

PRIMO PIANO

■ Giornata Mondiale
senza Tabacco
31 maggio

ATTUALITÀ

■ Arte e prevenzione, la
21esima Triennale

EVENTI

■ Formula Uno,
tutti in pista



Spazi Prevenzione

Ambulatori IILT dedicati alla prevenzione, dove puoi sottoporerti a visite, esami di diagnosi precoce e trovare informazioni utili.

MILANO

- **viale Caterina da Forlì 61, tel. 02417744, 02417765** (chiuso il venerdì pomeriggio) visite senologiche, ginecologiche, dermatologiche, otorinolaringoiatriche, urologiche, mammografia, ecografia mammaria e ginecologica, Pap-test, funzionalità respiratoria; Centro Antifumo.
- **via Neera 48, tel. 028461227** (chiuso il venerdì pomeriggio) visite senologiche, ginecologiche, dermatologiche, otorinolaringoiatriche, urologiche, mammografia, ecografia mammaria e ginecologica, Pap-test, funzionalità respiratoria.

PROVINCIA

- **Monza: via San Gottardo 36, tel. 0393902503** (chiuso il venerdì pomeriggio) visite senologiche, ginecologiche, dermatologiche, otorinolaringoiatriche, urologiche, mammografia, ecografia mammaria e ginecologica, Pap-test, funzionalità respiratoria; Centro Antifumo, consulenze alimentari.
- **Sesto San Giovanni: via Fratelli Cairoli 76, tel. 0297389893** (chiuso il venerdì pomeriggio) visite senologiche, ginecologiche, dermatologiche, otorinolaringoiatriche, urologiche, mammografia, ecografia mammaria e ginecologica, Pap-test, funzionalità respiratoria, consulenze alimentari; Centro Antifumo.
- **Abbiategrosso: presso l'Hospice, via dei Mille 8/10, tel. 029461303** visite senologiche, dermatologiche, ginecologiche, pap test.
- **Albate Brianza: piazza Conciliazione 42, tel. 0362931599** visite senologiche, dermatologiche.
- **Brugherio: viale Lombardia 270, tel. 0392897415** visite senologiche.
- **Cernusco sul Naviglio: via Fatebenefratelli 7, tel. 029244577** (chiuso il venerdì) visite senologiche, ginecologiche, dermatologiche, otorinolaringoiatriche, urologiche, consulenze alimentari, Centro Antifumo.
- **Cesano Maderno: via San Carlo 2, tel. 0362501927** visite senologiche.
- **Concorezzo: via Santa Marta 18, tel. 03962800309** visite senologiche, dermatologiche, ecografia mammaria.
- **Desio: Service Lions, via Portichetto 21, tel. 0362629193** visite senologiche.
- **Legnano: presso Ospedale Civile, via Candiani 2, tel. 0331449922, 0331450080** visite dermatologiche; Centro Antifumo.
- **Novate Milanese: via Manzoni 8** (interno parco Ghezzi), tel. 0287244082, visite senologiche, ginecologiche, dermatologiche, otorinolaringoiatriche, urologiche e Pap-test.
- **Trecella di Pozzuolo Martesana: via della Stella 2, tel. 0295358669** visite senologiche, dermatologiche, ginecologiche e Pap-test.

ALTRI SERVIZI

- **Progetto "Donna Dovunque"**, rivolto a tutte le donne immigrate: visite senologiche, ginecologiche e Pap-test con medici appartenenti alle diverse comunità straniere. L'iniziativa è attiva negli Spazi Prevenzione di Sesto San Giovanni in via Fratelli Cairoli 76, di Milano in viale Caterina da Forlì 61 e di Monza in via San Gottardo 36.
- **Settore Assistenza** piazza Gorini 22, Milano, tel. 0226683153. Apertura al pubblico dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 13.00
- **Progetto D.A.R.E.**, in collaborazione con la Fondazione IRCCS Istituto Nazionale Tumori, rivolto alle donne esposte a "rischio ereditario" medio-basso d'ammalarsi di tumore al seno. Il progetto si propone di offrire a queste donne un servizio di sorveglianza clinica e strumentale personalizzato. Milano: viale Caterina da Forlì, 61.
- **Settore Volontariato** piazza Gorini 22, Milano, tel. 0226681070, 024952.1
- **Centri Antifumo** offrono percorsi per smettere di fumare e test di funzionalità respiratoria con medici pneumologi:
Milano, viale Caterina da Forlì 61
Monza, via San Gottardo 36
Sesto San Giovanni, via Fratelli Cairoli 76
Legnano, presso Ospedale Civile, via Candiani 2
Cernusco sul Naviglio, via Fatebenefratelli 7

PREVENIRE è VIVERE

Editore e Proprietario
Lega Italiana per la Lotta
contro i Tumori
Sezione Provinciale di Milano

Direttore Responsabile
Marco Alloisio

Coordinamento redazionale
Simona De Giuseppe

Testi

Simona De Giuseppe,
Fabrizia Nardecchia, Gianna Tinini,
Ettore Cioli

Progetto grafico e impaginazione
Luisa Torreni

Redazione

Via Venezian 1, 20133 Milano
Tel. 0249521
Fax 022663484
www.legatumori.mi.it
info@legatumori.mi.it

Stampa

Grafiche Porpora
Segrate (Milano)

Informativa sulla privacy e per la tutela dei suoi dati

I suoi dati saranno trattati nel rispetto di quanto disposto dal "Codice in materia di protezione dei dati personali" (D. Lgs. 196/03), utilizzati dalla Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori esclusivamente ai fini istituzionali della stessa e non saranno comunicati né diffusi.

NR. ISCRIZIONE ROC: N. 22467
del 31/05/2012

Salute in fumo

di Marco Alloisio



Cari amici,
il NO al fumo di sigaretta dovrebbe essere l'imperativo per il 31 maggio, in occasione della Giornata Mondiale senza Tabacco, indetta come ogni anno dall'Organizzazione Mondiale della Sanità. E non solo quel giorno!

Ormai è patrimonio comune la consapevolezza di quanto il fumo sia nemico della nostra salute, ma evidentemente non basta, sono ancora 10,9 milioni gli italiani che continuano a fumare. E purtroppo le donne sono sempre di più, al punto

che il tumore al polmone in Italia è la terza causa di morte nelle donne dopo il tumore al colon retto e al seno. Negli Stati Uniti, invece, sempre nelle donne, la mortalità per tumore al polmone ha superato quella per il tumore al seno, cosa che nel nostro Paese avverrà con molta probabilità nei prossimi due anni.

È davvero incomprensibile come molte donne che hanno cura della propria salute, si sottopongono a controlli periodici, partecipano a screening, fanno attenzione al proprio peso e all'alimentazione, continuano nonostante tutto a fumare, pur sapendo quanto sia alto il rischio di ammalarsi di tumore al polmone. In base ai dati disponibili 1 uomo su 10 e 1 donna su 44 rischiano di morire a causa della neoplasia polmonare.

Le nostre iniziative di sensibilizzazione contro il fumo hanno quindi la priorità di rivolgersi alle donne, ma anche alle giovani generazioni. Gli interventi educativi nelle scuole, che portiamo avanti ormai da anni, iniziano prestissimo, già nelle quarte elementari, e proseguono nel tempo con un approccio via via adeguato all'età per fare in modo che i ragazzi non inizino a fumare. Nelle prossime pagine troverete le iniziative che abbiamo organizzato per celebrare la Giornata Mondiale senza Tabacco. Il no al fumo fa parte dei corretti stili di vita ma per mantenersi in salute, oltre a non fumare, è essenziale anche una costante attività fisica: palestra, nuoto, camminate energiche e bicicletta. La scelta è vastissima, l'importante è mantenere il nostro corpo in movimento, contrastando la sedentarietà insita nelle nostre abitudini quotidiane. Le numerose iniziative all'aperto che vi proponiamo nei prossimi mesi saranno un invito a non lasciarsi vincere dalla pigrizia, ovviamente rispettando le precauzioni necessarie per trarre beneficio dall'esposizione al sole senza correre rischi. Vi

aspettiamo come sempre numerosi!

Sono lieto di informarvi che abbiamo stretto una partnership con la Triennale di Milano, una delle principali istituzioni culturali del nostro Paese. L'invito è di nutrirvi anche di arte, visitando la 21esima Triennale: fa bene allo spirito e al corpo e in questo caso sosterrete anche la nostra Associazione. L'arte è una cura per la mente e anche una medicina per il fisico, in particolare quando è ferito dalla malattia. Dedicate del tempo alla scrittura e alla poesia, alla scultura e alla pittura, dovrebbe rientrare negli stili di vita già consigliati da anni per la prevenzione dei tumori. Lo scorso mese di aprile, l'Assemblea dei soci della nostra Associazione ha approvato il bilancio consuntivo 2015 che trovate all'interno. Siamo orgogliosi di aver potuto continuare a mantenere intatto il livello dei nostri servizi alla popolazione, nonostante le sempre maggiori difficoltà nel reperire i fondi necessari. Ricordatevelo anche quando farete la vostra dichiarazione dei redditi, e scegliete di destinare alla nostra Associazione il 5 per mille. A voi non costa nulla in più, per noi è una linfa vitale e potete star certi che saranno ben impiegati.



