

Colon, 10% dei tumori dovuti alla dieta sbagliata

SALUTE > ALIMENTAZIONE

Domenica 21 Luglio 2019



La dieta è grande alleato nella prevenzione di alcuni tipi di tumore, come quello del colon. Ma se è sbagliata può diventare invece un fattore aggiuntivo di rischio. Oltre 80 mila nuovi casi di cancro al colon registrati in un anno negli Stati Uniti, infatti, ovvero il 5%, sarebbero attribuibili ad un regime alimentare errato.

Il tumore del colon-retto è il terzo più comune in Italia e rappresenta il 10% di tutti i tumori; la maggior incidenza è dopo i 50 anni, ma è in aumento anche in fasce di età più giovani. Pubblicato su JNCI Cancer Spectrum, il nuovo studio, condotto da ricercatori della Tufts University di Boston, ha esaminato i tumori al colon registrati negli Usa nel 2015. Ne è emerso che ben il 5,2% (80.110 casi) potevano essere attribuibili ad una dieta inadeguata. I fattori a maggiore impatto sono risultati lo scarso consumo di cereali integrali e di latticini da una parte, e l'elevato consumo di carni processate (insaccati, salsicce e wurstel), dall'altra. «La popolazione percepisce il messaggio di sana alimentazione in maniera generica e superficiale, mentre questo studio stabilisce in maniera precisa il tipo e l'entità del rischio di tumore attribuibile alla dieta», afferma la professoressa Filomena Morisco, del Dipartimento di Scienza degli Alimenti dell'Università di Napoli Federico II. Questo, aggiunge, «suggerisce la necessità di un approccio multidisciplinare alla malattia, con il gastroenterologo in posizione sempre più centrale».

L'alimentazione, conclude Domenico Alvaro, presidente della Società italiana di gastroenterologia e endoscopia digestiva (Sige), «è un'arma di prevenzione straordinariamente potente, soprattutto se iniziata in giovane età. Se, associata ai programmi di screening, potrebbe abbattere il numero di nuovi casi nei prossimi anni».