

OBESITÀ E RISCHIO ONCOLOGICO CON IL DR. MINICOZZI



INTRODUZIONE

L'OMS ha definito l'obesità come una condizione di anormale o eccessivo accumulo di grasso corporeo che rappresenta un aumentato rischio per la salute.

Tra le varie complicanze associate all'eccesso ponderale troviamo il diabete, l'ipertensione arteriosa, le malattie cardiovascolari, l'infarto e almeno 13 tipologie diverse di cancro.

RICERCA

Un gruppo di ricercatori dell'Agenzia internazionale per la ricerca sul cancro ha concluso che vi sono prove coerenti che quantità maggiori di grasso corporeo siano associate ad un aumentato rischio di insorgenza di alcuni tumori, tra cui: il carcinoma endometriale, l'adenocarcinoma esofageo, il carcinoma del cardias gastrico, il tumore epatico e quello renale.

PATOGENESI

I meccanismi con cui l'obesità può aumentare il rischio di insorgenza della neoplasia sono ad oggi non ancora del tutto chiari. Tuttavia, gli studiosi hanno rilevato che il tessuto adiposo porta alla presenza di elevati livelli di estrogeni, insulina, IGF-1, fattori proinfiammatori, leptina e altre sostanze che possono agire stimolando un'anomala proliferazione cellulare.

PREVENZIONE

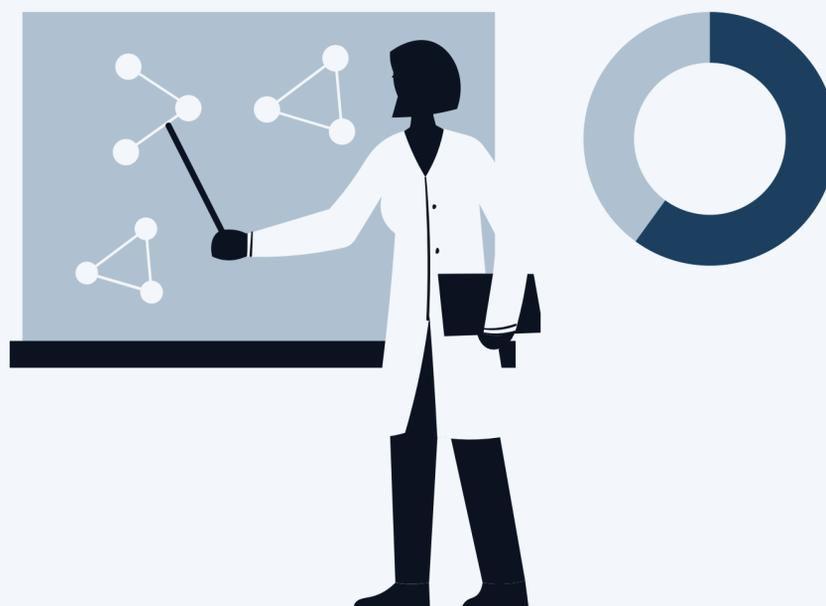
Tra i fattori di rischio modificabili per l'insorgenza neoplastica troviamo oltre al fumo, proprio l'alimentazione e l'attività fisica.

Secondo il programma di nutrizione dell'Istituto Europeo di oncologia sono in tutto 10 le raccomandazioni per la prevenzione oncologica.

BARIATRICA

Alcuni ricercatori stanno esaminando il rischio di cancro nelle persone con obesità che hanno subito un intervento chirurgico bariatrico.

Gli studi hanno scoperto che la chirurgia bariatrica tra le persone con obesità, in particolare di sesso femminile, è associata a rischi complessivi di cancro ridotti. Stiamo parlando nello specifico di tumori ormonali e di tumori correlati all'obesità come il cancro al seno postmenopausa, il cancro dell'endometrio e il cancro del colon.



INDICAZIONI

- Mantenere il normopeso e praticare attività fisica
- Aumentare il consumo di cereali integrali, verdura, frutta e legumi
- Limitare il consumo di alimenti processati
- Limitare il consumo di carne rossa e di carni lavorate
- Evitare il consumo di bevande zuccherate e di bevande alcoliche
- Soddisfare i fabbisogni nutrizionali grazie alla dieta
- Allattare al seno ove possibile.

