Cancro endometriale: il ruolo predisponente della sindrome metabolica

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Commento a:
Pérez-Martín AR, Castro-Eguiluz D, Cetina-Pérez L, Velasco-Torres Y, Bahena-González A, Montes-Servín E, González-Ibarra E, Espinoza-Romero R, Gallardo-Rincón D.
Impact of metabolic syndrome on the risk of endometrial cancer and the role of lifestyle in prevention
Bosn J Basic Med Sci. 2022 Feb 27. doi: 10.17305/bjbms.2021.6963. Online ahead of print

Descrivere la correlazioni biologiche ed epidemiologiche fra sindrome metabolica e cancro endometriale, e illustrare il ruolo degli stili di vita nella prevenzione di questa forma di tumore: è questo l'obiettivo della review coordinata da Alejandra Rocío Pérez-Martín e collaboratori, dell'Instituto Nacional de Cancerología (INCan) a Città del Messico.
Il **cancro endometriale** è diffuso soprattutto nei Paesi ad alto reddito, in cui l'alimentazione è ricca di grassi. La **sindrome metabolica** è caratterizzata da adiposità centrale, iperglicemia, ipertensione arteriosa e dislipidemia aterogena.
Lo studio è stato condotto su **123 studi** pubblicati in PubMed. Da essi emerge che l'adiposità viscerale comporta **infiammazione cronica** del tessuto adiposo e **insulino-resistenza**, che a loro volta contribuiscono alla formazione di **un ambiente ideale** per lo sviluppo del cancro endometriale.
Stili di vita corretti possono prevenire la sindrome metabolica e quindi, indirettamente, l'insorgere del cancro. Sono in particolare decisivi:
- l'**alimentazione**, che dovrebbe basarsi prevalentemente sul consumo di frutta, verdura, cereali integrali e legumi, e limitare al massimo i cibi ultra-lavorati, come per esempio le bevande analcoliche gassate, gli snack confezionati, la margarina, i cereali da colazione zuccherati, le zuppe e i dessert istantanei, i piatti pronti a base di carne, formaggio, pasta e pizza;
- il **movimento fisico** quotidiano.
Lo studio raccomanda:
- che le donne colpite da sindrome metabolica siano sottoposte a terapie tempestive e a **screening** per il cancro endometriale;
- che siano messi a punto **trial clinici** specificamente mirati a documentare i benefici degli stili di vita nella prevenzione di questo tumore.