



# lega contro il cancro

Uniti contro il cancro del seno



## COMUNICATO STAMPA

Contatto Nicole Bulliard, incaricata della comunicazione,  
[nicole.bulliard@legacancro.ch](mailto:nicole.bulliard@legacancro.ch)  
Telefono (diretto) 031 389 91 57

Data Berna, 23 settembre 2013

### «Uniti contro il cancro del seno» 2013

#### Un giro del mondo di solidarietà

**Un'attività fisica adeguata e regolare, da un lato riduce il rischio di cancro del seno, dall'altro aiuta le donne affette a riacquistare il proprio equilibrio psicofisico. Perciò, partecipare all'azione di solidarietà della Lega contro il cancro «Uniti per il giro del mondo» - da soli, in gruppo o insieme ad un'ambasciatrice della campagna – ha perciò molteplici benefici.**

L'attività fisica sufficiente e regolare contribuisce a ridurre il rischio di cancro del seno, soprattutto dopo la menopausa. Anche il sovrappeso, altro fattore di rischio, può essere ridotto o del tutto eliminato con l'attività fisica. Tuttavia, il cancro del seno dipende però anche da altri fattori di rischio come il sesso, l'età e la predisposizione genetica, fattori che non possono essere modificati.

Nelle donne affette da cancro del seno, il movimento riveste un importante ruolo preventivo contro le recidive, gli effetti collaterali e le complicazioni tardive. È scientificamente dimostrato che nelle pazienti affette dal cancro del seno che fanno regolare attività fisica insorgono meno recidive e che in questo specifico gruppo diminuisce la mortalità. Alle persone affette si raccomanda perciò, nel limite delle proprie possibilità, di fare regolari passeggiate, escursioni o altre forme di attività fisica. Già una lieve attività fisica aiuta a ridurre le conseguenze psicofisiche del cancro e migliora la qualità di vita. Ogni persona affetta dal cancro del seno ha quindi, se lo desidera e sempre in base alla propria disponibilità, possibilità e energia, la scelta di allenarsi da sola o insieme ad altri o in un corso organizzato dalla Lega contro il cancro.

#### **Grande azione di solidarietà «Uniti per il giro del mondo»**

In occasione dell'InfoMese sul cancro del seno faremo il giro del mondo! Vale a dire che percorreremo una tratta complessiva di 40 000 chilometri. Chi intende partecipare all'azione «Uniti per il giro del mondo» può percorrere una tappa a sua scelta o unirsi a una manifestazione organizzata dalla Lega contro il cancro. Tutte le testimonianze di solidarietà saranno documentate nel sito web [www.legacancro.ch/cancrodelsenso](http://www.legacancro.ch/cancrodelsenso), corredate dalle fotografie dei partecipanti.



# lega contro il cancro

Uniti contro il cancro del seno



Chiunque può appuntarsi un nastro rosa e con le proprie forze – a piedi, in bicicletta o sui pattini – percorrere un pezzo del giro del mondo, scattare una fotografia e caricarla sulla pagina web [www.legacancro.ch/cancrodelsen](http://www.legacancro.ch/cancrodelsen) oppure inviarla per mail a: [cancrodelsen@legacancro.ch](mailto:cancrodelsen@legacancro.ch) o per posta a: Lega svizzera contro il cancro, «Cancro del seno», Casella postale 8219, 3001 Berna. (indicare nome, tratta e numero di km percorsi).

## **Modello di seno percorribile – per la prima volta in Svizzera**

In occasione dell'InfoMese per la prima volta in Svizzera verrà esposto in varie località un modello di seno percorribile all'interno. Questo modello permette di osservare la struttura del seno femminile e visualizza possibili alterazioni benigne così come vari stadi di sviluppo di cancro del seno fornendo dunque una buona introduzione alla tematica della prevenzione e della diagnosi precoce. Le visitatrici e i visitatori possono porre domande e ricevere informazioni. Può trovare l'elenco delle località dove verrà esposto il modello al seguente indirizzo: [www.legacancro.ch/cancrodelsen](http://www.legacancro.ch/cancrodelsen).

### **La Lega contro il cancro offre consiglio e sostegno**

La linea telefonica gratuita Linea cancro 0800 11 88 11 offre consulenza da lunedì a venerdì dalle ore 9 alle 19 alle persone affette da cancro, ai familiari e agli specialisti. Gli utenti di internet possono inviare le loro domande all'indirizzo [helpline@legacancro.ch](mailto:helpline@legacancro.ch).

Durante il mese di ottobre una specialista risponderà alle domande di pazienti e familiari per e-mail e animerà il Forum cancro ([www.forumcancro.ch](http://www.forumcancro.ch)).

Le persone affette e i loro familiari possono comunicare online sul forum Internet della Lega svizzera contro il cancro all'indirizzo [www.forumcancro.ch](http://www.forumcancro.ch) o mettersi in contatto con la lega della loro regione (lista completa delle leghe cantonali nel sito [www.legacancro.ch](http://www.legacancro.ch)).

Vari opuscoli informativi sui rischi e sui metodi di diagnosi precoce del cancro del seno sono disponibili gratuitamente in sei lingue. Possono essere ordinati presso la Lega svizzera contro il cancro (0844 85 00 00; e-mail: [shop@legacancro.ch](mailto:shop@legacancro.ch)) oppure presso le leghe cantonali.

Volentieri stabiliamo per Lei un contatto con persone affette dal cancro del seno o con specialisti in campo. Ulteriori informazioni sulla tematica dell'attività fisica, l'agenda degli eventi, opuscoli vari, così come foto sono a Vostra disposizione nel sito [www.legacancro.ch/cancrodelsenomedia](http://www.legacancro.ch/cancrodelsenomedia).

*La Lega svizzera contro il cancro è un'organizzazione nazionale privata di utilità pubblica, che riunisce sotto un unico mantello 20 Leghe cantonali e regionali. Le attività della Lega sono finanziate prevalentemente tramite sovvenzioni e sono rivolte alla promozione della ricerca e alla prevenzione del cancro, all'assistenza e al sostegno dei malati di cancro e dei loro familiari. La Lega svizzera contro il cancro ha la sua sede principale a Berna. Nel 2010 celebra i suoi primi 100 anni.*