

Martedì, 23 luglio 2019

## Tumori al colon causati da dieta errata? CANCRO COLON-RETTO ALLARME DIETA

Tumore del colon retto, dieta, fattore di rischio? Lo studio.  
Cancro del colon-retto cosa mangiare e cosa no



**Tumore al colon-retto e dieta sbagliata:** attenzione. Un'alimentazione poco sana può aumentare il rischio che insorga questo tipo di cancro. A dirlo è uno studio condotto da un'equipe scientifica attiva presso la Tufts University di Boston.

Tumore del colon retto, dieta, fattore di rischio? Lo studio

**La ricerca che mette in correlazione il tumore al colon e una dieta sbagliata** - o che, guardando l'altra faccia della medaglia suggerisce un adeguato stile alimentare che aiutare a prevenire questo tipo di tumore - è stata pubblicata dalla rivista scientifica JNCI Cancer Spectrum. Sono stati monitorati i **casi di cancro al colon** diagnosticati in territorio USA nel 2015 e dai risultati

dello studio, è emerso che, nel 5,2% circa delle situazioni - circa 80.000 casi - il cancro al colon può essere collegato a un'alimentazione poco sana.

Tumore del colon retto, dieta sbagliata favorisce l'insorgenza di questo cancro? Cosa mangiare e cosa stare attenti a mangiare

**Gli studiosi hanno monitorato alcune abitudini alimentari particolarmente a rischio nell'ottica del tumore al colon-retto.** Una di queste riguarda la tendenza a mangiare pochi cereali integrali e latticini. Secondo i ricercatori è pericolosa poi l'abitudine al consumo di un'eccessiva quantità di carni processate. Secondo gli esperti di gastroenterologia, è fondamentale intervenire sulla percezione da parte della popolazione dei messaggi incentrati sui consigli alimentari, che devono passare nella maniera più chiara possibile. Questo studio è importantissimo al proposito, in quanto fornisce dei parametri precisi sull'entità del rischio di tumore al colon in chi segue una dieta poco salutare.

Tumori al colon causati da dieta errata? CANCRO COLON-RETTO ALLARME DIETA - Parlano gli esperti

"In definitiva – spiega la prof. Filomena Morisco, Dipartimento di Scienza degli Alimenti dell'Università di Napoli 'Federico II' – dai risultati di questo studio epidemiologico emergono ulteriori conferme sull'importanza della dieta nella genesi delle malattie neoplastiche in generale, in particolare di quelle che interessano l'apparato gastrointestinale. Si conferma sempre più la necessità di un approccio multidisciplinare alla malattia, con il gastroenterologo in posizione sempre più centrale. Questo studio, appena pubblicato, stabilisce in maniera precisa il tipo e l'entità del rischio di tumore attribuibile alla dieta e fornisce indicazioni chiare circa lo stile alimentare da adottare per prevenire il cancro del colon-retto. Inoltre – conclude la prof. Morisco – la stima precisa del numero di casi di tumore attribuibili ad una dieta sbagliata (che - va ricordato - rappresenta un fattore di rischio modificabile) può essere utile per indirizzare le politiche nutrizionali su larga scala a ridurre l'impatto sanitario, sociale ed economico di questi tumori". "E' scientificamente dimostrato – spiega il prof. Domenico Alvaro, presidente Sige – che, adottare sane abitudini e seguire i consigli che provengono dai recenti studi, può prevenire la comparsa di tumore. L'alimentazione è un'arma di prevenzione straordinariamente potente, soprattutto se iniziata in giovane età. Questa, associata ai programmi di screening, potrebbe abbattere considerevolmente il numero di nuovi casi nei prossimi anni".

**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.**