



## COMUNICATO STAMPA

Contatto Flavia Nicolai, Responsabile del servizio stampa, [media@legacancro.ch](mailto:media@legacancro.ch)  
Telefono diretto 031 389 93 14  
Data Berna, 1 ottobre 2019

InfoMese Cancro del seno 2019

### **Novità nell'ambito del cancro del seno: opuscoli in linguaggio facile**

**Circa 800 000 persone<sup>1</sup> in Svizzera hanno difficoltà di lettura. I motivi sono vari: analfabetismo, problemi cognitivi o conoscenze linguistiche limitate. Siccome la diagnosi più frequente nelle donne è il cancro del seno, la Lega contro il cancro propone un opuscolo in linguaggio facile su questo argomento, destinato alle persone colpite e ai familiari con difficoltà di lettura. Vuole essere un contributo ad abbattere le barriere, affinché le misure sanitarie contro il cancro del seno raggiungano tutte le donne residenti in Svizzera.**

Ogni anno in Svizzera circa 6000 donne e 50 uomini si ammalano di cancro del seno. Nonostante il rischio aumenti nettamente dopo i 50 anni, il tumore colpisce anche le donne più giovani. Con un opuscolo in un linguaggio facile, la Lega contro il cancro intende esplicitamente rivolgersi alle persone che hanno difficoltà di lettura. Scritto in caratteri grandi, con frasi molto brevi e una struttura chiara del testo, l'opuscolo fornisce, ad esempio, informazioni sulla diagnosi precoce e sulle opzioni di trattamento. L'opuscolo è disponibile gratuitamente in tedesco, francese e italiano.

#### **Programmi di diagnosi precoce in 12 cantoni**

La diagnosi precoce non può impedire la comparsa del cancro, ma prima viene scoperto un tumore più aumentano le probabilità di sopravvivenza. Nei programmi sistematici di diagnosi precoce, le donne dai 50 anni di età sono invitate ogni due anni a sottoporsi a una mammografia (radiografia del seno). Il cosiddetto «screening mammografico» eseguito nel quadro di un programma a qualità controllata è una prestazione obbligatoria rimborsata dalle casse malati ed è esente dalla franchigia (ma non dall'aliquota percentuale a carico della paziente). Questi programmi sono già offerti nei Cantoni di Basilea Città, Berna, Friburgo, Ginevra, Grigioni, Giura, Neuchâtel, San Gallo, Turgovia, Ticino, Vallese e Vaud. Alle donne residenti negli altri cantoni consigliamo di chiedere informazioni al medico sulle possibilità di diagnosi precoce del cancro del seno disponibili.

In generale, è buona cosa mantenersi attivi. Diversi studi osservazionali<sup>2</sup> hanno messo in luce, ad esempio, che il sovrappeso aumenta il rischio di cancro del seno. L'influsso del movimento sul rischio di questo tumore è strettamente legato all'alimentazione. Chi si

<sup>1</sup> [https://alice.ch/fileadmin/Dokumente/Grundkompetenzen/8\\_ALL\\_Bericht\\_CH.pdf](https://alice.ch/fileadmin/Dokumente/Grundkompetenzen/8_ALL_Bericht_CH.pdf)

<sup>2</sup> Uno tra i tanti studi osservazionali: Holmes, M. D. (2005). Physical Activity and Survival After Breast Cancer Diagnosis. JAMA, 293(20), 2479–2486. <https://doi.org/10.1001/jama.293.20.2479>



# lega contro il cancro

muove regolarmente e segue un'alimentazione equilibrata mantiene un bilancio calorico sano e previene il sovrappeso. Un adulto sano dovrebbe fare esercizio fisico per almeno 2,5 ore alla settimana sotto forma di attività quotidiane, allenamento o sport (per es. giardinaggio, camminare a passo spedito, walking). Per ulteriori suggerimenti e informazioni sul ruolo dell'attività fisica nella prevenzione del cancro invitiamo a leggere la nostra nuova guida informativa: [www.legacancro.ch/attivita-fisica-per-prevenire-il-cancro](http://www.legacancro.ch/attivita-fisica-per-prevenire-il-cancro).

## Testimonianze toccanti

Nel sito Internet della Lega contro il cancro, numerose donne e uomini riportano la loro esperienza personale con il cancro del seno: [www.legacancro.ch/il-cancro/la-mia-storia-con-il-cancro/](http://www.legacancro.ch/il-cancro/la-mia-storia-con-il-cancro/). Inoltre, nel numero di ottobre della rivista per i donatori «aspect», alcune donne raccontano come hanno affrontato la malattia: [www.legacancro.ch/aspect/](http://www.legacancro.ch/aspect/).

## Il nostro contributo di sensibilizzazione nell'InfoMese Cancro del seno

Dal 30 settembre al 13 ottobre 2019 saremo presenti con uno spot di 10 secondi su PassengerTV (3500 schermi nei trasporti pubblici di tutta la Svizzera) e con attività sui social media. Temi inerenti al cancro del seno saranno trasmessi anche sui canali online della Lega svizzera contro il cancro.

Per guardare il filmato in italiano: <https://youtu.be/QUU9-4o4sds>

## Materiali informativi, opuscoli e schede informative

- «Il cancro del seno. Un opuscolo in un linguaggio facile», in italiano, tedesco e francese;
- «Uniti contro il cancro del seno. Fattori di rischio e diagnosi precoce», in italiano, tedesco e francese;
- «Diagnosi di cancro del seno. La aiutiamo a scegliere l'ospedale dove farsi curare». Il nostro marchio è sinonimo di qualità del trattamento.
- La Lega vodese contro il cancro offre informazioni sulla diagnosi precoce in diverse lingue, destinate alle persone con background migratorio, disponibili all'indirizzo: [www.lvc.ch/flyer](http://www.lvc.ch/flyer)
- Il nostro shop è ricco di ulteriori materiali informativi: [www.legacancro.ch/materiale-informativo](http://www.legacancro.ch/materiale-informativo)
- Sul tema della diagnosi precoce e prevenzione potete consultare anche: [www.swisscancerscreening.ch/it](http://www.swisscancerscreening.ch/it) oppure [www.legacancro.ch/cancrodelsenno](http://www.legacancro.ch/cancrodelsenno).

## La Lega contro il cancro offre consulenza e sostegno

Le leghe cantonali e regionali operano sul territorio. In ogni parte della Svizzera offrono a tutte le persone colpite dal cancro e ai loro familiari una consulenza e un sostegno individuali e continui: [www.legacancro.ch](http://www.legacancro.ch)

## Le consulenti specializzate della Linea cancro offrono aiuto

Telefono 0800 11 88 11  
E-mail [helpline@legacancro.ch](mailto:helpline@legacancro.ch)  
Chat [legacancro.ch/cancerline](http://legacancro.ch/cancerline)  
Forum [forumcancro.ch](http://forumcancro.ch)  
Skype lineacancro.ch