

***Prevenire è uguale a vivere.***  
***Alessandro Cecchi Paone ed Al Bano***  
***al convegno promosso da I Mondi di Carta***



È stato un incontro partecipato quello svoltosi ieri mattina, sabato 21 maggio, presso la Sala Polenghi dell'Ospedale Maggiore ASST di Crema, ed organizzato dall'Associazione **I Mondi di Carta** in collaborazione con **Eurama Wip – Women's involvement programme**, il Comune, la Regione, l'ospedale ed il coinvolgimento di alcune classi della scuola secondaria di secondo grado. Introdotto dalla dottoressa **Gloria Mencatelli**, direttore socio sanitario dell'ASST cittadina, il convegno dal titolo "**Prevenire è uguale a vivere**", ha visto gli interventi del senologo **Stefano Zurrada**, del cardiologo, medico dello sport e dietista presso l'Istituto **Carlo Cipolla**, di **Stefano Martella**, responsabile dell'unità funzionale di chirurgia plastica ricostruttiva ed estetica mammaria dell'ospedale San Raffaele di Milano e di **Fabio Sanguineti**, dirigente della patologia oncologica ginecologica dell'ospedale Niguarda di Milano. Il giornalista e conduttore **Alessandro Cecchi Paone**, moderatore d'eccezione per la prima volta a Crema, ha condotto brillantemente l'incontro conclusosi con la partecipazione di **Al Bano** in veste di testimonial dell'Associazione Eurama (Euro-Asian-Mastology).

## Una serena prevenzione

In apertura, la dottoressa Mencatelli ha riassunto le iniziative portate avanti sul territorio in tema di **prevenzione** mentre il **Maurizio Grassi**, primario di oncologia, ha sottolineato l'importanza di una prevenzione sia al femminile che al maschile poiché alcune patologie, come il **melanoma**, o quelle causate dai danni del **fumo**, sono trasversali. *"Prevenire è un investimento fatto per tempo, di cui beneficiare nel futuro"*. Ha inoltre ricordato il fondamentale ruolo delle associazioni di **volontariato sociale** operanti nei territori, che sostengono i cittadini sia nella prevenzione che nella cura e ha incitato i giovani, molti quelli presenti in sala, ad aderire ad associazioni locali. La psicoterapeuta e membro dell'Associazione I Mondi di Carta **Rosalba Torretta**, ha invitato i presenti a fare *"pensieri sereni di prevenzione affidandosi a specialisti"*.

## Fattori scatenanti

Preparato e colloquiale, Cecchi Paone ha citato i più comuni tipi di **tumori**, statistiche, dati e numeri, ha parlato di Papilloma virus, fumo, stile corretto di vita, cibo, vaccinazioni, melanoma. Di quanto molto si possa fare per arginare i problemi se in fase iniziale. Ha presentato poi il dottor Stefano Zurrída, **senologo** e professore associato di Chirurgia generale presso l'università degli Studi di Milano. Di sé Zurrída dice *"sono un chirurgo, mi interesso di tumori e sono, a detta degli altri, un bravo cuoco..."*. Ha quindi parlato dei **quattro ceppi** tumorali più diffusi ossia quelli che colpiscono il polmone, il colon, la mammella e l'utero. Ha citato studi che riconoscono che l'80% del loro insorgere sia imputabile a **cause ambientali**, il 35% al consumo di cibo; altre cause il fumo, gli agenti infettivi ed i **fattori genetici**. Sono in corso da anni **studi comparati** fra Paesi diversi e sviluppo di neoplasie per comprendere la concatenazione di fattori scatenanti. Stefano Zurrída, di origine sarda, ha iniziato a lavorare a fianco del professor **Umberto Veronesi** ed è stato membro della Commissione oncologica nazionale del Ministero della Sanità. Si è interessato inoltre della stesura delle linee guida sulla prevenzione e trattamento dei tumori e fino al 2007 è stato componente del comitato scientifico dell'Istituto superiore di sanità del Ministero della Salute. *"Più sono preparati, più sono sintetici, chiari e precisi"* – ha commentato Cecchi Paone.



### **No ai dolci**

Intervento brillante anche per il dottor Carlo Cipolla che ha inizialmente parlato di sé attraverso *divagazioni esistenziali*. Si è concentrato sul **sovrappeso**, tanto additato per l'insorgere di tumori, e sulle sue cause fisiche, ormonali, psicologiche. Ha poi demolito una serie di convinzioni ed alcuni luoghi comuni affermando che il **mondo dell'informazione** è spesso foraggiato da nutrizionisti, dietologi, pseudo scienziati legati a multinazionali che manovrano le **tendenze** anche in campo alimentare. "*Anche nella osannata dieta mediterranea c'è molto di commerciale*". Ha rivalutato il consumo di carne, purché non cotta alla griglia, di **uova**, demonizzate per anni, ha sminuito certe diete e il calcolo delle calorie, ha parlato di catena alimentare, di pesticidi e contaminazioni batteriologiche che rendono pericolosi certi cibi. "*È importante calcolare il tempo di assorbimento di un alimento nell'organismo, non vedere solamente ciò che contiene!*". Ha sottolineato che l'organismo umano non è fatto per mangiare i dolci e i cibi industriali prodotti con alte concentrazioni di **glucosio**.

### **La conoscenza**

Siparietti fra Cecchi Paone e Zurrada hanno allentato la tensione legata al tema trattato e hanno intervallato gli interventi degli specialisti. Il dottor Stefano Martella ha fatto illustrato le nuove tecnologie operatorie in campo **senologico**, meno invasive e demolitive rispetto al passato. Ha parlato dell'importanza del lavoro d'équipe, degli interventi conservativi, dell'aumento di possibilità di guarigione da un tumore mammario. Se nel 1900 erano pari al 5%, nel 2015 lo sono all'85%. Importanti sono anche le indagini del **DNA** per neoplasie mammarie e all'ovaio in casi di familiarità e le diagnosi precoci che tendono oggi ad abbassare la soglia dei primi controlli per le ragazze ai 25 anni. Il dottor Fabio Sanguineti ha parlato del binomio tumore più virus che genera **paura**. "*L'unico modo per sconfiggere la paura è la conoscenza*". Tutti gli specialisti intervenuti hanno sostenuto l'importanza del **vaccino** contro il Papilloma ed dello **screening**.

## **Paracelso ed Al Bano**

Il dottor Zurrada ha concluso il convegno ponendo l'attenzione sull'**educazione alimentare** che deve avere inizio fin dall'infanzia e ha citato le parole di **Paracelso**: *"Tutto è veleno e nulla esiste senza veleno. Solo la dose fa in modo che il veleno non faccia effetto"*. Il gran finale è stato affidato alla voce di **Al Bano** che, come testimonial, allietta i convegni di Eurama. Accompagnato al piano dal maestro **Alterisio Paoletti** ha intonato *"Nel sole"*, *"Va pensiero"*, *"Mattinata"*, *"Felicità"* e *"È la mia vita"*. Applausi, fotografie, autografi di rito per un evergreen della musica italiana nel mondo, in città per una nobile causa.

