



## LA PREVENZIONE ETA' PER ETA'

Ogni fascia d'età e ogni tipo di tumore hanno caratteristiche diverse, che richiedono particolari controlli e accorgimenti.

Tempo di lettura: **9 minuti**

### Tra i 20 e i 40 anni

Se un tempo in questa fascia d'età i tumori femminili costituivano una rarità, oggi i risultati di diversi studi mostrano che le pazienti giovani sono in crescita rispetto al passato. In particolare, nelle donne tra i 20 e i 40 anni i tumori della mammella sembrano essere in aumento, come mostrano i dati ottenuti da un recente studio americano, pubblicati sulla rivista JCO Oncology Practice. I risultati in particolare hanno indicato un aumento, a partire dal 2004, di nuovi casi di cancro tra i 15 e i 39 anni di età, la maggior parte dei quali presenta metastasi già al momento della diagnosi.

Anche in questa fascia d'età è molto importante fare la cosiddetta prevenzione primaria, ossia adottare abitudini e comportamenti salutari per ridurre il rischio che insorga un tumore. Sappiamo che il cancro è causato da alterazioni nel patrimonio genetico di una cellula, che in genere devono coinvolgere più di un gene per costituire un pericolo concreto. Anche per questo motivo il tempo di latenza di un tumore, prima che dia segni e sintomi, può essere molto lungo. Ciò significa che i primi danni alla cellula possono avvenire già in età giovanile. Tuttavia, i processi di trasformazione tumorale possono essere bloccati sul nascere, per esempio dall'azione del sistema immunitario.

### Tra i 40 e i 50 anni

È tra i 40 e i 50 anni che si registra un significativo aumento dell'incidenza dei tumori femminili. In questo decennio - che con l'allungamento della vita media nei Paesi occidentali spesso corrisponde al

periodo più intenso nella vita di una donna - non bisogna abbandonare le buone abitudini in materia di prevenzione.

### Tra i 50 e i 60 anni

Dopo i 50 anni si verifica un picco di incidenza dei tumori femminili. Per questo motivo la prevenzione diventa ancora più importante. Questo decennio è anche quello durante il quale, più comunemente, si verifica la menopausa, un cambiamento importante per il corpo femminile, che va seguito con l'aiuto di un medico esperto. Contrariamente a quanto spesso si pensa, la menopausa non è un momento drammatico, ma solo una modificazione degli equilibri che, attraverso adeguati interventi e con abitudini e comportamenti salutari, può essere superata senza troppi disturbi.

### Oltre i 60 anni

Un tempo una donna di 60 anni era considerata anziana, ma le sessantenni di oggi sono attive, intraprendenti e piene di vita. È quindi ovvio che anche la medicina si sia adeguata a questi cambiamenti sociali positivi, raccomandando le misure di prevenzione dei tumori femminili anche alle persone nelle fasce di età più avanzate. Poiché questi sono anche gli anni nei quali è più frequente che compaiano tumori, la diagnosi precoce, attraverso la prevenzione secondaria, assume una rilevanza ancora maggiore. Il Pap test, il test per l'individuazione del sangue occulto nelle feci e la mammografia sono strumenti indispensabili di prevenzione secondaria: un tumore diagnosticato nelle fasi iniziali, anche in una persona molto anziana, può essere curato efficacemente senza lasciare sequele dolorose.

AIRC PER