



ALIMENTIAMO LA “PREVENZIONE” PER VINCERE IL CANCRO

13-21 marzo 2011 – Al via la X edizione della

Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica

della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori

Dal 13 al 21 marzo p.v. le maggiori piazze italiane tornano ad ospitare la Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica, uno dei principali appuntamenti della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori (LILT).

Istituito con Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri, l'evento ha lo scopo di informare correttamente, sensibilizzare e rendere tutti consapevoli che la Prevenzione rappresenta la miglior alleata della buona salute, lo strumento più efficace per combattere i tumori.

Sono oltre 2 milioni e mezzo gli ammalati di cancro in Italia e l'incidenza è di 270 mila nuovi casi l'anno.

Tuttavia prevenire, curare e guarire dal tumore si può. L'Organizzazione mondiale della Sanità (OMS) stima, infatti, che sia possibile **prevenire almeno il 30 % dei nuovi casi e curarne un ulteriore 30 %**, con elevata possibilità di guarigione, oggi attestata al 58% circa, se individuati tempestivamente attraverso **la diagnosi precoce**.

Vi sono semplici regole da seguire, semplici azioni che ogni persona può compiere per ridurre il rischio di sviluppo della malattia. A cominciare dall'alimentazione, da una dieta salutare. La “nostra” **Dieta Mediterranea**, celebre per le sue virtù salutari, è stata peraltro di recente proclamata dall'Unesco **patrimonio immateriale dell'umanità**. E' un modello nutrizionale i cui ingredienti principali sono frutta fresca e verdura, pesce e legumi.

Re della **Dieta Mediterranea** è l'**olio extra vergine d'oliva**, testimonial storico della **Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica della LILT**, alleato del nostro benessere per le sue qualità protettive, non solo nei confronti delle malattie cardiovascolari e metaboliche, ma anche per vari tipi di tumore.

Per meglio conoscere gli alimenti e i principi per nutrirsi in modo sano di recente anche lo chef Filippo La Mantia ha messo a disposizione della LILT, per la Settimana Nazionale della Prevenzione Oncologica, il suo volto, la sua esperienza, la sua professionalità.

Anche il mondo dello sport testimonierà l'importanza di seguire un corretto stile di vita: le squadre di calcio di serie A e B, in tutti gli stadi d'Italia, scenderanno in campo per rafforzare e sostenere il messaggio della LILT.

Quest'anno la Settimana Nazionale per la Prevenzione coincide con le celebrazioni per i **150 anni dell'Unità d'Italia**. Un'occasione speciale per condividere un bene prezioso: il benessere di ogni italiano.

Per questo dal 13 al 21 marzo prossimo i volontari LILT saranno presenti nelle piazze del nostro Paese, pronti ad offrire un utile opuscolo ricco di informazioni, indicazioni, consigli e ricette insieme alla bottiglia d'**olio extra vergine d'oliva**.

I 395 punti Prevenzione/ambulatori LILT resteranno aperti a tutta la popolazione con medici, operatori sanitari, volontari che saranno a disposizione per elargire quei servizi che fanno della LILT, da quasi 90 anni, un punto di riferimento ed un protagonista nella lotta contro i tumori.

Per conoscere giorni e orari di apertura dei punti Prevenzione/Ambulatori **LILT**, chiamate il **numero verde SOS LILT 800-998877**.

Per ulteriori informazioni consultate il sito www.lilt.it