24 ore SMOKE FREE^{31 maggio}

SCEGLI LA VITA

Giornata Mondiale senza Tabacco

Risale al 1988 la prima giornata indetta dall'Organizzazione Mondiale per la Sanità con lo scopo di sensibilizzare le persone sul problema del tabagismo. Lo slogan di 28 anni fa recitava *Tobacco or Health: choose health* ("Tabacco o Salute: scegli la salute"), da allora sono stati diversi i temi che, ogni anno il 31 maggio, si sono succeduti per incoraggiare la popolazione ad astenersi per almeno 24 ore dal consumare tabacco, augurandosi nel tempo di riuscire a smettere totalmente. Nel corso degli ultimi quindici anni, in Italia, secondo un'indagine Doxa, la percentuale totale dei fumatori è passata dal **28,9%** al **20,8%**, un dato positivo ma di cui non ci si può accontentare. Ogni anno in Italia **muoiono circa 83mila persone** per patologie correlate al fumo. Le statistiche non restituiscono dati positivi neanche di *genere*: dalle ultime indagini, infatti, risulta che stia aumentando vertiginosamente anche il numero delle **donne fumatrici**, problema da non sottovalutare soprattutto se consideriamo che molte di loro non riescono a smettere di fumare nemmeno durante il **periodo di gravidanza**. La strada da fare per adulti e giovani, che iniziano a fumare sempre più precocemente, è ancora lunga e non si può smettere di informare costantemente tutti a tutti i livelli. Per



Vuoi smettere?

Noi ti aiutiamo

L'efficacia dell'informazione non va sottovalutata. Spesso molte persone, nonostante siano consapevoli dei danni provocati dalla dipendenza dal fumo, non riescono ad eliminarlo dalla loro vita. È fondamentale ricordare ai fumatori che la **Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori** può fornire aiuto e sostegno attraverso i **Centri Antifumo**, dove uno psicologo studia un percorso, individuale o di gruppo, adatto alla problematica, supportando la persona per trovare la soluzione al problema della dipendenza. Nei Centri Antifumo è

possibile anche effettuare i test di funzionalità respiratoria, che prevedono un esame spirometrico e il test del monossido di carbonio nell'espirato. Il primo determina la capacità polmonare attraverso la misurazione dei volumi dei vari gas inspirati ed espirati; il secondo misura la quantità e la concentrazione nei polmoni del monossido di carbonio, prodotto da ogni combustione e quindi anche dalle sigarette, che è un gas tossico che si lega al sangue e avvelena l'organismo. Per informazioni: tel. 0249521 prevenzione@legatumori.mi.it



"Un lenzuolo contro il fumo" - Grazie al successo riscontrato negli scorsi anni, torna anche quest'anno la nostra iniziativa rivolta agli istituti superiori. Per la quarta volta occuperemo simbolicamente alcune scuole per protestare contro il fumo e il tabagismo.

Il traguardo di Giorgia

È stata inaugurata domenica 10 Aprile in Via San Fruttuoso, davanti alla Scuola Alfieri, un'area "00Sigarette". L'iniziativa è il risultato del lavoro di uno dei nostri

piccoli agenti, **Giorgia Sironi**, che lo scorso anno partecipò ad uno degli incontri organizzati da noi nelle scuole. Presenti all'inaugurazione, oltre al Sindaco e alla nostra educatrice, Antonella Imperatori Gelosa, tanti bambini e genitori che con il pennello in mano hanno scelto di comunicare a tutti questo im-

portante messaggio. La nostra agente lo scorso anno ci scrisse per raccontarci che, dopo aver assistito ad uno dei nostri incontri, era riuscita a "scovare" alcuni genitori che si recavano all'uscita della scuola, fumando e lasciando i mozziconi di sigarette all'interno dei vasi che si trovano davanti all'ingresso. Per cercare di limitare questa situazione inizialmente si era pensato di mettere delle piante, non solo per rendere più belli i vasi, ma anche per impedire alle persone di utilizzarli impropriamente come fossero dei posacenere. Proprio di fronte a questa constatazione, la stessa Giorgia decise di prendere in mano la situazione e provare ad istituire un'intera area "00Sigarette", delimitata da una **linea rossa**, proprio in quella zona dove i più piccoli entrano ed escono da scuola. "Io e la mia classe, l'anno scorso, avremmo dovuto fare il progetto disegno, ma purtroppo non ci siamo riusciti. Così, quest'anno, in occasione dell'iniziativa organizzata dal Comune di Monza "Pulizie di Primavera", siamo riusciti a portare avanti il progetto!" ha dichiarato la nostra Agente.

questo è importante che una ricorrenza come quella della **Giornata Mondiale senza Tabacco** sia il momento per ricordare a tutti che le sigarette non sono solo dannose ma minano la salute di tutta la popolazione. Secondo le ultime statistiche più del 40% dei fumatori arriva a consumare dalle 15 alle 24 sigarette al giorno, numero che è destinato ad aumentare. Un aiuto è arrivato ancora nel 2016 dalle Istituzioni con la pubblicazione della Direttiva europea 2014/40/UE finalizzata ad assicurare un elevato livello di protezione della salute attraverso maggiori restrizioni e avvertenze per dissuadere i consumatori, in primis i giovani, dall'acquisto e dal consumo di prodotti a base di tabacco e nicoti-

na. Il Ministro della Salute, **Beatrice Lorenzin**, ha emanato il 4 febbraio 2016 una Circolare indirizzata ai Prefetti che oltre a fornire indicazioni interpretative e attuative dei divieti indica anche alcune principali novità tra cui l'introduzione sulle confezioni di sigarette, tabacco da arrotolare e tabacco per pipa ad acqua delle **"avvertenze combinate" relative alla salute: testo, fotografia a colori e numero del telefono verde contro il fumo**. Le avvertenze occuperanno il 65% del fronte e del retro delle confezioni e dell'eventuale imballaggio esterno. **Mercoledì 25 maggio** alle ore 11 verrà presentata la tradizionale indagine Doxa sul fumo a Milano, insieme a tante altre iniziative.



Iniziare a fumare è facile, il 60% dei ragazzi sostiene di aver fatto il primo "tiro" perché influenzato dagli amici o dai compagni di scuola anche se molti di loro hanno dichiarato che se ci fosse stata più educazione a scuola (già dalle elementari) avrebbero compreso prima i danni che quelle "innocue" sigarette avrebbero potuto fare alla loro salute. Da qui l'importanza di rinnovare l'impegno della Lilt Milano che, da diversi anni, si prodiga per divulgare nelle scuole la pericolosità dei danni prodotti dal consumo di tabacco attraverso il progetto **Agenti 00Sigarette**. L'iniziativa, rivolta ai bambini di quarta elementare, nasce con l'intento di preparare le generazioni future

ad essere più consapevoli e più sane, al fine di formare cittadini che sappiano, attraverso l'informazione ed un corretto stile di vita, essere protagonisti del futuro, un futuro senza tabacco. Il percorso comincia con un incontro diretto con i nostri educatori che, attraverso tecniche interattive di teatro sociale, affrontano insieme ai ragazzi l'argomento "tabacco e stili di vita salutari". Lo scopo di questi incontri è anche coinvolgere e sensibilizzare insegnanti e genitori che interagiscono quotidianamente con i ragazzi. Il progetto ha coinvolto circa ventimila alunni per un totale di 500 scuole. Gli agenti speciali Green, Sporty, Zampa Samba e Miss Scelgo lo, grazie all'aiuto degli educatori, sono

entrati in missione anche quest'anno per sconfiggere i potenti nemici come Madama Dipendenza, Tina Nicotina, Monossidus e il temibile Generale Katramoski. Entrando in contatto con i più piccoli, comprendendone bisogni, esigenze e creando più consapevolezza sui danni del fumo, è possibile gettare le basi per prevenire la dipendenza dal tabacco. Per incoraggiare e ringraziare i piccoli agenti per il loro impegno contro il fumo e a favore della promozione degli stili di vita salutari, **martedì 24 maggio alle 10, presso l'Auditorium San Fedele** verrà organizzata una grande festa in cui verranno premiati gli elaborati più belli ed originali, realizzati dai partecipanti al progetto. ▶

SE FUMI DANNEGGI ANCHE ME

Non è solo chi fuma a subire danni per la propria salute, ma anche coloro che intorno involontariamente lo respirano. I danni provocati dal fumo passivo sono molti: aumenta il rischio di tumore ai polmoni, è un forte irritante delle vie respiratorie e genera problemi cardiovascolari. In Italia la mortalità per i non fumatori "attivi" è di circa mille persone l'anno.

