

## **OTTOBRE ROSA E ... "PICCANTE": LA PREVENZIONE E' SEMPRE LA RISPOSTA GIUSTA**

"La Prevenzione è sempre la risposta giusta" è il claim che lancia la conduttrice televisiva e radiofonica Francesca Fagnani, testimonial di **LILT for Women 2023**, la **Campagna nazionale Nastro Rosa "Lilt for Women"**, che dal 1992 si svolge puntualmente in ottobre di ogni anno, promossa con il patrocinio della Presidenza del Consiglio dei Ministri e del Ministero della Salute, per sensibilizzare la popolazione sul tema della **prevenzione** dei tumori femminili.

Questo slogan vuole ricordare e ribadire l'importanza dei controlli periodici, dell'autopalpazione e delle indagini diagnostico-strumentali sin da giovani, con l'ambizione di raggiungere, nel giro di pochi anni, la mortalità zero per carcinoma alla mammella, traguardo non utopistico questo, vista la guaribilità che raggiunge attualmente l'85% dei casi.

Questa problematica colpisce sempre più donne nel nostro Paese e registra un aumento dell'incidenza anche nella fascia di età 30/35 anni oltre a un'importante percentuale di mortalità tra le donne al di sotto dei 50 anni. «Con circa 60.000 nuovi casi per il 2022 il cancro al seno è il big killer numero uno, rappresentando quasi il 30% di tutte le neoplasie - dichiara il prof. Francesco Schittulli, senologo-chirurgo oncologo e presidente della LILT - Trenta anni fa la metà delle donne con un tumore al seno operato moriva. E' salito così ormai a oltre 900.000 il numero delle donne sopravvissute, guarite o conviventi con il cancro al seno, che avranno personalmente vissuto l'esperienza di tale neoplasia. Il merito è degli operatori sanitari, del crescente ruolo della prevenzione secondaria grazie a diagnosi sempre più precoci, della ricerca e anche dell'impegno, quotidiano e capillare, della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori che, da 100 anni, promuove la cultura della prevenzione come metodo di vita». Se diagnosticato precocemente, il cancro al seno è potenzialmente del tutto guaribile: la probabilità di guarigione per tumori che misurano meno di un centimetro è infatti di oltre il 90%.

Un tema ribadito in ogni occasione anche dal presidente dell'Associazione provinciale di Udine della LILT, ing. Giorgio Arpino: *"gli ambulatori della nostra sede sono aperti in continuità tutto l'anno, nel rispetto dei più rigorosi protocolli, anche anti Covid, e i nostri medici volontari sono a disposizione per le visite, tutte gratuite; nulla deve farci abbassare la guardia nella lotta ai tumori. Non solo a quelli femminili".* Va ricordato che la prevenzione è la prima e più potente arma da usare per ridurre il rischio della malattia in questa lotta. Una lotta a supporto della quale la LILT friulana ha programmato ben 13 iniziative e manifestazioni per un ottobre "lungo", iniziato già a settembre con le anteprime del "Peperoncino Day" e che si concluderà l'11 novembre con il tradizionale convegno in sala Ajace. Un intenso programma che si svolge con il patrocinio della Regione, della Presidenza del Consiglio Friuli Venezia Giulia, del Comune di Udine, della ASUIUD e di Federsanità – Anci.

Per tale ragione, per tutto il mese, la LILT Udine intensificherà le visite gratuite al seno non strumentali, che peraltro svolge per tutto l'anno, permettendo così di prenotare più facilmente una visita senologica gratuita, nonché di ricevere informazioni, consigli e opuscoli dedicati.

## Convegno LILT 2023

"Lotta al Tumore – dalla ricerca al prendersi cura". Questo il tema del convegno che si sviluppa in continuità con quello del 2022, che ha descritto il sempre più accelerato sviluppo scientifico della ricerca medica, con evidenti miglioramenti nella cura e conseguente guaribilità degli ammalati oncologici. Nella prima sessione, giovani relatori tratteranno di Oncologia di precisione e multidisciplinarietà nell'integrazione dei trattamenti per i tumori ginecologici e urologici, di nuove prospettive chirurgiche, di tecniche moderne di radioterapia e di aggiornamenti sulle nuove cure in oncologia medica. Nella seconda parte, dal titolo "Oltre le terapie ..." verranno trattati alcuni aspetti anche psico-sociali che coinvolgono la sessualità, la fertilità e la gestione delle emozioni.

