

Alimentazione e genesi tumorale

Salute e Benessere

Inviato da : Adriana Abussi

Pubblicato il : 14/6/2024 10:00:00

Un intervento di tipo comportamentale può migliorare il consumo di frutta e verdura nelle donne con cancro al seno.



Numerosi studi scientifici indagano il legame fra l'alimentazione e la genesi tumorale: alcune ricerche si sono focalizzate sul ruolo della dieta nella prevenzione del cancro al seno e anche su come l'alimentazione giusta può aiutare a guarire soprattutto in caso di questo tipo di tumore.

Migliorare l'alimentazione è fondamentale per il benessere e lo è ancora di più quando si è malati: ma come fare per cambiare in meglio le proprie abitudini alimentari?

È proprio questa la domanda che si sono posti alcuni ricercatori della *Federal University of Santa Catarina* in Brasile: nel loro studio pubblicato sulla rivista *Journal of Nutrition Education and Behavior* si evidenzia come per migliorare il consumo di frutta e verdura in donne con tumore al seno è necessario un intervento di tipo comportamentale.

Nello studio in questione fra il 2010 e il 2011 sono state reclutate 18 donne con cancro al seno e 75 sempre malate che hanno costituito il gruppo di controllo. Alle donne del gruppo di controllo non è stato inviato alcun materiale particolare per sensibilizzarle alla corretta alimentazione, mentre a 18 donne sono state fatte telefonate ed è stato inviato materiale che le invitava ad assumere più frutta e verdura e meno carne rossa. Il peso corporeo non è variato nelle donne di nessuno dei due gruppi, ma le 18 donne del gruppo di intervento hanno

evidenziato un aumento nel consumo di frutta e verdura nettamente superiore alle altre.Â

Â