Cancro al seno: ruolo predisponente dell'obesitÃ e della cattiva alimentazione

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

Becaria Coquet J, Caballero VR, Camisasso MC, González MF, Niclis C, Román MD, Muñoz SE, Leone CM, Procino F, Osella AR, Aballay LR.
Diet quality, obesity and breast cancer risk: an epidemiologic study in Córdoba, Argentina
Nutr Cancer. 2019 Sep 27:1-10. doi: 10.1080/01635581.2019.1664601. [Epub ahead of print]

Valutare la correlazione fra qualità dell'alimentazione, peso corporeo e incidenza del cancro al seno: è questo l'obiettivo dello studio coordinato da Julia Becaria Coquet ed espressione della Universidad Nacional de Córdoba, Argentina.

Il cancro della mammella è una patologia multifattoriale, e alcuni fattori legati agli stili di vita determinano un aumento del rischio.

Lo studio è stato condotto nella provincia di Córdoba, dal 2008 al 2016, su 346 casi e 566 controlli. La qualità della dieta è stata verificata attraverso **un punteggio a tre valori** (0, 0.5, 1) assegnato a 15 diversi componenti alimentari: punteggi più elevati corrispondevano a una minore aderenza alle raccomandazioni dietetiche e a **un maggiore potenziale infiammatorio**.

Questi, in sintesi, i risultati:

- il punteggio medio è stato di 6.86;
- il 20 per cento delle partecipanti è risultato essere obeso;
- per ciascuna unità di incremento del punteggio dietetico nel gruppo delle donne obese, si è osservato **un aumento del 39 per cento del rischio di cancro al seno**.

Le donne obese con un'alimentazione di bassa qualità hanno dunque **un altissimo rischio** di sviluppare un cancro al seno. Si tratta di un risultato estremamente significativo che deve ispirare le strategie preventive, ma anche una precisa assunzione di responsabilità di ogni donna verso la propria salute.