### Monumenti "in rosa"

Continuando una bella tradizione, in funzione dell'accordo nazionale con l'ANCI, anche quest'anno abbiamo provveduto a richiedere al Comune di Udine - da sempre al fianco della LILT friulana – ed a moltissimi comuni della provincia anch'essi sempre vicini all'Associazione, da Precenico ad Aquileia, Zuglio, Rivignano, Manzano, Remanzacco, Pozzuolo del Friuli, Tavagnacco, Campoformido, San Leonardo e tutti i piccoli comuni delle valli cividalesi, per arrivare a Carlino e Palazzolo dello Stella, di illuminare "in rosa" un monumento significativo. Tale richiesta è stata trasmessa anche ad altri Comuni della provincia di Udine, richiedendo contestualmente la collaborazione nel diffondere l'importanza della Prevenzione Oncologica in modo sistematico.

Il comune di Udine illuminerà via Mercato Vecchio di rosa dal 21 al 31 ottobre; e di azzurro dal 6 al 14 novembre, per ricordare anche i tumori maschili, durante l'evento della LILT dedicato al "percorso azzurro".

### Peperoncino Day

L'ottobre della LILT friulana, oltre che rosa, da parecchi anni è anche piccante: dal 2017 è stato inserito nel programma il **PEPERONCINO DAY**. Nelle giornate di sabato 7 e domenica 8 ottobre (il 12 ottobre è la data in cui negli USA si festeggia il Columbus Day, in onore dello scopritore dell'America... senza il quale il peperoncino non sarebbe giunto nel vecchio continente), nel gazebo allestito a Udine in piazza San Giacomo e all'esterno di numerose parrocchie cittadine e della provincia verrà proposto al pubblico in cambio di **un'offerta destinata alla LILT** un "kit" per realizzare "un primo piatto gustoso e di facile e rapida cottura" con pasta, pomodoro, olio d'oliva extravergine e peperoncino: è un piatto simbolo della Dieta Mediterranea, ormai patrimonio dell'Unesco, che costituisce una **"medicina" fondamentale per la salute e per la prevenzione dei tumori**. Quella del 2023 è la 21ª edizione del Peperoncino Day, che si presenta con una importante motivazione che recita **"Un pizzico di PEPERONCINO nel CUORE del Friuli – Contro i TUMORI ... una lotta PICCANTE"** e gode del patrocinio della sede nazionale dell'Accademia Italiana del Peperoncino, della Regione FVG, del Comune di Udine e di Città Sane. Nelle precedenti edizioni sono stati raccolti complessivamente oltre 94 mila euro, oltre alla donazione diretta di alcuni importanti strumenti medici, tutti impiegati dalla LILT per l'acquisto di attrezzature e materiali sanitari per i propri ambulatori, per renderli sempre più moderni ed efficienti. Da diversi anni, il Peperoncino Day è sostenuto dal generoso contributo del Gruppo Despar.

### Calendario LILT Udine 2024

L'ottobre rosa sarà anche l'occasione per presentare in anteprima un'altra storica iniziativa dell'associazione friulana. Con il significativo titolo **"La PREVENZIONE non ha confini"** il calendario LILT Udine per il 2024, giunto alla dodicesima edizione, è specchio di una società sempre più aperta, multietnica e multiculturale. Con esso il proposito è anche quello di sottolineare lo straordinario sforzo profuso dall'Associazione, che da ormai novantotto anni è impegnata instancabilmente in un'azione quotidiana, capillare, necessaria, tesa a raggiungere un numero di persone sempre più ampio, e ad accompagnarle lungo un percorso di informazione e avvicinamento alla cultura della Prevenzione. Infatti, l'obiettivo della LILT è sempre stato quello di dare consapevolezza al fatto che la salute è strettamente legata allo stile di vita adottato, che deve puntare ad essere il più possibile "virtuoso", per contrastare gli eventuali fattori di rischio.