Sostieni anche tu questa iniziativa attraverso la Rete del Dono visitando il sito <http://www.retedeldono.it> nella sezione "Progetti"

Ora la donna manda la giovinezza in **FUMO**

Cala il numero di uomini schiavi delle sigarette, ma il vizio cresce nella popolazione femminile che muore più per il tumore al polmone che per quello al seno. Prevenzione, diagnosi e trattamenti, ne parliamo con il Professor Marco Alloisio, Presidente di LILT Milano.

Tabagismo? No grazie. Dovrebbe essere questa la reazione, ormai scontata, di fronte al vizio del fumo. Eppure, ancora oggi - nonostante le numerose campagne messe in atto da istituzioni pubbliche e private abbiano drasticamente ridotto il numero dei fumatori - le sigarette restano un serio problema di salute pubblica a livello mondiale.

È datata 1964 la prima pubblicazione ufficiale dal titolo **U.S. Surgeon General's Report on Smoking and Health** che metteva in evidenza l'associazione causale tra il fumo di sigaretta e il tumore del polmone. Nei cinquant'anni trascorsi da quel primo documento, sono stati numerosi gli studi condotti in molti paesi per estendere e approfondire le conoscenze sui danni alla salute provocati dal tabagismo. E con il passare del tempo, anche in Italia, sono state promosse a livello sia nazionale che locale numerose campagne anti-fumo culminate nel 2003 con la cosiddetta legge Sirchia (art. 51 della Legge n. 3 del 16 gennaio 2003) dal nome dell'allora Ministro della salute che proibì il fumo in tutti i locali pubblici. Questo provvedimento ha senz'altro portato a una riduzione generale dei fumatori, tuttavia, una serie di indicatori sociali suggeriscono che se si verificasse un calo dell'attenzione da parte delle istituzioni verso il tema, si verificherebbe un drastico ritorno

al tabagismo. È importante sottolineare che il fumo si conferma come la principale causa di disabilità e morte in Europa. Benché il numero di nuovi fumatori tra gli adulti si stia riducendo, tra gli adolescenti il fenomeno è in continua crescita, soprattutto tra le ragazze.

Secondo gli ultimi dati dell'Organizzazione mondiale della sanità, a livello globale il tabacco provoca molte più vittime rispetto a alcol, AIDS, droghe, incidenti stradali, omicidi e suicidi messi insieme. Si calcola che, ogni anno, in tutto il mondo si potrebbero evitare circa 6 milioni di morti soltanto abolendo il vizio del fumo.

In Italia si attestano a 41.000 le nuove diagnosi annue di tumore al polmone; i fumatori sono 11 milioni e si stima che le morti attribuibili a questo vizio vadano da 70mila a 83mila ogni anno. L'età media dei fumatori oscilla tra i 35 e i 65 anni, mentre sono poco più di 12 milioni le persone che possono fregiarsi del titolo di ex-fumatore, perché sono riuscite a smettere da oltre dodici mesi.

Un tempo le sigarette erano appannaggio esclusivo del genere maschile, ma il divario tra i due sessi continua a diminuire perché gli uomini fumano sempre meno mentre cresce la quota delle fumatrici, soprattutto in giovane età. Lo dicono i dati: in Italia sebbene l'abitudine al fumo sia più diffusa fra gli uomini (33 per cento), il 23 per

cento delle donne risulta oggi fumatrice abituale. Attualmente in Europa, proprio nella popolazione femminile, un dato sconvolgente è che il tumore del polmone, come mortalità, ha superato quello della mammella e quello del colon-retto (negli ultimi cinquant'anni la mortalità per questo tipo di cancro nelle donne è aumentata del 500 per cento, situazione che è destinata, nel giro di un anno e mezzo, a giungere anche in Italia). Le donne fumatrici sono circa 5 milioni e mezzo in Italia, mentre sono



6 milioni gli uomini. Sempre secondo l'Oms, sono 100 milioni, invece, le persone decedute per patologie fumo-correlate nel ventesimo secolo e circa un miliardo quelle previste per il secolo in corso, considerando anche la progressiva e apparentemente inarrestabile diffusione del fenomeno nei paesi in via di sviluppo, nella popolazione femminile e tra gli adolescenti.

Ma vediamo come prevenire, diagnosticare precocemente e trattare correttamente (quando possibile) il tumore al polmone e le altre patologie fumo-correlate. Ne parliamo con il Professor Marco Alloisio, Presidente di LILT Milano.

Professore, che cosa fare per prevenire il tumore del polmone?

È fondamentale non fumare. In tal senso, la cosiddetta **prevenzione primaria** - non fumare, se fumi smetti, e se non riesci a smettere, non fumare davanti agli altri - resta la principale arma contro il tumore del polmone. Le autorità si stanno muovendo molto bene attraverso l'aumento del costo delle sigarette, le restrizioni sul fumo davanti alle strutture sanitarie e nei locali chiusi, le attività di sensibilizzazione e il coinvolgimento dei medici di medicina generale in questa importante missione. Tutto ciò che si può fare per eliminare o, comunque, ridurre drasticamente la tendenza al tabagismo è un'azione fondamentale di prevenzione.

Come smettere?

Esistono su tutto il territorio nazionale i **Centri Antifumo**, dove esperti, medici e psicoterapeuti offrono assistenza ai cittadini per smettere di fumare. Gli approcci possono essere il *counseling* psicologico o l'aiuto con farmaci come la vareniclina o la citisina. Quest'ultimo rappresenta una novità, si tratta di un prodotto galenico derivato da una pianta che ha costi inferiori e fornisce buoni risultati. Grazie a queste strategie sino ad oggi ha abbandonato definitivamente il vizio del fumo il **20/25 per cento** degli individui; purtroppo, solo 1 su 4. Un dato positivo, però, è che in Italia nel 2014 le vendite di sigarette si sono ridotte del 5,7 per cento rispetto al 2011; corrisponde a quasi due pacchetti in meno al mese acquistati da ciascun fumatore.

Quanto incide la prevenzione secondaria sulla sopravvivenza da tumore al polmone?

In questo caso parliamo di **diagnosi precoce**, c'è un dibattito ancora aperto su questo punto perché la Tac spirale (esame d'elezione per la diagnosi di questa neoplasia ndr) non è considerata uno screening preventivo. Tuttavia, secondo l'ultimo grande studio americano sul tema, pubblicato nel 2014 dall'NCI, il **National Cancer Institute**, la popolazione sottoposta a screening ha beneficiato di una riduzione della mortalità da tumore al polmone anche del 20 per cento. Lo studio italiano randomizzato *Dante*, invece, non ha ancora mostrato risultati equiparabili. Sono dati, quindi, che devono essere validati per lo meno da un'analisi comparata. Di base, però, anche

se non utilizzabile come screening, è senz'altro consigliabile per tutti i fumatori sottoporsi a Tac spirale. Di fatto, si dovrà pensare a esami sempre più personalizzati, "ritagliando" gli esami su quei parametri biologici e "tratti genetici" specifici che sono alla base della maggiore predisposizione di un determinato individuo verso il tumore del polmone.



Il fumo favorisce la comparsa anche di altri tumori?

Sì, il fumo è il cofattore scatenante di una serie di altre neoplasie: tumori del cavo orale, dell'orofaringe, dell'esofago e delle vie urinarie (vescica, rene, uretere). Sappiamo, inoltre, che nelle **donne fumatrici c'è un aumento dell'incidenza del tumore della mammella e della cervice uterina**. Nel caso dei tumori appena citati, è necessario fare prevenzione primaria, non esistono esami di prevenzione secondaria consigliati come screening.

La sopravvivenza?

La sopravvivenza è, purtroppo, molto bassa per il tumore al polmone. È chiaro che l'equazione screening/diagnosi precoce permette, spesso, di scovare il tumore quando è ancora di dimensioni ridotte, il che significa che, molto spesso, è trattabile chirurgicamente e con un sacrificio di polmone minore. La chirurgia toracica, infatti, resta la terapia d'elezione per questa neoplasia. **Purtroppo, però, oggi riusciamo a guarire solo il 15/20 per cento di questi malati, su 100 pazienti sono oltre 80 quelli che non ce la fanno.**

La chirurgia è, quindi, la terapia d'elezione

per il tumore del polmone, in tutti i casi?

