

PREVENZIONE DEL TUMORE DELLA PROSTATA

Dott.ssa L. Giambroni

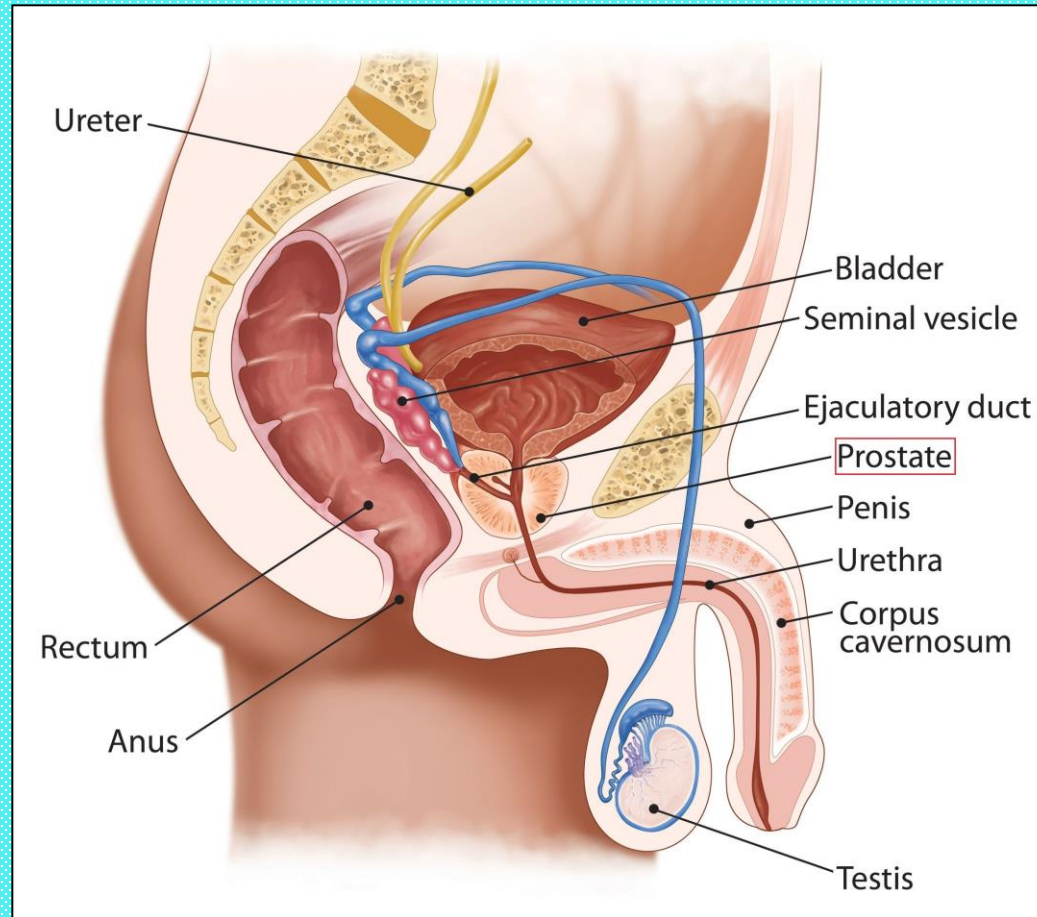
UO Urologia – ASST Spedali Civili di Brescia

Università degli Studi di Brescia – Direttore: Prof. C. Simeone

VIII Convegno del C. U. G.

Brescia, 9 Marzo 2017

DOV'E' LA PROSTATA?



LA PROSTATA

Che cosa fa?

- ✓ E' una ghiandola sessuale secondaria fondamentale per la riproduzione

Di che cosa si ammala?

- ✓ Iperplasia prostatica benigna
- ✓ Prostatite (infezione e infiammazione)
- ✓ Cancro: - 20% di tutti i tumori di nuova diagnosi
 - Il causa di morte dopo il carcinoma polmonare
 - In Italia 15.000 nuovi casi l'anno
 - Probabilità di ammalarsi ↑ con l'età (40-50 anni: 1/50 - >70 1/8)

CONSIGLI PER IL BENESSERE DELLA PROSTATA

STILE DI VITA CORRETTO



- ✓ Attività fisica
- ✓ Regularizzare la funzione intestinale
- ✓ Mantenere un'attività sessuale regolare
- ✓ Bere almeno 2 litri di acqua al giorno

ALIMENTI CONSIGLIATI

- ✓ Vitamina A (carote, albicocche, spinaci, broccoli)
- ✓ Vitamina C (ribes, kiwi, agrumi, fragole)
- ✓ Vitamina E (olio oliva, oli vegetali, germe di grano)
- ✓ Licopene (pomodori rossi)
- ✓ Selenio (noci, tuorlo d'uovo)
- ✓ Zinco (noci, fegato, carni rosse)
- ✓ Manganese (cereali integrali, tè nero, verdure a foglie verdi)

CONSIGLI PER IL BENESSERE DELLA PROSTATA

STILE DI VITA DA EVITARE



- ✓ Sedentarietà
- ✓ Sovrappeso/obesità

ALIMENTI SCONSIGLIATI

- ✓ Birra, superalcolici, caffè
- ✓ Insaccati, formaggi grassi
- ✓ Spezie, pepe, peperoncino, cioccolato
- ✓ Pesci grassi, molluschi, frutti di mare, crostacei

FATTORI DI RISCHIO CARCINOMA PROSTATA

Quali sono i fattori di rischio?

- ✓ Sesso maschile!
- ✓ Razza
- ✓ Età: 90% over 60
- ✓ Familiarità: 2,5 volte più frequente se è affetto il genitore o un fratello
- ✓ Infiammazione cronica (malattie sessualmente trasmissibili)
- ✓ Alimentazione: grassi saturi, latticini, carni rosse e alcool
- ✓ Attività sessuale
- ✓ Fumo
- ✓ Esposizione professionale a cadmio, alcuni coloranti e fertilizzanti
- ✓ Sedentarietà

LA PREVENZIONE DEL CARCINOMA PROSTATICO?

✓ Soia



✓ Licopene



✓ The verde



✓ Vitamina E



✓ Selenio

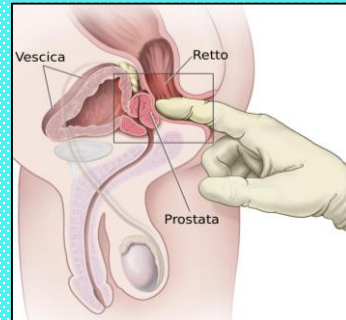
✓ Attività fisica



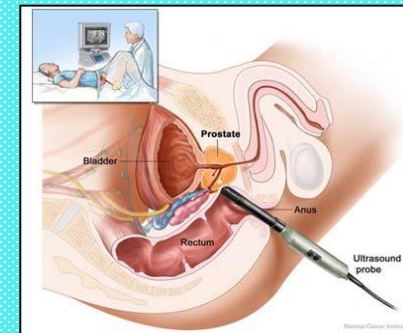
LA PREVENZIONE- LO SCREENING ?

- ✓ PSA (0-4 ng/mL): - dopo i 50 anni
 - intorno ai 40 anni se familiarità
 - **se disturbi urinari**

- ✓ Esplorazione rettale



- ✓ Ecografia prostatica trans-rettale



- ✓ Biopsia prostatica

