

## Dichiarazioni esperti medico-scientifici

## Saverio Cinieri

## Presidente AIOM e Direttore UOC e Breast Unit, Ospedale Antonio Perrino, Brindisi

“La prevenzione in campo oncologico deve tornare ad essere una priorità per il sistema Paese, specialmente dopo che diagnosi e cure hanno subito ritardi a causa del protrarsi dell'emergenza sanitaria – commenta **Saverio Cinieri, Presidente AIOM e Direttore Unità Operativa Complessa e Breast Unit, Ospedale Antonio Perrino, Brindisi** - La mammografia, un'arma preziosa a disposizione delle donne, deve essere riportata ai livelli pre-COVID, attuando un vero e proprio "recovery plan" che punti al recupero degli esami rimandati o cancellati: come AIOM abbiamo lanciato appelli e ci siamo attivati su più fronti con questo obiettivo e un'iniziativa come questa può dare un utile contributo, grazie a una collaborazione pubblico-privato che vede coinvolti tutti gli attori chiave.” Continua **Cinieri**: “Questa nuova partnership della Campagna con il mondo del fitness può aiutare a sensibilizzazione ulteriormente la popolazione sul tema dello screening, collegandosi ad un altro aspetto chiave sul piano delle strategie preventive: l'attività fisica, associata a sani stili di vita, rappresenta, infatti, uno degli strumenti più importanti per la prevenzione ed è fondamentale per migliorare il benessere psicofisico e la qualità di vita, a tutte le età, anche nei pazienti oncologici. Recenti studi confermano che chi svolge un'attività fisica moderata (per esempio 30 minuti almeno 5 giorni a settimana) ha una riduzione di rischio di ammalarsi di tumore al seno. Inoltre, le donne con tumore al seno possono essere soggette al rischio di una mobilità ridotta del braccio e dell'ascella dopo l'intervento chirurgico e la radioterapia. Anche in questo caso, l'attività fisica può venire in aiuto. I risultati di uno studio recentemente pubblicato sul British Medical Journal mostrano che le pazienti che iniziano un programma di fisioterapia poco dopo aver subito un intervento chirurgico non ricostruttivo riacquistano maggiore mobilità e sentono meno dolore rispetto a quelle che non lo fanno.”

## Anna Abate

## Responsabile struttura semplice di diagnostica senologica presso San Gerardo di Monza

“Oscar Wilde sosteneva che il primo dovere nella nostra vita è la salute. Non possiamo che convenire che non saremmo mamme, figlie, mogli, amiche, in una parola donne, senza la salute. Il benessere fisico è alla base del benessere mentale e viceversa, in un sottile equilibrio sul quale dobbiamo lavorare. La prevenzione è la migliore arma che abbiamo per prenderci cura di noi stesse e di chi ci sta vicino – commenta **Anna Abate, Responsabile struttura semplice di diagnostica senologica presso San Gerardo di Monza** - Partendo dallo stile di vita che scegliamo, dalle abitudini alimentari, dall'attività fisica che svolgiamo, che riguardano una prevenzione primaria, fino ai programmi di screening a tappeto per sensibilizzare la popolazione sul valore che ha riuscire ad individuare tumori piccoli, lesioni in fase pre-cancerosa. Il tumore alla mammella è tra questi, e più la diagnosi è precoce più la donna ne beneficia dal punto di vista oncologico e psicologico. È necessario ritagliarsi del tempo e prendersi cura del proprio corpo, investire sul proprio presente significa avere una consapevolezza del futuro e avere una responsabilità nei confronti di noi stesse ma anche di chi ci sta accanto. Lo screening è una opportunità e non una condanna, è la possibilità di salvarsi con un piccolo impegno e una piccola routine”.

Stefano Pacifici  
Presidente AITeRS

“La lotta al covid e il contenimento della sua diffusione hanno purtroppo significato, per molte, troppe donne, un grande svantaggio in termini di opportunità in un'altra importante lotta, quella contro il tumore del seno, se pensiamo che, soprattutto nelle prime ondate della pandemia, si è registrato un calo drammatico sia dello screening mammografico sia del follow up – commenta **Stefano Pacifici, Presidente AITeRS**. I tecnici di radiologia, spesso paragonati agli occhi della pandemia, per il ruolo che la diagnostica per immagini ha avuto nell'individuare le infezioni polmonari e nel monitorare il loro successivo sviluppo, sono da sempre coinvolti in prima linea, accanto alle donne, in molti di quei momenti che caratterizzano il percorso delle neoplasie mammarie. Per questo AITeRS sostiene lo screening mammografico incoraggiando una ripresa delle attività e non perde di vista l'obiettivo più importante di tutti, quando si parla di cancro al seno: la prevenzione, l'arma più potente da dare alle donne. Partendo da questa consapevolezza, siamo convinti che l'informazione corretta e il coinvolgimento delle donne in iniziative che supportino l'adesione allo screening siano ulteriori mezzi da mettere in campo, oggi più che mai, perché il tumore al seno non concede tempo, non concede pause e pretende soluzioni tempestive.”