La chirurgia, allo stato attuale, in persone che non hanno comorbidità come cardiopatie gravi o altre patologie correlate al fumo, come le bronco-pneumopatie cronico-ostruttive e le malattie cardiorespiratorie, resta la soluzione più indicata. Nel 50 per cento dei casi, però, il tumore è in stato troppo avanzato e non è possibile procedere con l'operazione. Così come nei casi in cui il quadro clinico generale non lo permette. In queste situazioni si procede con la chemioterapia, le terapie target sui recettori di quel tumore e i farmaci biologici, molto utilizzati nei casi di adenocarcinomi che rappresentano il 70 per cento di tutti i tumori maligni al polmone. Soprattutto negli Stati Uniti si sta investendo molto su questo punto. Infine, esistono le radioterapie sempre più mirate e precise, la cosiddetta *Stereotactic Body Radiation Therapy* (SBRT) e, negli ultimi tempi, si sta riaprendo un nuovo capitolo che è quello dei farmaci immunologici, che aiutano il sistema immunitario a combattere i tumori e dei farmaci antiangiogenesi, che bloccano la crescita di neovasi, alla base dello sviluppo delle metastasi.

L'età? Il fumo passivo quanto incide?

Il massimo picco di incidenza del tumore al polmone è sopra i 55 anni, quindi una popolazione tendenzialmente anziana, ma stiamo assistendo a un abbassamento dell'età media, soprattutto tra i fumatori.

Trend questo che si sta osservando per tutte le tipologie di tumore. **Le ultime ricerche hanno confermato che il fumo passivo aumenta l'incidenza del tumore del polmone, a causa dei prodotti potenzialmente cancerogeni contenuti nelle sigarette che si concentrano nell'aria quando ci si trova in un luogo chiuso.** Per questo, la legislazione recente ha vietato il fumo nei locali pubblici e in prossimità degli ospedali.

Le sigarette elettroniche hanno fatto discutere negli ultimi tempi; lei è d'accordo con il loro utilizzo? Pensa che possano essere un buon metodo per smettere di fumare?

Si tratta di uno strumento che può risultare efficace come sostegno per chi vuole abbandonare il fumo. Ad oggi, non ci sono dati che sottolineino controindicazioni dannose per la salute. L'unica incognita riguarda gli effetti del vapore inalato cosiddetto "di seconda mano". Ad ogni modo, sono prodotti con una storia ancora troppo breve per tirare conclusioni sul loro uso a lungo termine. Qualche studio scientifico ha esaminato gli effetti immediati della sigaretta elettronica scoprendo che il loro impiego, dopo 10 minuti, può provocare broncospasmo, ovvero un aumento della resistenza delle vie aeree. Ma la materia andrà ulteriormente indagata. ▶

L'ANDAMENTO DEL FUMO IN ITALIA

In Italia fuma il 20,8% della popolazione adulta (15 anni ed oltre) pari a 10,9 milioni di individui, di cui 6,3 milioni uomini e 4,6 milioni donne.

Le fasce d'età in cui i fumatori risultano più numerosi sono 25-44 anni (26,5%) e 45-64 anni (24,4%). Anche i più giovani sono rappresentati in questa categoria e fuma il 18,3%, dei ragazzi tra i 15-24 anni.

L'età media in cui si inizia a fumare è di poco inferiore alla maggiore età (17,9 anni) anche se i maschi si avvicinano al fumo prima (17 an-

ni) rispetto alle femmine (19 anni circa); il motivo prevalente dichiarato per cui si inizia a fumare è "perché in qualche modo influenzati dagli amici".

Vengono fumate mediamente 13 sigarette al giorno (14 circa dagli uomini e 12 circa dalle donne) e si fuma prevalentemente la sigaretta confezionata (oltre 95% dei fumatori). La sigaretta fatta a mano viene consumata dal 17% dei fumatori: si registrano forti differenze tra maschi e femmine (rispettivamente 20,2% e 12,6%), picchi molto evidenti fra i giovani di età inferiore

ai 25 anni (31,5%), prevalenze tra i cittadini delle regioni del Centro Italia (29,9%); l'uso della sigaretta elettronica risulta pressoché irrilevante (1,1%).

L'età media in cui gli ex fumatori hanno dichiarato di aver smesso di fumare è di 42 anni circa (senza differenze tra uomini e donne) e le motivazioni che li hanno indotti a smettere sono "la maggiore consapevolezza dei danni provocati dal fumo" e/o comunque "motivi di salute".

(fonte Indagine Doxa-ISS 2015)

XXI
11



XXI Triennale International Exhibition Milan 2016 02.04–12.09 21st Century. Design After Design

LA XXI TRIENNALE PER LILT

La Triennale di Milano dona il 5% della vendita dei biglietti. Sostieni anche tu la LILT: visita la XXI Esposizione Internazionale “21st Century. Design After Design”

BIGLIETTO 15 EURO | XXI1T PASS 22 EURO | BIGLIETTO UNICO XXI TRIENNALE E BIENNALE ARCHITETTURA 2016 33 EURO



Triennale.org
Follow @LaTriennale
#21triennale

Main Partners



Institutional Partner



Official Partners



Digital Imaging Partner



Technical Partner



Education Partners



Arte e prevenzione alla Triennale

La XXI Esposizione Internazionale della Fondazione Triennale di Milano dal titolo “21st Century. Design After Design”, iniziata lo scorso 2 aprile e che proseguirà fino al 12 settembre 2016, **sosterrà le attività di prevenzione dei tumori** devolvendo il 5% dei biglietti venduti a Lilt Milano. Un connubio tra creatività e salute.

Sebbene gli effetti terapeutici dell'arte siano stati riconosciuti molti secoli fa, sono recenti gli studi che testimoniano la **forte associazione tra arte, cultura e salute** segnalando come nelle persone che seguono percorsi culturali strutturati, ci sia una significativa riduzione di sintomi fisici e psicologici, un miglioramento della qualità e aspettativa di vita, in sostanza un aumento del senso di benessere generale.

Quindi il contributo giocato dai fattori culturali sulla salute mentale e fisica sembra essere sostanziale.

Sulla base di questi risultati, sono nate, in diversi paesi del mondo, **importanti iniziative** che hanno l'obiettivo di favorire una maggiore partecipazione delle persone ad attività di tipo culturale e sociale. All'interno di queste, un ruolo importante è stato riconosciuto ai **musei** che vengono identificati come luoghi promotori del senso di appartenenza al territorio permettendone l'accesso all'arte e alla scienza, alla conoscenza in generale.

Visitate l'Esposizione “21st Century. Design After Design”, avete tempo fino al 12 settembre per aiutarci. Per informazioni www.triennale.org ▶

Volontari, oggi e domani

Domenico - *Aver iniziato la mia esperienza di volontariato alla LILT è stata la scelta migliore di tutto il mio breve periodo di quiescenza; l'attenzione che viene riservata alla preparazione e integrazione dei candidati/volontari è andata al di là di ogni più rosea aspettativa. Ritengo che portare il proprio piccolo contributo per essere di aiuto a chi sta vivendo un momento di grande difficoltà e sofferenza sia cosa doverosa per*

chi dalla vita ha ricevuto molte soddisfazioni, un'opportunità che rende orgogliosi, trovo sia un investimento personale che frutta ben oltre il capitale investito. Un mio caro amico la chiama Restituzione, il momento della Restituzione va colto e messo in atto quando le circostanze lo permettono. Facendo un paragone sportivo, diventare volontario della LILT è come per un calciatore giocare ai mondiali per la Nazionale.

LA PAROLA ai giovani

Anche quest'anno rinnoviamo ai ragazzi l'invito a impegnarsi nel volontariato durante il periodo estivo. Si intitola Progetto Giovani l'iniziativa rivolta agli studenti con un'età compresa tra i 16 e i 19 anni. Al termine delle scuole, Lilt Milano offre ai giovani la possibilità di donare parte del loro tempo a chi è meno fortunato. Convinti che i ragazzi costituiscano un patrimonio inestimabile, chiediamo a tutti di segnalare questa preziosa opportunità in modo che gli interessati possano già da ora mettersi in contatto con il Volontariato. Per informazioni, 0249521, volontariato@legatumori.mi.it

PAOLO HAIM

Il nostro volontario Paolo Haim ha scelto di dare il benvenuto ai nuovi volontari così... A tutti loro un enorme GRAZIE, con l'augurio che rimangano a far parte della grande squadra LILT con motivazione e senso di appartenenza.



