



PREVENZIONE IN PRIMO PIANO ANCHE A TAVOLA

16-24 marzo 2013 – XII edizione della
Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica
della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori

Dal 16 al 24 marzo p.v. si terrà la XII edizione della Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica, uno dei principali appuntamenti della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori. Istituito con Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri, l'evento ha come obiettivo informare correttamente, sensibilizzare e rendere tutti consapevoli che la Prevenzione rappresenta oggi lo strumento più efficace, l'arma vincente contro i tumori.

Scienza e medicina sono concordi nell'affermare che più di un terzo dei tumori non si svilupperebbe se mangiassimo in modo diverso.

Una sana e corretta alimentazione è infatti un alleato indispensabile per la nostra salute. Come, per esempio, la "dieta mediterranea", celebre per le sue virtù salutari, perché comprende molta frutta fresca, verdura e cereali, pesce, poca carne, e soprattutto **l'olio extravergine di oliva**, noto per le sue qualità protettive nei confronti di vari tipi di tumore (in particolare dell'apparato digerente e del carcinoma della mammella). Per questo la bottiglia d'olio extravergine d'oliva è stato eletto **testimonial storico della Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica della LILT.**

Occorre che ognuno di noi si alimenti in modo sano e segua semplici regole, facili azioni comportamentali che aiutino a ridurre il rischio di sviluppare la malattia: praticare un'attività fisica regolare, non fumare, ridurre il consumo di alcol.

Se tutti adottassimo questi corretti stili di vita, si raggiungerebbe in tempi brevi una guaribilità complessiva dal tumore di oltre l'80 per cento.

Dal 16 al 24 marzo p.v. i volontari della LILT si mobileranno per essere presenti nelle maggiori piazze italiane e offrire la bottiglia di olio extravergine di oliva - in cambio di un modesto contributo a sostegno delle attività promosse dalla LILT e delle dotazioni di apparecchiature diagnostiche –

accompagnata ad un utile opuscolo ricco di informazioni sui corretti stili di vita con consigli e ricette di importanti chef nazionali.

Circa 400 punti Prevenzione (Ambulatori) LILT resteranno aperti, con medici, operatori sanitari e volontari che saranno a disposizione di tutti per offrire quei servizi che, da oltre 90 anni, caratterizzano la LILT nella lotta ai tumori.

Quest'anno per la XII edizione della Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica, a fianco della LILT scende in campo la Fondazione Campagna Amica che rappresenta da sempre un punto di riferimento per la valorizzazione dei prodotti dell'agricoltura italiana, garantendone la loro genuinità freschezza e qualità. Un partner d'eccezione che sosterrà la LILT con numerose iniziative. Presso i Mercati Campagna Amica di tutta Italia, si offrirà ai cittadini, con la bottiglia d'olio extravergine d'oliva, i prodotti della nostra agricoltura. Un modo concreto per diffondere il messaggio per una sana e corretta alimentazione.

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 o la pagina facebook della LILT Nazionale.