Inibitori dell'aromatasi dopo cancro al seno: i benefici del movimento fisico sulla qualitÃ di vita

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

Paulo TRS, Rossi FE, Viezel J, Tosello GT, Seidinger SC, Simões RR, de Freitas R Jr, Freitas IF Jr.
The impact of an exercise program on quality of life in older breast cancer survivors undergoing aromatase inhibitor therapy: a randomized controlled trial
Health Qual Life Outcomes. 2019 Jan 18; 17 (1): 17. doi: 10.1186/s12955-019-1090-4

Valutare i benefici del movimento fisico sulla qualità di vita delle donne anziane colpite da cancro al seno e curate con inibitori dell'aromatasi: è questo l'obiettivo dello studio coordinato da Thais R.S. Paulo, della State University di San Paolo, Brasile.

La ricerca è stata condotta su:

- 18 donne sottoposte a uno specifico programma di **attività fisica aerobica e di resistenza**, tre volte la settimana;
- 18 controlli.

La **qualità della vita** è stata misurata:

- con i questionari SF36, EORTC QLQ-C30 e EORTC QLQ-BR23;
- alla baseline e a 3, 6 e 9 mesi.

Il gruppo sottoposto ad esercizio ha mostrato **significativi miglioramenti** in termini di funzionamento fisico, salute generale, percezione del dolore, benessere soggettivo, vitalità, funzionamento sociale, affaticabilità, qualità del sonno, immagine corporea e stress correlato alla caduta dei capelli.

Lo studio conferma quindi l'importanza di prevedere **specifici programmi di allenamento** per le donne anziane colpite da cancro al seno e sottoposte a terapia con inibitori dell'aromatasi.

Â© 2019 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org