

Direzione comunicazioni

Prot. 4955

Ascoli Piceno, 4 ottobre 2021

COMUNICATO STAMPA

Al via il mese rosa dedicato alla prevenzione del tumore al seno

Ottobre è da sempre il mese dedicato alla prevenzione del tumore al seno. I dati di questa patologia sono sempre più allarmanti. Secondo quelli riportati dalla Fondazione Umberto Veronesi il carcinoma della mammella è stato il tumore più frequentemente diagnosticato nel 2020: 54.976, che corrispondono al 14,6% di tutte le nuove diagnosi effettuate nel corso dello scorso anno. Circolo Acli Oscar Romero, U.S. Acli Marche e Teatro delle Foglie invitano le donne di ogni età a praticare attività fisica, in considerazione del fatto che vari studi scientifici hanno evidenziato l'importanza della pratica sportiva come strumento di prevenzione. Sono oltre 70 gli studi che riguardano il cancro del seno e il movimento. L'attività fisica fa sempre bene, sia prima sia dopo la menopausa, ma è la pratica sportiva intensa durante l'adolescenza che sembra fornire la massima protezione. Secondo gli esperti, la protezione deriva dal fatto che lo sport abbassa i livelli degli ormoni femminili e dei fattori di crescita legati all'insulina, che hanno un ruolo importante nello sviluppo del cancro del seno. Tra le attività fisiche viene proposto lo yoga i cui corsi sono stati avviati ad Ascoli, San Benedetto e Pagliare del Tronto nello scorso mese di settembre. Secondo una ricerca condotta dall'Università del Texas la pratica dello yoga potrebbe aiutare a diminuire i livelli di cortisolo nelle donne affette da cancro al seno durante le terapie anticancro. La ricerca ha coinvolto 191 donne con carcinoma mammario e dai suoi risultati è emerso che le donne che praticavano yoga hanno mostrato un miglioramento nella capacità di impegnarsi nelle attività quotidiane e una migliore salute generale. La maggior parte dei centri oncologici statunitensi del National Cancer Institute non solo includono informazioni sullo yoga sui loro siti web ma offrono corsi in loco. Da un recente studio, inoltre, è emerso che circa un "cancer survivor" su 10 ha almeno provato lo yoga. A Pagliare il corso si svolge presso Danzarte in via 8 Marzo 18 il lunedì ed il giovedì alle ore 9 ed il venerdì alle ore 21 ed andrà avanti fino al 20 maggio 2022. A Porto d'Ascoli, presso l'Hotel Quadrifoglio (sala maestrale, terzo piano) in via Pasubio 50, il corso è strutturato in 2 orari: il martedì alle ore 21 ed il venerdì alle ore 19 ed andrà avanti fino al 20 maggio 2022. Ad Ascoli il corso si svolge presso la Palestra Phisiko Restyle Gym in via dell'aspo 62 ogni sabato dalle ore 9 alle ore 10.

Le lezioni sono tenute dall'insegnante Eugenia Brega e durano un'ora ciascuna.

Per informazioni ed iscrizioni si può contattare il numero 3442229927.