LILT in movimento con **CICLOBBY**

Mangiar bene, non fumare, fare controlli periodici e svolgere attività fisica sono le regole principali per prevenire alcuni tipi di patologie tumorali. **Studi scientifici hanno dimostrato, infatti, che andare in bici tutti i giorni, anche per un breve tratto, può concretamente fare la differenza in termini di salute.** La **Federazione Italiana Amici della Bicicletta-FIAB** (www.fiab-onlus.it) nata a Milano nel 1986, si propone di promuovere un cambiamento di stili di vita, chiedendo una città più ciclabile. La bicicletta si conferma essere un mezzo concreto e quotidiano per combattere la sedentarietà, oltre a essere un'attività adatta a persone di ogni età, dai bambini, nei quali favorisce lo sviluppo armonico, fino agli anziani, dei

quali salvaguarda l'autonomia funzionale aiutando a prevenire le malattie dell'invecchiamento. "La bicicletta è movimento, il movimento è salute; va da sé, quindi, che la bicicletta è salute! Questa corrispondenza, che per noi ciclisti è il naturale senso di benessere e leggerezza che proviamo ogni volta che montiamo in sella, in effetti si è rivelata negli ultimi anni con una maggiore consapevolezza ogni volta che si parla di salute. Anche a livello locale, noi di FIAB Milano Ciclobby abbiamo recentemente inserito il tema salute all'interno del nostro statuto, poiché nel tempo abbiamo maturato la coscienza di quanto il movimento in bici possa contribuire al benessere psico-fisico delle persone e quanto sia importante per un'associa-

zione di scopo come la nostra lavorare in modo capillare insistendo anche su questo tema" - dichiara il **Presidente FIAB Milano Ciclobby, Guia Biscaro**. In bicicletta contrariamente ad altri tipi di attività fisica e sportiva, non si deve reggere il peso del corpo. Ha, inoltre, funzione di protezione delle articolazioni, risulta di conseguenza un'attività adatta a tutti, ideale anche per le persone in sovrappeso che vogliono riprendere un'attività fisica, per i bambini le cui ossa si stanno ancora sviluppando, e per le persone anziane, che hanno le articolazioni fragili. Benefici significativi si sono riscontrati anche per il tono dell'umore: l'attività fisica riduce l'ansia e la depressione. Insomma, tutti in sella per la salute! ▶

BIKEMI - Undicimila grazie



Oltre **undicimila euro** sono stati devoluti alla nostra Associazione, grazie alla partnership attivata con il **Comune di Milano** e **Clear Channel**. La cittadinanza ha aderito concretamente all'iniziativa attraverso una sorprendente adesione che ha portato alla registrazione di 617 nuovi abbonamenti annuali e 1.100 giornalieri generando così un contributo totale di **11.120 euro**, che sarà totalmente devoluto da Clear Channel alla LILT Milano. Nel corso della Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica, Lilt insieme a BikeMi ha voluto ribadire ancor di più l'importanza dell'attività fisica come una delle regole fondamentali per mantenersi in buona salute. In questa occasione la Lilt è stata presente in 22 stazioni BikeMi con la campagna "La salute in movimento" con l'invito a prendere la bicicletta in nome della prevenzione.



Prof. Marco Alloisio, Presidente Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori, Pierfrancesco Maran, Assessore alla mobilità del Comune di Milano, Paolo Dosi, CEO Clear Channel Italia

REGOLE per una corretta esposizione al sole

Il melanoma è il più aggressivo dei tumori della pelle e nasce dalla trasformazione tumorale di quelle cellule della cute, i melanociti, che normalmente sono deputate alla difesa della pelle dai raggi UV mediante la produzione del pigmento cutaneo (melanina) sotto lo stimolo della luce solare. Fra tutti i tumori, è quello più visibile, facendo un po' di attenzione è possibile notare il cambiamento sulla propria cute e tenere sotto controllo ogni possibile modificazione. Nonostante questo, l'incidenza, che è in progressivo aumento in tutto il mondo, negli ultimi decenni viene imputata in parte alla **crescente e molto spesso eccessiva esposizione al sole**. Talvolta il melanoma non presenta i classici campanelli d'allarme ma il segnale da non sottovalutare è la comparsa in età adulta di "macchie" con modificazioni in dimensione, forma e colore in un breve periodo di tempo, 6-8 mesi. Si stima che negli ultimi 15 anni l'incidenza del melanoma sia



REGOLE DI PREVENZIONE

- Evitare l'esposizione al sole nelle ore centrali della giornata, facendo attenzione ai riflessi.
- Applicare le creme protettive 20-30 minuti prima dell'esposizione, ripetendo l'operazione più volte e dopo frequenti bagni o forte sudorazione, e utilizzare creme solari ad alta protezione dai raggi UVA+UVB. A causare i danni maggiori sono, infatti, le esposizioni nelle ore più calde, non a caso il melanoma è anche conosciuto come la malattia delle pelli chiare, cioè di chi non è abituato ad esporsi al sole e rischia di scottarsi più facilmente per il proprio fototipo sensibile ai raggi solari. Importantissimo è non esporre i neonati al sole e fare molta attenzione ai bambini al di sotto dei tre anni, facendo indossare loro un cappellino e magliette chiare.
- Evitare le ustioni solari, soprattutto in giovane età e in soggetti con molti nei e con la pelle chiara e ricordare che i dispositivi abbronzanti (lampade abbronzanti) rappresentano comunque un rischio se usate senza creme altamente protettive in età giovanile.



più che raddoppiata, ma l'80% dei pazienti oggi guarisce. In Italia colpisce **100mila persone ogni anno**. La prevenzione e la diagnosi precoce rappresentano gli strumenti più efficaci per ridurre l'incidenza e la mortalità del melanoma. Tra le cause che provocano questo tumore sicuramente concorrono anche i fattori genetico familiari. È fondamentale diffondere una corretta informazione ed educazione che non scoraggi le attività all'aperto, salutari e benefiche se svolte con le dovute accortezze. ▶

Rispettare queste "semplici" regole è importante ma non dimentichiamo di effettuare anche delle visite periodiche. Ricordiamo che i nostri **Spazi Prevenzione** sono a disposizione per i controlli annuali.

Air Liquide per un futuro sostenibile

Air Liquide è un'azienda francese che si occupa della produzione dei gas utilizzati negli impianti industriali, nei laboratori chimici, nella produzione di componenti elettronici, per la saldatura e per la sanità (ossigeno, azoto, idrogeno, argon, elio, silano ecc.). È presente in più di 70 paesi ed è la prima azienda al mondo nel suo settore.

Il suo impegno consiste nel creare un valore aggiunto per i propri clienti in tutto il mondo, offrendo tecnologie, prodotti e servizi innovativi nel settore dei gas industriali e medicinali e delle attività connesse. Si impegna in particolare a favorire la crescita dei propri collaboratori, a tutelare l'ambiente, a garantire la salute.

Abbiamo chiesto a **Davide De Vita**, **Human Resources Director di Air Liquide Italia SpA**, di rispondere ad alcune domande.

Che cosa significa per voi di Air Liquide Responsabilità Sociale di Impresa? E quali sono i vantaggi per un'azienda di sostenere una causa sociale?

Responsabilità sociale d'impresa per il Gruppo Air Liquide Italia significa continuare a mettere in atto comportamenti che pongono al centro le persone ed il miglioramento della qualità della loro vita, nel senso più ampio del termine, incluso l'ambiente nel quale tutti noi viviamo. Questo impegno è parte del nostro DNA e desideriamo che rimanga un fattore distintivo del nostro operare al di là del rispetto delle norme e degli obblighi di legge. Air Liquide Italia da più di un secolo opera con una particolare attenzione allo sviluppo del tema della sicurezza delle persone e della loro salute e del loro benessere. La visione a lungo termine con i nostri clienti ci ha insegnato che solo uno sviluppo sostenibile nel tempo costruisce un futuro migliore della società nella quale siamo inseriti.

Perché avete scelto LILT e quali sono le attività di Air Liquide in collaborazione e a sostegno di LILT?

LILT rappresenta per noi una realtà importante nella prevenzione, studio e supporto alle varie situazioni difficili che si incontrano nella lotta oncologica. Apprezziamo in particolare l'azione combinata di professionisti e volontari che con spirito di servizio trasformano in azione concreta e tangibile questo aiuto. Sentiamo l'attività di LILT vicina ai nostri valori di rispetto della persona e di sviluppo in particolare per la crescita della cultura della prevenzione e degli stili di vita sani così come nel supporto alle situazioni, purtroppo numerose, di disagio e bisogno d'aiuto nell'affrontare la malattia.



Davide De Vita

Avete aderito al programma di visite di diagnosi precoce in favore dei vostri dipendenti. Quanto è importante coinvolgere i dipendenti nel vostro impegno nella lotta contro i tumori?

Con LILT da anni abbiamo lanciato campagne di prevenzione e controllo per i nostri dipendenti; diventa essenziale che le azioni di impegno sociale che attiviamo coinvolgano il numero maggiore possibile di

colleghi in modo da poter essere contemporaneamente utenti e partecipanti attivi dei servizi di prevenzione.

Vorremmo che il tema della prevenzione divenisse uno stile distintivo per un numero sempre maggiore di persone. Ogni caso di diagnosi precoce è una possibilità in più per contribuire a sostenere il dono prezioso della vita.

A Natale 2015 abbiamo proposto come azienda ai nostri colleghi un sistema di donazione congiunto a LILT nel quale l'azienda avrebbe raddoppiato il contributo raccolto da ogni dipendente. Oltre al risultato economico ci interessava effettuare un passo utile per il coinvolgimento attivo di ciascuno.

