



Studio italiano, cuore in salute aumenta longevitÃ anche dopo diagnosi di cancro

Descrizione

(Adnkronos) ?? Muoversi di piÃ¹, seguire unâ??alimentazione equilibrata, non fumare, controllare peso e pressione: le abitudini che proteggono il cuore si rivelano decisive anche dopo una diagnosi di tumore. Eâ?? quanto emerge da uno studio realizzato nellâ??ambito del progetto â??Umbertoâ??, condotto dalla piattaforma congiunta Fondazione Umberto Veronesi Ets-UnitÃ di ricerca di Epidemiologia e Prevenzione dellâ??Ircs Neuromed di Pozzilli (Isernia), in collaborazione con lâ??universitÃ Lum â??Giuseppe Degennaroâ?? di Casamassima (Bari). Pubblicata sullo â??European Heart Journalâ??, organo ufficiale della SocietÃ europea di cardiologia, la ricerca si basa sui dati dello studio â??Moli-saniâ??, uno dei piÃ¹ ampi studi di popolazione a livello internazionale, coordinato dallâ??UnitÃ di Epidemiologia e Prevenzione del Neuromed.

I ricercatori hanno seguito per 15 anni 779 adulti italiani, uomini e donne, che al momento dellâ??ingresso nello studio Moli-sani avevano giÃ avuto una diagnosi di tumore, valutando il loro stato di salute attraverso il punteggio Lifeâ??s Simple 7 (LS7). Si tratta di un indice sviluppato dallâ??American Heart Association â?? spiega una nota dallâ??Ircs Neuromed â?? che misura 7 classici fattori legati allo stile di vita e al rischio cardiovascolare: fumo, attivitÃ fisica, dieta, peso corporeo, pressione, colesterolo e glicemia. Attraverso questo strumento, i ricercatori hanno potuto valutare il grado di aderenza a comportamenti salutari da parte dei partecipanti con tumore e analizzarne lâ??impatto sul rischio di mortalitÃ totale. I risultati hanno indicato che chi manteneva abitudini piÃ¹ sane aveva un rischio di mortalitÃ inferiore del 38% rispetto a chi seguiva uno stile di vita poco salutare. Inoltre, ogni miglioramento di 1 punto nel punteggio LS7 era associato a una riduzione del 10% della mortalitÃ per cancroâ?•.

â??Il nostro studio â?? afferma Marialaura Bonaccio, primo autore del lavoro e co-principal investigator della piattaforma congiunta Fondazione Umberto Veronesi Ets-Ircs Neuromed presso lâ??UnitÃ di Epidemiologia e Prevenzione â?? mostra che un punteggio basato sui tradizionali fattori di rischio cardiovascolare, giÃ validato nella popolazione generale, puÃ² migliorare la sopravvivenza anche per chi ha una storia di tumore. Adottare abitudini salutari come seguire una dieta sana, praticare attivitÃ fisica e mantenere un peso corporeo adeguato rappresenta insomma un supporto concreto per chi ha affrontato o sta affrontando quella patologiaâ?•.

â??Quando nel progetto Umberto la componente â??dietaâ?? del punteggio LS7, che nella versione americana si basa su criteri generici di alimentazione sana, Ã" stata sostituita con lâ??aderenza specifica alla dieta mediterranea rimarcano i ricercatori â?? il legame tra comportamenti salutari e sopravvivenza Ã" risultato ancora piÃ¹ evidente, anche per la mortalitÃ dovuta a malattie cardiovascolari. Il modello alimentare tipico dei Paesi del Sud Europa (ricco di frutta, verdura, cereali integrali, legumi, pesce e olio extravergine dâ??oliva) si conferma cosÃ¬ un alleato fondamentale non solo per la salute del cuore, ma anche per il benessere delle persone che affrontano un tumoreâ?•.

Secondo lo studio, â??buona parte della relazione tra positiva tra buoni stili di vita e riduzione della mortalitÃ puÃ² essere spiegata da tre fattori biologici comuni alle malattie cardiovascolari e ai tumori: lâ??infiammazione subclinica, la frequenza cardiaca e i livelli di vitamina D nel sangue. Questi dati confermano lâ??esistenza di un terreno comune che lega le due condizioni patologicheâ?•. Commenta Maria Benedetta Donati, principal investigator della piattaforma congiunta Fondazione Veronesi-Neuromed: â??Questo studio conferma unâ??ipotesi scientificamente molto interessante, ovvero che malattie croniche apparentemente diverse, come i tumori e le patologie cardiovascolari, possano condividere basi biologiche e meccanismi di sviluppo e progressione comuni. In letteratura questa ipotesi Ã" nota come â??common soilâ??, cioÃ" un â??terreno condivisoâ?? di meccanismi molecolari e fattori di rischio o protezione da cui si sviluppano condizioni cliniche differentiâ?•.

â??I risultati â?? osserva Licia Iacoviello, responsabile dellâ??UnitÃ di Epidemiologia e Prevenzione del Neuromed e ordinario di Igiene allâ??universitÃ Lum di Casamassima â?? rafforzano lâ??idea che gli stili di vita salutari e la prevenzione primaria non servano soltanto a ridurre il rischio di sviluppare malattie croniche in persone sane, ma anche a migliorare la prognosi e la qualitÃ della vita di chi ha giÃ affrontato un tumore. Eâ?? un messaggio di salute pubblica che unisce due ambiti solo apparentemente distinti: quello cardiovascolare e quello oncologicoâ?•. Una visione ampia, come rimarca Chiara Tonelli, presidente del comitato scientifico di Fondazione Umberto Veronesi Ets, professore emerito di Genetica allâ??universitÃ degli Studi di Milano e presidente Federazione italiana scienze della vita (Fisv): â??Con questo studio si conferma lâ??importanza del progetto Umberto, che da sempre adotta un approccio integrato mettendo la persona al centro di uno stile di vita globale. Il progetto valorizza lâ??interconnessione tra dieta, attivitÃ fisica e altri comportamenti salutari, fondamentali per intervenire sui meccanismi comuni a malattie cardiovascolari e oncologicheâ?•.

â??

salute

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Dicembre 17, 2025

Autore

redazione

default watermark