call center** :

lunedì - venerdì 9 - 12 - **011 836984 - 011 8173930**

o su **WhatsApp** al numero **342 8524597**

Ospedale San Giovanni Antica Sede
(SGAS)

Torino - Via Cavour, 31

Farmacie Comunali

Torino - Via XX Settembre, 5

ASL di Torino - Head and Neck Cancer
Unit

Torino - Via Montanaro 60

Ospedale Cottolengo

Torino - Via Cottolengo, 9

SEGUICI ANCHE SUI SOCIAL E SU WHATSAPP

