

INCENTIVARE IL CONSUMO DI FRUTTA E VERDURA NELLA PREVENZIONE PRIMARIA DEL CANCRO DEL COLON-RETTO: UNA SFIDA ANCORA APERTA



Mendes M.C.¹, D'Argenzio A.¹, Sessa A.¹, Perciaccante M.¹, D'Angelo A.¹, Buonocore R.²

1: U.O.C. Monitoraggio Ambientale e Registro Tumori; 2: Scuola di Specializzazione di Igiene e Medicina Preventiva, Università Federico II di Napoli

Obiettivi

In Italia ogni anno si registrano circa 35-40.000 nuovi casi di cancro del colon-retto, con circa 18.000 decessi, e tassi superiori nell'Italia centro-settentrionale rispetto al meridione. Il tumore colpisce maggiormente gli uomini rispetto alle donne, anche se le differenze si sono assottigliate negli ultimi anni.

La prevenzione primaria, intesa come corretto stile di vita, riveste un ruolo di comprovata efficacia nel ridurre il rischio di ammalarsi di tumore del colon-retto. In particolare, numerosi studi epidemiologici evidenziano l'importanza, nella prevenzione di questa neoplasia, di una dieta con adeguato introito di frutta e verdure a foglie verdi (spinaci, broccoli, asparagi e lattuga), ricche di folati.

Scopo del presente lavoro è stimare il consumo di frutta e verdura nella popolazione di 18-69 anni, residente nel territorio della ASL di Caserta.

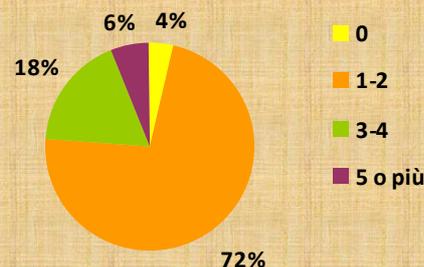
Materiali e metodi

L'attitudine al consumo di frutta e verdura è stata stimata attraverso i dati del sistema di sorveglianza PASSI che, nell'ambito della valutazione degli stili di vita della popolazione, indaga anche l'adesione alle raccomandazioni internazionali, che prevedono il consumo di almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno (five-a-day).

I dati riportati fanno riferimento alla rilevazione dell'anno **2010**, effettuata su un campione di **230** intervistati di entrambi i sessi e di età compresa fra 18-69 anni, residenti nel territorio della ASL di Caserta.

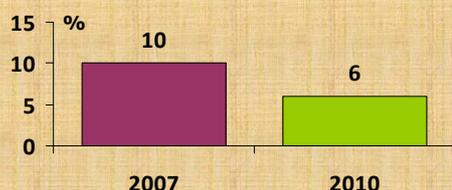
Risultati

La stragrande maggioranza degli intervistati o non mangia affatto frutta e verdura (**3,9%**) o ne mangia, al massimo, due porzioni al giorno (**72,2%**). Solo il **5,7%** riferisce di aderire al five-a-day. Non emergono differenze statisticamente significative relativamente al sesso, all'età, al livello di istruzione e alle difficoltà economiche.

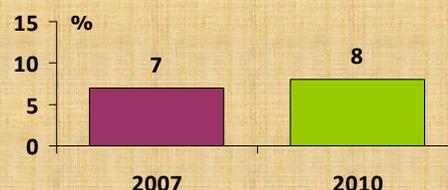


Da sottolineare che, rispetto alla rilevazione del 2007 (9,5%), **la percentuale di persone aderenti al five-a-day si è ridotta notevolmente**, a fronte di una crescita del consumo di frutta e verdura registrata a livello regionale (dal 7% del 2007 all'8% del 2010).

5-a-day ASL Caserta



5-a-day Campania



E' evidente che, malgrado le numerose campagne informative, la consapevolezza della necessità di adottare stili di vita salutari non è ancora adeguatamente radicata nella popolazione della ASL di Caserta. Ciò è tanto più grave se si considera che nel territorio della ASL di Caserta, l'economia rurale ha sempre avuto un ruolo di spicco, garantendo un'ampia diversificazione, anche stagionale, di prodotti agricoli e la possibilità di consumo a impatto chilometrico zero.

E', dunque, impellente la necessità di attuare interventi volti ad informare e sensibilizzare la popolazione relativamente ai benefici derivanti dall'adesione al five-a-day, non solo per la prevenzione del cancro del colon-retto, ma, in generale, di tutte le patologie cronicodegenerative.

In questo senso, fermo restando il ruolo preminente delle ASL, va comunque ribadito che, per raggiungere efficacemente la popolazione, è necessario perseguire una "politica di alleanze", coinvolgendo una pluralità di enti, associazioni ed imprese attraverso protocolli di intesa che perseguano obiettivi concreti.

Conclusioni