La convinzione è che questo sia il modo migliore per prevenire l'insorgenza delle malattie oncologiche: infatti la Prevenzione costante e regolare è scientificamente la miglior arma, diretta ed efficace, per ridurre la possibilità di incorrere nella malattia oncologica e facilita la strada ad una eventuale diagnosi tempestiva dell'insorgenza del male. Le splendide modelle di questo calendario sono donne italiane, ma originarie di paesi lontani fra loro, sia geograficamente che culturalmente, accomunate nella scelta di vivere, lavorare ed integrarsi nella nostra comunità friulana. Si chiamano Aissatou (Senegal), Alla (Ucraina), Ana Paula (Brasile), Aurora (Albania), Emma (Haiti), Esmira (Azerbaijan), Irma (Albania), Itohan (Nigeria), La Joy (India), Lorraine (Filippine), Maja (Serbia), Marian (Iraq): a loro va il ringraziamento della LILT di Udine per la disponibilità e per il sincero entusiasmo con cui hanno partecipato a questo progetto fotografico, curato anche quest'anno da Simonetta Menta, Daniela Romanini e Felice Sibilla. Il calendario verrà presentato il 26 ottobre alle 17:30 nel salone del Popolo, palazzo comunale, via Lionello.

### **Abbinamento logo LILT Udine con Libertas Martignacco Volley Femminile**

Lo sport praticato, le manifestazioni e gli eventi sportivi sono importanti e strategici per la LILT, che attraverso di essi punta alla diffusione "pratica" della Prevenzione oncologica tra gli atleti, i familiari e il pubblico. Non vanno dimenticate, infatti, nell'ambito dell'importanza dello stile di vita, insieme ad una attenta dieta alimentare, anche la "cultura e la cura" del movimento, che la LILT Friulana persegue intensamente sia con Sedute personalizzate e dedicate a momenti post oncologici, nel proprio Centro di Prevenzione e Ascolto di via Francesco di Manzano sia con il libero patrocinio di corse o camminate a passo libero presso vari comuni del territorio. Proprio per l'importanza di questo aspetto il Direttivo dell'Associazione ha voluto mantenere il consolidato abbinamento sportivo con la società di Volley femminile Libertas Martignacco, reso possibile dalla convinta comprensione e disponibilità dei suoi Dirigenti. Pur avendo la società rinunciato alla disputa dell'oneroso ed impegnativo campionato in A2, è rimasto così in vigore il protocollo d'intesa firmato il 18 settembre 2017 con il grande e indimenticabile presidente commendator Bernardino Ceccarelli. Per il settimo anno quindi, le maglie delle atlete si fregeranno del logo rosa della LILT.

### **Bikers in rosa con LILT**

L'associazione Vanessa "Un Ponte per la Vita e la solidarietà" APS, con la regola etica di Seneca ("Spesso un piccolo dono produce grandi effetti), ha organizzato l'evento titolato "Bikers in Rosa con LILT", fissato per la mattina di 28 ottobre, coinvolgendo alcuni comuni che hanno in corso con la LILT udinese un protocollo d'intesa. L'Associazione Vanessa, con un nutrito gruppo di Bikers recanti un nastro Rosa al braccio, si presenterà a Manzano, Tavagnacco, Campofornido ed infine a Udine. In ciascuna località, durante una breve sosta, in presenza di un rappresentante del Comune, consegnerà una rosa ad una signora del luogo, paziente o ex paziente oncologica, per rinforzare con un gesto di gentilezza e solidarietà l'importanza del male oncologico, rafforzando l'invito alla Prevenzione come stile di vita.

E' giusto sottolineare che la LILT è orgogliosa della collaborazione offerta dall'Associazione Vanessa, che già ha effettuato analoghe campagne con associazioni regionali