

Tumore al seno: l'attività sportiva riduce il rischio di mortalità

Di **Marco Troisi** - 1 Mar, 2019



Tumore al seno: l'**attività fisica** sarebbe in grado di diminuire il rischio di morte di un quarto. Analoga riduzione anche per quanto riguarda i tumori al **colon retto**. Tuttavia, per ottenere questa diminuzione dei rischi, l'**esercizio fisico** dovrebbe essere effettuato per due ore e dieci minuti a settimana con una intensità moderata. Questi dati sono emersi da un convegno nazionale "La qualità di vita in oncologia", organizzato dalla Fondazione il Cancro.

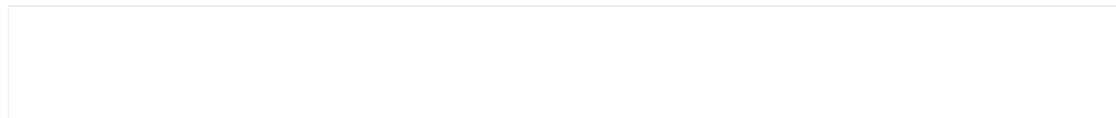
D'altronde lo **sport** può considerarsi un vero e proprio toccasana per il nostro organismo. Il discorso vale anche per i **pazienti oncologici**. Non è un caso che l'attività fisica sia considerata anche un rimedio per ridurre la fatigue, ovvero una delle condizioni piuttosto frequenti che derivano dalla chemioterapia. Seguendo queste indicazioni il rischio di mortalità correlato al tumore alla mammella e al 28% per il cancro al colon retto.

Cura dei tumori e qualità della vita

Uno degli obiettivi che si prefigge la **ricerca medica** è di preservare quanto più possibile la qualità di vita dei pazienti. In caso di tumore il paziente, per guarire o comunque per controllare la patologia, deve affrontare una serie di cure che presentano degli effetti collaterali che bisogna saper gestire.

D'altronde se non sempre si riesce a guarire da un tumore, sempre più spesso il paziente vive con la malattia per molto tempo, anche svariati anni: si va verso quindi la cronicità della **patologia oncologica**. Proprio per raggiungere in pieno questo traguardo, l'allungamento della vita dei pazienti oncologici deve andare di pari passo con l'obiettivo di preservare la qualità della vita degli stessi.

Gli ultimi dati dicono che solo nel nostro paese vi sono tre milioni di persone che convivono con un tumore. Il tasso di sopravvivenza è in aumento: più del 50% dei pazienti che ha una diagnosi di tumore soffre però degli effetti collaterali relativi ai farmaci che si usano, non solo sul piano fisico ma toccano anche la sfera psico-sociale.



Marco Troisi

<https://www.news24web.it/>