Le donazioni quest'anno sono state dedicate ad un progetto di aiuto alle case per famiglie che affrontano la cura provenendo da altre città. ▶

Chiedete informazioni e partecipate alle nostre prossime iniziative:
www.legatumori.mi.it - marketing@legatumori.mi.it

Marcia Formula Uno

5 giugno

Autodromo Nazionale Monza

Sarà una giornata bellissima e imperdibile, quella della prima domenica di giugno.

All'autodromo di Monza, infatti, si terrà la 37° edizione della Formula Uno, la marcia non competitiva organizzata da Lilt Milano. Una corsa per finanziare l'assegnazione di borse di studio per il reparto di Oncologia Medica dell'Azienda Ospedaliera San Gerardo di

Monza. Siete tutti invitati, grandi e piccini, supersportivi, atleti alle prime armi e più pigri. Come d'abitudine saranno previsti diversi percorsi di gara in modo che ognuno possa impegnarsi in una prova adatta alle proprie capacità e preparazione fisica. Tutti quelli che si iscrivono, con l'oblazione a partire da 10

euro, riceveranno la maglietta ufficiale della manifestazione.

Per informazioni: Francesca Spinosi, 0249521, sostieni@legatumori.mi.it



Lotteria di primavera

14 giugno

L'ambitissimo primo premio della tradizionale Lotteria di Primavera, quest'anno per la prima volta, sarà una mini crociera per due persone, della durata di 5 notti, sulla nave Costa Favolosa, offerta da Costa Crociere, tramite Orchidea Viaggi. Ma non solo. Matita con custodia in pelle, forno microonde, trolley in tessuto, macchina per caffè con cialde KuBox, sono solo alcuni dei venti premi in palio.



Per un biglietto vi chiediamo una donazione di solo 3 euro e il ricavato è destinato a sostenere il servizio di reperibilità telefonica 24 ore, attivo presso l'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano. Presso lo stand Lilt, nell'atrio dell'Istituto, il 14 giugno alle ore 15.00 saranno estratti i numeri vincenti. **Per informazioni:** Silvia Ricci, 0249521

In provincia

8 maggio

Albate Brianza

In occasione della Festa della Mamma, proposta di fiori a cura dei volontari e con il sostegno del Gruppo Avis.

Legnano

Sempre per la Festa della Mamma, proposta di roselline in piazza San Magno.

27 maggio

Monza

Presso il Centro Civico San Rocco di Monza, alle ore 20.00, si terrà il seminario su sport, alimentazione e prevenzione oncologica. Presenti al seminario i volontari Lilt della Formula 1, esperti Lilt e referenti UISP Lombardia. Ingresso gratuito fino ad esaurimento posti.

Per informazioni: 0249521, prevenzione@legatumori.mi.it

28 maggio

Abbiategrasso

Torna l'appuntamento "Nella più sana allegria" con gli amici della Cappelletta, giornata a sostegno delle attività di prevenzione e diagnosi precoce della Lilt.

Cernusco sul Naviglio

Lilt sarà presente con uno stand di sensibilizzazione e proposta di gadget al Festival delle Famiglie "Spring Kids Party" che si terrà dalle 10.00 alle 18.00 presso il Centro Sportivo di via Buonarroti. L'evento è organizzato in collaborazione con Orchidea Viaggi.

Per informazioni: Elena Masato, 0249521

PENSANDO al futuro

Vi invio un pensiero affettuoso e un caloroso abbraccio nella notte di Natale... Grazie per la vostra gentilezza e premura nel procurarmi gli accompagnamenti all'Istituto Tumori così preziosi per chi è sola come me e anche molto bisognosa di sicurezze... Un grazie particolare anche a tutti i volontari LILT che ammiro e stimo indipendentemente dalle pur brevi conoscenze. Al loro settore ho pensato con "un lascito testamentario" che, quando Dio vorrà, sarà realizzato. Per ora auguro a tutto lo staff LILT le feste più serene e foriere di tanta salute".

Velia

Questa è una testimonianza che ci è stata lasciata a sostegno di quanto possa essere importante pensare anche a questo tipo di lasciti.

Nominare un'Associazione come proprio erede è una scelta che può generare importanti e benefiche ricadute sul futuro. Si tratta di una decisione che può permettere alle generazioni che verranno di accedere a questi beni grazie all'intermediazione di un'Associazione come Lilt Milano, che vive e lavora ogni giorno per migliorare la vita dei malati di tumore e delle loro famiglie. Donando i propri beni a Lilt, si garantisce la possibilità a centinaia di persone di portare avanti gli impegni assunti dall'Associazione nei confronti di moltissime persone. Un gesto unico e speciale per assicurare i servizi dell'Associazione anche alle generazioni future. La lotta contro il cancro non conosce tregua e l'obiettivo della Lilt Milano è quello di diventare un punto di riferimento per la salute anche per chi verrà dopo di noi. La nostra sezione utilizza i fondi raccolti attraverso le donazioni testamentarie per i servizi che quotidianamente offre ai cittadini. Gli Spazi Prevenzione, le case di accoglienza, i sussidi economici, il servizio di accompagnamento alle terapie, l'assistenza ai malati terminali, le attività di educazione e di sensibilizzazione rivolte ad adulti e bambini, il sostegno alla ricerca scientifica attraverso l'erogazione di borse di studio sono i principali servizi che da anni la nostra Associazione eroga ai cittadini anche grazie ai lasciti testamentari. Per chi fosse interessato a predisporre un lascito alla Lilt, può rivolgersi ai nostri consulenti. Per avere maggiori informazioni o ricevere a casa la Guida ai Lasciti vi potete rivolgere all'Ufficio Lasciti al numero 0249521208. In alternativa potete inviare una mail a lasciti@legatumori.mi.it.

Con un **lascito a LILT**,
lasci nelle mani delle **nuove generazioni**
un **futuro** di benessere e salute



DIAGNOSI PRECOCE: i numeri della Settimana

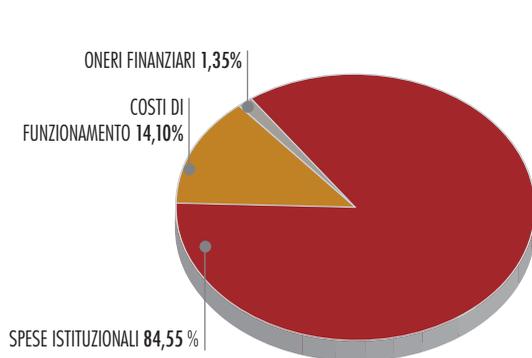
Una corretta alimentazione, una bilanciata attività fisica e controlli periodici possono prevenire la possibile insorgenza dei tumori. Anche quest'anno, in occasione della **Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica**, la nostra **Unità Mobile** è stata presente nelle principali piazze di Milano, provincia e in alcune **Università**, per portare la prevenzione sotto casa di tutti i cittadini. Ma non solo. Anche gli Spazi Prevenzione di Bollate, Sesto San Giovanni, Novate Milanese e Cernusco sul Naviglio sono rimasti aperti al pubblico tutta la settimana per offrire visite gratuite al seno, alla cute, alla prostata e al cavo orale. **Il bilancio è molto positivo**. Sono in totale 1.177 le visite effettuate sull'Unità Mobile, 142 consulenze alimentari e 38 counseling sul fumo. Sono stati 17 i medici (senologi, dermatologi, urologi e otorinolaringoiatri) impegnati nei controlli, 2 biologhe nutrizioniste, 4 psicologi e 68 tra volontari e collaboratori. Durante la Settimana sono state effettuate 577 visite alla cute, diagnosticando 17 casi sospetti, 341 visite al seno, 163 al cavo orale e 96 alla prostata.



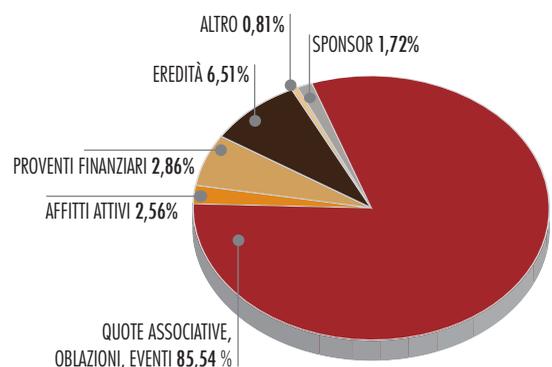
Il rettore dell'Università Bocconi, Andrea Sironi, insieme a medici e volontari presenti sull'Unità Mobile per offrire ai cittadini di Milano e provincia la possibilità di sottoporsi gratuitamente alle visite di diagnosi precoce

IL TUO INVESTIMENTO NELLA LILT

Anche nel 2015 la nostra Associazione è riuscita a chiudere l'anno garantendo la realizzazione di tutte le iniziative preventivate rivolte alla popolazione del territorio di Milano e provincia. In particolare, in ambito assistenziale Lilt ha supportato i pazienti e i loro familiari in cura presso i centri di eccellenza cittadini, primo fra tutti l'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano.



