

## Il rapporto tra cibo e tumore: tra certezze e pregiudizi

**Pubblicato:** Giovedì 29 Settembre 2016



**Sabato 1 ottobre**, nell'aula magna Granello Porati dell'Università dell'Insubria in via Durant 3, si svolgerà il Congresso dal titolo “**Non nutriamo il cancro alla mammella**”.

Organizzato dall'ateneo cittadino e dal Centro di Ricerche in Senologia, con il patrocinio della ASST dei Sette Laghi e della ATS Insubria, vuole fornire un'occasione per mettere in discussione **i pregiudizi della medicina sul cibo e sullo stile di vita**.

Più volte l'opinione scientifica si è interpellata sulla diretta correlazione tra alimentazione e cancro e tra i fattori maggiormente indagati ritroviamo i fattori ormonali. Gli studi condotti per controllare questa ipotesi hanno mostrato che le **donne con alti livelli di ormoni sessuali nel sangue si ammalano di più**. Le donne che mangiano più verdure e meno carni e grassi animali sembrano ammalarsi un po' di meno, ma la relazione non è così forte come per altri tumori.

È probabile che l'alimentazione occidentale favorisca l'insorgenza dei tumori della mammella attraverso meccanismi più complessi. Si ipotizza in particolare che **lo squilibrio metabolico causato dalla nostra dieta troppo ricca di carboidrati raffinati e grassi saturi**, associata a una ridotta attività fisica, determini un aumento dei livelli di insulina nel sangue, che a sua volta farebbe aumentare la produzione di ormoni sessuali e di altri fattori di crescita che favorirebbero sia la formazione che la progressione dei tumori della mammella.

Questo congresso fornisce un'occasione **per mettere in discussione i pregiudizi della medicina sul cibo e sullo stile di vita**; l'idea di base è che si possa mangiare in modo consapevole ricavandone piacere, salute, benessere e che lo stile alimentare semplice e salutare torni nel nostro quotidiano aiutandoci a vivere meglio e più in sintonia con l'ambiente che ci circonda. È compito di ciascuno di noi promuovere questa filosofia di vita come prezioso strumento per prevenire l'incidenza del cancro e delle sue recidive.

Nel corso della mattinata, la **Professoressa Francesca Rovera**, direttore del Centro di ricerche in Senologia, farà il punto dei progressi medici e scientifici nella lotta al tumore della mammella. Il **Professor Franco Berrino** terrà la lettura magistrale “Il cibo e l'uomo: la via della salute, tra conoscenza scientifica e antiche saggezza”. La **dottoressa Maria Grazie Tibiletti** spiegherà come la genetica ha cambiato il “modo di fare medicina”

[Alessandra Toni](#)

[alessandra.toni@varesenews.it](mailto:alessandra.toni@varesenews.it)