

InBici

Rivista per ciclisti, InBici Magazine, Passione sui Pedali

LA BICI, STRUMENTO PRIMARIO PER PREVENIRE IL TUMORE AL SENO: ECCO BICINROSA

· Monday, October 22nd, 2018

Si svolgerà domenica 28 ottobre a Roma Bicinrosa, la pedalata turistica non competitiva di sensibilizzazione e raccolta fondi per la ricerca contro il tumore al seno. La pedalata, che prenderà il via alle ore 11 dallo stadio Nando Martellini delle Terme di Caracalla, ha già riscosso un buon successo di partecipanti lo scorso anno, anche in virtù della sua collocazione fortunata (ottobre è il “mese rosa”, dedicato alla sensibilizzazione sulla tematica), e anche quest’anno si prospetta come un evento molto importante.

Il messaggio di Bicinrosa è il seguente: la bicicletta, mezzo di trasporto “salutare” per eccellenza, è anche uno strumento “primario” per prevenire il carcinoma mammario. A spiegarcelo è il **professor Vittorio Altomare**, responsabile dell’Unità di Senologia del Policlinico Universitario Campus Bio-Medico di Roma: *“Noi spesso parliamo di prevenzione, perché con degli accurati controlli periodici possiamo contrastare i tumori al seno ed intervenire per tempo sul carcinoma mammario. Ma la prevenzione, i controlli periodici, sono uno strumento secondario per combattere il tumore al seno. Bisogna agire più a monte, sullo stile di vita e sull’ambiente che ci circonda”*.

Ed è da qui che nasce la bicicletta come mezzo di trasporto ideale e strumento primario per prevenire il tumore al seno: *“Le cause primarie sono da ricercare nell’ambiente in cui viviamo e nello stile di vita. La bicicletta è un mezzo ecologico, non inquina: e noi sappiamo bene che l’inquinamento, purtroppo, è una delle cause primarie che portano il tumore al seno. Muoversi in bicicletta non inquina: ed è da qui, con la speranza che un giorno il mondo possa essere sempre più a misura di bicicletta, che dobbiamo iniziare a muoverci. Far sì che le città diventino sempre più ciclabili è molto importante, perché migliorare l’aria che respiriamo può scongiurare il formarsi di carcinomi”*.

Un occhio di riguardo deve essere rivolto anche all’alimentazione: *“Uno stile di vita sano – prosegue il professor Altomare – e un’alimentazione sana sono alla base della prevenzione. La bicicletta è sinonimo di uno stile di vita sano, ma chiaramente da solo non basta: un grande occhio di riguardo deve essere rivolto anche a ciò che mangiamo”*.

L’Università Campus Bio-Medico di Roma, struttura di eccellenza nella ricerca sui tumori al seno, ha rilasciato dei numeri molto interessanti riguardo l’incidenza del cancro al seno.

L'aumento del peso corporeo e l'inattività fisica, il fumo e l'alimentazione non corretta (oltre a età, familiarità, fattori genetici e ormonali) sono tra i fattori di rischio che possono incidere fino al 33% dei casi di carcinoma mammario, ancora oggi prima causa di morte tra le donne e tumore più diffuso con oltre 50mila nuovi casi in Italia nel 2017 (fonte: Associazione Italiana dei Registri Tumori). A livello femminile, inoltre, il 41% dei tumori che colpiscono le donne tra zero e 49 anni riguarda proprio la mammella, e la tendenza ad ammalarsi di tumore al seno è in crescita.

Domenica 28 ottobre, quindi, tutti a pedalare contro il tumore al seno, dove nessuno perde e tutti vincono. Per iscriversi e per donare è possibile visitare il sito www.bicinrosa.it

L'evento è promosso dall'**Università Campus Bio-Medico di Roma**, in collaborazione con l'**Associazione Amici dell'Università Campus Bio-Medico di Roma Onlus** e con la **Rappresentanza in Italia della Commissione europea**. L'organizzazione operativa è seguita dalla **Breast Unit del Policlinico Campus Bio-Medico** diretta dal prof. Vittorio Altomare con il supporto tecnico-organizzativo di **Europe Direct Roma Innovazione** e di **ASD Ciclismo Lazio**.

A cura di Carlo Gugliotta per InBici Magazine

This entry was posted on Monday, October 22nd, 2018 at 7:48 pm and is filed under [G News](#), [Top News](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.