

# Fondamentali prevenzione e stili di vita corretti

## LA STRATEGIA

**P**revenzione e stili di vita corretti sono acerrimi nemici dei tumori all'apparato urogenitale, come conferma Angelo Porreca, direttore dell'Unità operativa complessa di Urologia Oncologica dello Iov. «Effettuare diagnosi precoci - annota - e seguire abitudini sane, come fare attività fisica e scongiurare l'obesità, sono fondamentali per sconfiggere il cancro alla prostata e alla vescica. Per individuare il primo si parte da un prelievo di sangue per accertare i livelli di un marcatore, il Psa. Ma non è detto che, se troppo alto, indichi la presenza di malattia, o, se è basso, scongiuri la sua presenza. Diciamo che il referto va interpretato dall'urologo, che effettua la visita in funzione dei sintomi e dell'età del paziente, per decidere se è necessario un approfondimento con l'esplorazione rettale, o con una biopsia mirata. Importante è che vengano fatti i controlli, soprattutto se ci sono fattori di rischio, come la presenza di un parente di primo grado colpito da questa patologia. In caso di intervento oggi, grazie alla robotica, continenza e sessualità vengono conservate. E la percentuale di successo è al 90%».

La diagnosi precoce del tumore al testicolo, invece, si fa con l'autopalpazione. «Dovrebbe essere un'abitudine, anche tra i più giovani», suggerisce Porreca - controllare se ci siano noduli. La prognosi, infatti, è legata alla tempestività: prima si interviene, più presto si guarisce, evitando metastasi». Infine, riguardo al cancro alla vescica, in aumento tra le donne, lo specialista conclude: «Il fumo è il primo fattore di rischio. Poi non va sottovalutata la presenza di sangue nelle urine: al minimo segnale vanno fatti gli accertamenti, perché la diagnosi precoce evita interventi demolitivi».

Ni.Co.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**DIAGNOSI PRECOCE ED ESAMI DI ROUTINE AIUTANO AD AVERE GUARIGIONI IN UN NUMERO SEMPRE PIÙ ALTO DI CASI**

