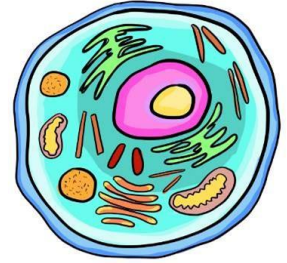


I TUMORI



***gruppo Iaria Alessandro, Zambruno Alessandro,
Railean Dumitru, De Bartolo Daniele 2Es***

Cosa sono i tumori?

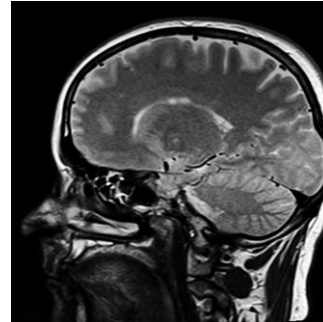
Un tumore è una crescita anomala e incontrollata delle cellule del nostro corpo, esse formano una massa di tessuto chiamata Neoplasia.

I tumori possono essere di 2 tipi principali benigni (non cancerogeni) e maligni (cancerogeni); quest'ultimi hanno la capacità di invadere i tessuti attraverso i vasi sanguigni o il sistema linfatico, questo processo è noto come metastasi; mentre i tumori benigni creano degli ammassi di cellule delimitati e che quindi non si espandono più del dovuto; ed a differenza di quelli maligni una volta rimossi non tendono a ricomparire

Quali sono i 3 tipi di prevenzione?

Esistono 3 tipi di prevenzione di un tumore:

- 1. Prevenzione primaria: Evitare che la malattia si sviluppi quindi avendo ad esempio uno stile di vita sano ed altro.**
- 2. Prevenzione secondaria: Se la malattia è già stata sviluppata scoprirla per prevenire che si espanda.**
- 3. Prevenzione terziaria: Gestire la malattia e ridurre i danni che può causare.**



Tumori e Alcol

Come l'alcol favorisce i tumori?

- **Trasformazione in acetaldeide, sostanza tossica e cancerogena.**
- **Danni al DNA delle cellule, aumentando il rischio di mutazioni.**
- **Infiammazione cronica e indebolimento del sistema immunitario.**

Tumori associati al consumo di alcol

- **Bocca, gola ed esofago**
- **Fegato**
- **Mammella (nelle donne)**
- **Colon e retto**

Tumori e Alcol

Fattori di rischio aggiuntivi

- **Quantità di alcol consumata: maggiore è il consumo, maggiore è il rischio.**
- **Durata del consumo: più anni si beve, più aumentano i danni.**

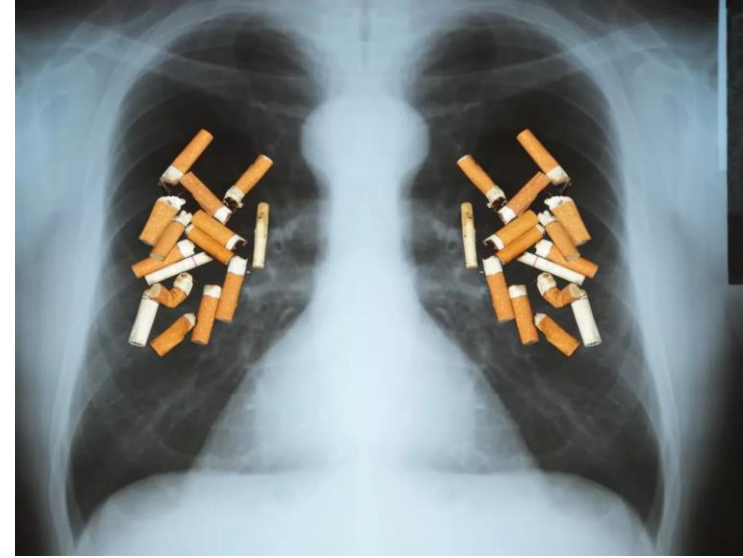
Prevenzione

- **Limitare il consumo di alcol o evitarlo del tutto.**
- **Seguire una dieta equilibrata ricca di frutta e verdura.**
- **Evitare il fumo, che potenzia gli effetti dannosi dell'alcol.**
- **Controlli medici regolari, soprattutto per chi ha una storia familiare di tumori.**

I Tumori e le sigarette

Secondo l'Organizzazione mondiale della sanità, il fumo di sigaretta, ogni anno nel mondo a causa del tabacco perderebbero la vita sei milioni di persone.

- **Il fumo di sigaretta, è considerato un fattore di rischio per 17 tumori.**
- **Al primo posto c'è il **tumore del polmone**, per cui il fumo è considerato la causa di otto tumori su dieci.**
- **Il mix di composti cancerogeni che si sprigiona dalle sigarette è infatti in grado di modificare il Dna.**



I Tumori e il cibo

Il cibo può avere un ruolo significativo nella prevenzione e nello sviluppo dei tumori. Alcuni alimenti, come frutta, verdura e cereali integrali, sono ricchi di antiossidanti e nutrienti che possono aiutare a proteggere le cellule dai danni e ridurre il rischio di sviluppare tumori. Al contrario, un consumo eccessivo di cibi ricchi di grassi saturi, carni rosse e lavorate, o cibi troppo trasformati, è stato associato a un aumento del rischio di alcuni tipi di cancro, come quello del colon-retto. Inoltre, l'alcol e il fumo sono fattori di rischio noti. Una dieta equilibrata, ricca di alimenti freschi e povera di cibi industriali, può contribuire a mantenere un buono stato di salute e a ridurre il rischio di tumori.



***GRAZIE PER LA
VISIONE***