Uscite totali 2015



Entrate 2015

UN PENSIERO solidale

Festeggiare le ricorrenze più importanti della vita con Lilt. Cresime, battesimi, nozze ma anche compleanni e lauree possono diventare momenti da condividere con amici e parenti, coinvolgendoli in un'azione di solidarietà. Per lasciare ai propri cari un ricordo dei preziosi momenti, la nostra Associazione ha pensato a delle eleganti bomboniere. Sacchetti di svariati colori, fiori secchi e portachiavi e semplici scatoline costituiscono la nostra principale offerta. I confetti, oltre alla tradizionale forma ovale, possono essere richiesti anche a forma di cuore. Si va da un minimo di tre euro a un massimo di sei. La donazione comprende tutte, nastro, un eventuale fiore o gessetto e il biglietto della Lilt. È inoltre possibile scegliere anche le pergamene. **Per informazioni:** Silvia Ricci, 0249521 www.donazioni.legatumorimilano.it.



IL GELSO D'ORO per la nostra volontaria

Congratulazioni alla nostra volontaria Anna Maria Speranza per aver ricevuto l'onorificenza il Gelso d'oro, per la passione e la dedizione con cui, dal 1989 ad oggi, continua a svolgere l'attività di volontariato presso l'ambulatorio della Lilt di Cernusco sul Naviglio. Grazie per aver permesso in primis alle donne e successivamente all'intera cittadinanza la fruizione di un importante servizio di prevenzione dei tumori. Brava!



News dagli SPAZI PREVENZIONE Abbiategrasso

A partire dal mese di maggio, presso lo **Spazio Prevenzione di Abbiategrasso**, via dei Mille 8/10, sarà possibile effettuare, oltre alle tradizionali visite senologiche e dermatologiche, anche **visite ginecologiche e Pap-test**. Nell'ambulatorio potrete, inoltre, trovare tutte le informazioni sui corretti stili di vita per la prevenzione oncologica ed effettuare le visite di diagnosi precoce.

Per appuntamenti telefonare esclusivamente il martedì e il mercoledì dalle 10.00 alle 12.00 e dalle 14.00 alle 17.00 al numero 029461303.

Bollate

Alla fine di maggio chiuderà il nostro **Spazio Prevenzione di Bollate**, presso il Poliambulatorio San Martino.

Il servizio continuerà presso lo **Spazio Prevenzione di Novate Milanese** in via Manzoni 8, all'interno del Parco Ghezzi, dove potrete effettuare visite senologiche, ginecologiche e Pap-test, dermatologiche, otorinolaringoiatriche e urologiche.

Per informazioni e prenotazioni 02 87244082.
Giorni e orari di apertura: da martedì a giovedì dalle ore 9 alle ore 13 e dalle 14 alle 17,30.
Orari appuntamenti: da martedì a giovedì dalle ore 10 alle 12 e dalle 14,30 alle 17,00.

Consulenza ALIMENTARE

Imparare ad alimentarsi in modo corretto e prevenire i tumori a tavola è possibile presso gli **Spazi Prevenzione Lilt di Sesto San Giovanni, Cernusco sul Naviglio e presso il Centro Civico San Rocco di Monza**.

È importante riuscire ad educare il paziente ad un'alimentazione consapevole che gli permetta di prevenire patologie tumorali.

Per informazioni: prevenzione@legatumori.mi.it

IN RICORDO DI SILVANA

Sono stati molti i pensieri che ci sono giunti per ricordare la nostra collega **Silvana Bergamaschi**. Abbiamo deciso di riportarne due che in qualche modo racchiudessero il rispetto e l'affetto dimostrato da tutti nei suoi confronti.

“Ciao Silvana. Non ci dimenticheremo la tua fierezza, la tua integrità. Quella particolare e preziosa qualità di star davanti agli altri a testa alta e di non mollare mai, anche nei momenti più difficili. Non ci dimenticheremo la tua ironia, il tuo grande cuore, il senso di responsabilità per il tuo lavoro e la disponibilità con cui ci hai insegnato tante cose. Ciao Silvana, grazie per aver condiviso con noi questo pezzo di strada e per aver lasciato con generosità in ciascuno di noi un pezzetto di te.”

Le colleghe del marketing

“Ho conosciuto Silvana trent'anni fa. Quando la incontrai restai subito colpita dal suo viso aperto e sorridente, dai capelli e dagli occhi nerissimi e dalla grande cordialità dei suoi tratti. Entrò subito a far parte del nostro gruppo di lavoro, il "Settore Promozione", (come si chiamava allora, diventato ora Marketing e Fundraising), il cui compito era quello di provvedere alla raccolta dei fondi indispensabili a svolgere tutte le attività che la Lilt mette in campo per combattere il cancro e aiutare le persone che ne sono colpite. Da subito si rivelò la persona giusta per quel tipo di lavoro, soprattutto



per la grande disponibilità e l'entusiasmo con i quali affrontava, oltre al quotidiano impegno richiesto nelle ore d'ufficio (per la preparazione degli eventi in programma), la partecipazione a serate, anteprime, mercatini e feste che si svolgevano tutte in orari serali, giorni di festa e spesso al freddo e alle intemperie.

In particolare voglio ricordare il suo impegno alla “Marcia Formula Uno”, alla “Scala”, alle “Feste dei Bambini ai Giardini Pubblici”, alle varie edizioni delle “Stelle di Natale”, l’“Albero di Natale in Piazza Duomo”, alle “Lotterie” e mi fermo qui perché l'elenco diventerebbe troppo lungo! Era una vera stacanovista del lavoro tanto che, a volte, si fermava da sola in ufficio sino a ora tarda per preparare e mettere a punto ogni cosa, a conferma dello spiccato senso di responsabilità che la contraddistingueva. A ciò bisogna aggiungere la sua profonda estroversione che la rendeva preziosa per la collaborazione con i volontari (numerossimi nel Settore Promozione) con i quali

riusciva a instaurare rapporti straordinari di stima e spesso anche di amicizia.

Ma la sua più grande dote è stata la forza d'animo, il coraggio e la determinazione con i quali ha saputo affrontare le grandi prove che ha incontrato sul suo cammino. Tra queste c'è la sua battaglia contro il cancro che, ironia della sorte, aveva come spesso succede, colpito proprio una persona come lei, che si prodigava con il massimo impegno nella lotta contro questa malattia. Silvana lo ha affrontato con tenacia, fermezza e coraggio. Si è sottoposta per anni a cure dolorose ed estenuanti, senza mai trascurare il suo lavoro, “presente sul campo” sino all'ultimo. La sua morte mi ha lasciato quasi stupita, come se il suo arrendersi all'ineluttabilità della malattia non potesse appartenere a una combattente come lei.

Grazie Silvana, sei stata una preziosa compagna di lavoro e una cara e bella persona!”

Rita Pinto

Ex Vicedirettore della Lilt Milano

MILANO MARATHON

687 volte grazie

■ Grandissimo successo, anche quest'anno, per la **Milano Marathon**, evento sportivo benefico che, come di consueto, ha ravvivato e motivato la città durante la prima domenica del mese di aprile. Ben 63 atleti e 624 staffettisti per un totale di **687** persone, hanno scelto di correre per sostenere la Lilt. Domenica 3 aprile, 5000 maratoneti e 2500 staffette - ciascuna di 4 persone che si sono passate il testimone - hanno deciso di dedicare un'intera giornata alla solidarietà. Tutti i partecipanti alla gara si sono preparati a partire da Porta Venezia per tagliare, con enorme soddisfazione, il traguardo in Corso Venezia, dopo aver percorso 42 chilometri. E, per il secondo anno consecutivo, la nostra Associazione ha deciso di diventare Platinum Charity Partner della maratona, dando così vita a un'importante raccolta fondi a sostegno del Servizio Assistenza Bambini e delle Case Alloggio che Lilt mette a



disposizione di bimbi e adolescenti che arrivano a Milano per curarsi, accompagnati dalle famiglie. E in tanti ci hanno dato un aiuto concreto per raggiungere i nostri obiettivi. Un grazie sincero a **DOW Italia**, per il sostegno. Alle aziende che ci hanno sostenuto iscrivendo i loro dipendenti: **Dow, Fondazione LHS, ARXivar, Athlon Car Leas, Axa, De Lage Landen International, EMC, Fastweb, GE Healthcare, Excellent Consulting, LG, Hotel Principe di Savoia Milano, NTT DATA,**

Offside Sports Pub, PPG, SIA.

