AGENZIA STAMPA QUOTIDIANA NAZIONALE
Prima Pagina News

Primo Piano - *Asco: sport e dieta anti-infiammatoria contro la recidiva del tumore al colon*

Roma - 03 giu 2025 (Prima Pagina News) **I risultati di due studi presentati all'Asco di Chicago.**

Un'attività fisica regolare e una dieta "anti-infiammatoria" sono elementi chiave nella prevenzione della recidiva del tumore al colon nei pazienti già colpiti dalla malattia che hanno subìto l'intervento chirurgico. E' quanto dimostrano due studi presentati al congresso dell'American society of clinical oncology (Asco). Quindi, l'influenza degli stili di vita è fondamentale, non soltanto per la prevenzione delle neoplasie, ma anche per prevenire casi di recidiva e migliorare la sopravvivenza dei pazienti. Questo vale a dire che sport e cibo sono dei veri e propri 'farmaci' da tenere in alta considerazione. Diversi studi e molte sessioni dell'Asco si sono incentrati sul tumore al colon-retto, i cui casi sono in aumento in tutto il mondo, anche tra gli under-50. I motivi di questo aumento non sono del tutto chiari, ma per gli esperti una causa potrebbe essere la trasformazione del microbioma a causa dei processi di infiammazione. E proprio l'infiammazione ha un ruolo chiave nel rischio di recidiva per i pazienti operati: a indicarlo con chiarezza sono i dati dello studio di fase 3 Calgb condotto su 1625 pazienti con tumore del colon al terzo stadio, che avevano già subìto l'asportazione chirurgica del cancro. Il loro regime dietetico è stato sottoposto a monitoraggio per un anno, ed è emerso che i pazienti con un'alimentazione piena di cibi "pro-infiammatori" come la carne rossa, le carni processate, cereali raffinati e bevande zuccherate, avevano un rischio di morte più alto dell'87% rispetto a chi faceva attività fisica e adottava una dieta con alimenti anti-infiammatori come caffè, tè, vegetali a foglia gialla o verde, che presentava un rischio di morte inferiore del 63%. Questo studio, secondo gli esperti dell'Asco, suggerisce una "potente sinergia", quella tra lo sport e l'alimentazione con cibi antinfiammatori: i pazienti che hanno unito questi due elementi hanno mostrato un maggiore tasso di sopravvivenza. A confermare ciò è anche un secondo studio, Challenge, che tra il 2009 e il 2023 ha coinvolto 889 pazienti con cancro al colon retto di stadio III e di stadio II ad alto rischio, provenienti da 6 Paesi. Un gruppo ha seguito un programma di esercizio fisico, mentre l'altro ha soltanto ricevuto materiale educazionale: dopo un follow up di circa 8 anni, a 93 pazienti del primo gruppo è stata riscontrata una recidiva, mentre nel secondo gruppo i casi sono stati 131. A 5 anni, chi faceva esercizio fisico aveva un tasso di sopravvivenza senza progressione della malattia dell'80%, del 74% nel gruppo di controllo. Dunque, i pazienti che hanno fatto esercizi fisici hanno dimostrato di avere un rischio di recidiva o nuovi tumori minore del 28%. Dopo 8 anni, chi ha scelto di fare esercizio fisico ha mostrato un tasso di sopravvivenza del 90%, contro l'83% del secondo gruppo. Lo studio, dunque, ha evidenziato che coloro che svolgevano attività fisiche aveva un rischio di morte inferiore del 37% rispetto a chi faceva parte del secondo gruppo. Adesso, i ricercatori vogliono analizzare come l'esercizio fisico riduca il rischio di recidive, esaminando campioni di sangue dei pazienti coinvolti nello studio. "Questo è il primo studio di fase 3 nei

pazienti con questo tipo di neoplasia a dimostrare che l'esercizio fisico post-trattamento è efficace nel migliorare la sopravvivenza senza progressione della malattia", ha evidenziato Pamela Kunz, esperta Asco di tumori gastrointestinali. I servizi sanitari, concludono i ricercatori che hanno condotto lo studio, "dovrebbero dunque incorporare programmi strutturati di esercizio fisico come standard di cura per questi pazienti oncologici". Se gli stili di vita sono sempre più fondamentali anche dopo la comparsa e il trattamento di una neoplasia, la ricerca non si ferma e continua a fare passi avanti, mettendo a punto nuove molecole e terapie anche per forme particolari di cancro al colon. Per esempio, lo studio Atomic dimostra che l'immunoterapia con la molecola atezolizumab, combinata con la chemioterapia, può migliorare la sopravvivenza nei pazienti affetti da un sottotipo di cancro al colon.

(Prima Pagina News) Martedì 03 Giugno 2025

Verbalia Comunicazione S.r.l. Società Editrice di PRIMA PAGINA NEWS
Registrazione Tribunale di Roma 06/2006 - P.I. 09476541009
Iscrizione Registro degli Operatori di Comunicazione n. 21446

Sede legale : Via Costantino Morin, 45 00195 Roma
Redazione Tel. 06-45200399 r.a. - Fax 06-23310577
E-mail: redazione@primapaginanews.it