Chi corre troppo Ã¨ piÃ¹ a rischio? Lo studio su runner e cancro al colon

Descrizione

default watermark

(Adnkronos) â??
Câ??Ã¨ un collegamento tra la maratona e il cancro al colon? Eâ?? la domanda che si Ã¨ posto un oncologo, Timothy Simmons, che ha sviluppato uno studio ad hoc dopo aver preso in cura 3 pazienti giovani nel 2019. Nellâ??arco di 6 mesi, come scrive il Washington Post, al medico si sono rivolti 2 trentenni e un quarantenne: nessuno presentava fattori di rischio, ma tutti erano â??runner estremamente prolificiâ?•, spiega il co-direttore del programma per i tumori gastrointestinali allâ??Inova Schar Cancer Center di Fairfax, in Virginia. I 3 pazienti partecipavano regolarmente a ultramaratone da 160 km, maratone e mezze maratone nel corso di un anno. Simmons e i suoi colleghi, quindi, hanno reclutato 94 ultramaratoneti di etÃ compresa tra 35 e 50 anni e hanno illustrato il lavoro in uno studio appena pubblicato online su Cancer Epidemiology.

Ognuno, tra i soggetti coinvolti, aveva portato a termine almeno 5 maratone e 2 ultramaratone: tutti si sono sottoposti a colonscopia con risultati â??piuttosto sorprendentiâ?•. Quasi la metÃ dei corridori presentava polipi. Alcuni di questi polipi potrebbero trasformarsi in cancro, ha spiegato Cannon, sebbene in moti casi questo non accada. Il 15% dei runner presentava adenomi di grandi dimensioni e in stadio avanzato, â??che rappresentano una fase molto piÃ¹ avanzata del percorso verso il cancroâ?• , ha aggiunto. Nessuno dei soggetti monitorati aveva un tumore al colon.

Il numero di adenomi, soprattutto polipi avanzati, era molto piÃ¹ alto di quello che si osserva normalmente nelle colonscopie di screening effettuate su soggetti adulti di circa 40 anni. â??Sembra esserci qualcosa di potenzialmente rilevanteâ?• negli ultramaratoneti, ha affermato Cannon. Lo studio non Ã¨ passato inosservato nella comunitÃ scientifica e nemmeno nellâ??ambiente degli ultrarunner. â??Ã? uno studio estremamente interessanteâ?•, ha affermato Amy S. Oxentenko, gastroenterologa presso la Mayo Clinic di Rochester, Minnesota, maratoneta ed ex presidente dellâ??American College of Gastroenterology. â??Si trattaâ?• perÃ² â??di uno studio molto piccolo e i risultati sono, nella migliore delle ipotesi, preliminari. I corridori non devono farsi prendere dal panico. Câ??Ã¨ ancora molto da capireâ?•, ha detto.

Eâ?? noto che la corsa e altre forme di esercizio fisico riducano il rischio di sviluppare il cancro al colon e altri tipi di tumore. Lâ??esercizio rotegge anche dalla recidiva del cancro al colon, secondo uno studio

del 2025. I pazienti sopravvissuti al cancro al colon che hanno completato un programma strutturato di tre anni â?? con sessioni di camminata veloce e allenamenti simili â?? avevano il 37% di probabilitÃ in meno di morire a causa di una successiva recidiva rispetto a chi non si era allenato dopo aver sconfitto la malattia.

Il professor Cannon, perÃ², ha evidenziato la specificitÃ dello sforzo richiesto allâ??organismo in unâ??ultramaratona. Il training e le gare richiedono un impegno prolungato, â??il corpo inizia a deviare il sangue dallâ??intestinoâ?•, ha detto Cannon, indirizzandolo invece verso i muscoli che lavorano in altre parti del corpo, soprattutto nelle gambe. Private di sangue e ossigeno, le cellule dellâ??intestino possono â??soffrireâ??, mentre la mucosa intestinale puÃ² diventare permeabile. Questo, secondo il medico, puÃ² produrre infiammazione e irritazione intestinale. Molti maratoneti e ultramaratoneti, riporta il Washington Post, riferiscono nausea, vomito, crampi, diarrea o sanguinamento rettale durante e dopo lunghe sessioni di allenamento e gare, ha affermato Cannon. Quindi, durante la successiva riparazione dei tessuti, le cellule dellâ??intestino possono iniziare a replicarsi rapidamente, aumentando le probabilitÃ di mutazioni e, in futuro, di possibili polipi.

default watermark

Tutti questi effetti, replicati in ogni allenamento estenuante e in ogni competizione, forniscono â??un meccanismo potenziale piuttosto chiaroâ?• che potrebbe spiegare come la corsa estrema, in teoria, contribuirebbe secondo Cannon ad aumentare il rischio di polipi e cancro al colon. â??Credo che ci sia un segnale quiâ?•, ha aggiunto. â??E merita attenzioneâ?•.

Lâ??oncologo e i suoi colleghi sono nelle fasi iniziali della pianificazione di uno studio di follow-up molto piÃ¹ ampio. Si punta a reclutare 300 ultramaratoneti e un gruppo di controllo di dimensioni simili. La ricerca prenderÃ in considerazione altri fattori (sesso, alimentazione, microbiota intestinale) per comprendere le interazioni tra i vari elementi e gli effetti sulla salute intestinale. I ricercatori vorrebbero anche studiare triatleti e ciclisti, per capire se sia la corsa estrema in sÃ©, o uno sforzo fisico estremo di qualsiasi tipo, a predisporre alla formazione di polipi.

â??

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione
Maggio 22, 2026
Autore
redazione