Per l'importante donazione di prodotti: **UNES, Vita Vigor, Avène, FPE - Ferrari Pubblicità.** Per il supporto: **Oops GottaRUN, il Blog I Trent'enni, Retake Milano.**

Un sentito grazie anche ai nostri testimonial: **Edoardo Stoppa** ed i gruppi internazionali di costuming **Star Wars: Rebel Legion Italian Base, 501st Legion Italiana Garrison e Jedi Generation.** Riuscire a mettere insieme solidarietà e salute è da sempre l'obiettivo principale della Lilt.



Grazie

Serata al Teatro SCALA



■ Anche quest'anno il consueto evento scaligero ha riscosso un grosso successo. Il tradizionale spettacolo, a sostegno della nostra Associazione, giunto ormai alla sua ventiseiesima edizione, è andato in scena con l'anteprima de **“Il giardino degli amanti”**, musiche di Wolfgang Amadeus Mozart e coreografia di Massimiliano Volpini. I fondi raccolti verranno utilizzati per mantenere e migliorare il **Servizio Assistenza** della nostra Associazione dedicato sia ai bambini sia agli adulti, supportandoli in tutte le loro necessità, cercando di alleggerire in tal modo la loro difficile quotidianità. **Un grazie di cuore** al pubblico, agli artisti, alla Scala e

a quanti ci hanno sostenuto. Si ringrazia per il sostegno: **Aviva, Prada, Banca Esperia**. E inoltre **Agos, Associazione MonteNapoleone, Banca**

Generali, Beta Trans, Cargeas Assicurazioni, Corriere della Sera, Dompè, Fastweb, Ipsen, Fratelli Ingegneri, Nexive, UBI Banca.



Carla Fracci, Marco Alloisio e Gabriella Golia

LA NOSTRA GRATITUDINE agli amici che ci hanno aiutato

Per la donazione di prodotti

- Medical Eau Thermal Avène - Pierre Fabre Italia S.p.A.
- ICAT Food
- Azienda Vinicola Umani Ronchi S.p.A.
- Vitavigor
- Artsana Group
- Allufflon
- Guardini
- UNES
- Soleluna
- Bouty

Per il sostegno ai nostri progetti

- ETICA SGR
- DOUUOD kids
- Otto per Mille della Tavola Valdese
- Fondazione Comunitaria del Ticino Olona
- Fondazione Comunitaria Nord Milano
- Città Metropolitana di Milano
- Banca d'Italia
- Fondazione Johnson&Johnson
- Comune di Monza
- Fondazione Sodalitas

Per la Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica

Main Sponsor:

- SC Johnson

Per il sostegno:

- Agos
- Azienda Speciale Farmaceutica di Lainate
- BCC di Busto Garolfo

- BPM Banca Popolare di Milano
- Novartis
- Unione Farmacisti Legnano
- UNES
- BikeMi
- FIAB - Milano - Ciclobby

Per il patrocinio:

- Comune di Milano
- Comune di Arese
- Comune di Cinisello Balsamo
- Comune di Lainate
- Comune di Legnano
- Università Cattolica del Sacro Cuore
- EDUCattt
- Università degli Studi di Milano-Bicocca
- Università IULM
- Università Politecnico di Milano

Per il dono della pasta e della passata di pomodoro:

- UNES

Per l'allestimento floreale dell'unità mobile:

- Fratelli Ingegnoli

Per l'attività di volontariato aziendale presso l'unità mobile:

- I dipendenti di Hogan Lovells Studio Legale

Per aver ospitato i nostri corner di Pasqua

- De Lage Landen International
- Athlon Car Lease Italy
- Mondadori
- Istituto Leonardo da Vinci
- EMC
- H3G
- Istituto Maria Consolatrice

E inoltre:

- IFOM
- Prof Giorgio Scita
- Mondo Disabile
- Davide Falco
- Bpm
- Dow Italia Srl
- Viacom International Media Networks Italia
- Eataly
- Saipem SpA



Un grazie di cuore all'Autodromo Nazionale Monza che anche quest'anno ci permette di usufruire gratuitamente della struttura per la nostra marcia solidale "Formula Uno", giunta alla sua 37esima edizione.



Un grazie speciale a **Manageritalia** che anche quest'anno ha scelto di sostenerci con il tradizionale spettacolo benefico natalizio. Lo scorso Dicembre è stato presentato in esclusiva il musical "The Blues Legend".

DEDICATO ALLE AZIENDE

La nostra Associazione ha sempre mantenuto vivo un dialogo costante con le aziende del territorio che operano nei più disparati settori. A queste la Lilt Sezione Provinciale di Milano si propone come interlocutore qualificato per offrire conferenze informative rivolte ai dipendenti e collaboratori dell'azienda, percorsi di disassuefazione dal tabagismo, visite di diagnosi precoce in azienda rivolte ai dipendenti e collaboratori, momenti di divulgazione di materiale informativo scientifico e di raccolta fondi rivolti alla cittadinanza attraverso il coinvolgimento dei dipendenti e con l'aiuto dei volontari dell'Associazione.

Come collaborare con noi:

- sostenendo le campagne di sensibilizzazione e le attività di diagnosi precoce
- sostenendo gli eventi organizzati durante l'anno
- organizzando eventi e/o sostenendo aperitivi e cene di beneficenza promossi dall'Associazione
- adottando i progetti promossi e sviluppati sul territorio
- adottando i nostri programmi di sensibilizzazione
- attivando programmi di fidelizzazione e inserendoci quali eventuali beneficiari dei punteggi maturati dai clienti e poi convertiti in donazioni
- rivolgendovi a noi per omaggi a dipendenti e fornitori, eventi aziendali, convegni e congressi
- richiedendo i gadget Lilt da donare quali omaggi speciali
- istituendo borse di studio e sussidi per giovani medici e ricercatori.

Tutto questo è possibile attivando:

- programmi di cause related marketing
- campagne di payroll giving
- campagne di gift matching program
- programmi di volontariato aziendale
- erogando più semplicemente delle sponsorizzazioni ad hoc.

Ricordiamo che ogni erogazione, purché effettuata da ditte società di persone o di capitali, può essere dedotta dal reddito d'impresa sino all'ammontare del 2% del reddito annuo dichiarato, ai sensi dell'art.100, comma 2, lettera a) del D.P.R. 917/86 (T.U.I.R.).

Maggiori informazioni: **Settore Marketing & Fundraising, Laura Andena tel. 0249521, aziende@legatumori.mi.it**

PRIVATI E AZIENDE: CI POTETE SOSTENERE COSÌ

DONAZIONE ON LINE

sul sito donazioni.legatumorimilano.it.

VERSAMENTO SU CONTO CORRENTE POSTALE

n. 2279 intestato a Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori, via Venezian 1, 20133 Milano.

VERSAMENTO SU C/C BANCARIO

IBAN: IT33B0504801629000000018213

Banca Popolare Commercio & Industria, Agenzia di Milano - Lombardia, CAB:01629 Viale Lombardia.

DOMICILIAZIONE BANCARIA (RID): basta richiedere alla banca di prelevare automaticamente dal conto corrente il contributo desiderato, per assicurare un sostegno facile e continuativo senza doversi recare in posta o in banca.

CARTA DI CREDITO CARTASI E AMERICAN

EXPRESS: telefonare al numero 0249521.

LASCITI TESTAMENTARI, designando la Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori di Milano erede di tutto o parte del vostro patrimonio.

OBLAZIONI presso le nostre sedi di Milano e provincia.

PASSAPAROLA tra parenti e amici.

5x1000 DELL'IRPEF destinato alla Lega Italiana per la Lotta Contro i Tumori: basta la vostra firma sui modelli CUD, 730-1 bis o UNICO con l'indicazione del codice fiscale Lilt di Milano n. 80107930150 nella casella riservata a "Sostegno del volontariato e delle organizzazioni non lucrative di utilità sociale".

ATTENZIONE! RISERVATO A CHI VERSA LA PROPRIA OBLAZIONE CON BONIFICO BANCARIO

Scrivete sempre nella causale il vostro nome e indirizzo. Quando ci arriva un'offerta, ne notificiamo sempre il ricevimento e ringraziamo per la generosità. Ma senza nome e indirizzo di chi ha effettuato il bonifico non ci è possibile farlo: in base alla legge sulla privacy, infatti, le banche non possono passarci l'informazione e per noi il versamento rimane anonimo.

5X
MILLE

DENTRO LA TUA FIRMA
C'È UNA STORIA CHE VA AVANTI.



SCEGLI DI DESTINARCI IL TUO 5X1000, AIUTACI A PROMUOVERE LA VITA.

CODICE FISCALE 80107930150

Casella riservata a "Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative..."

 **LILT**
LEGA ITALIANA PER LA LOTTA
CONTRO I TUMORI
prevenire e vivere


SEZIONE PROVINCIALE DI MILANO