



Publicato Martedì, 09 Dicembre 2014

S. CATALDO. Lotta ai tumori: al Liceo d'Arte "Juvara" gli studenti incontrano specialisti in medicina e nutrizione

Se alimentazione significa prevenzione

SAN CATALDO. Sabato, presso il Liceo d'Arte "F. Juvara" di San Cataldo, si è svolto l'incontro tra gli alunni frequentanti le classi 3°, 4° e 5° e specialisti in medicina e nutrizione. L'incontro ha rappresentato il contributo del Lions Club al "Progetto Martina": iniziativa finalizzata alla lotta contro il tumore.

Ad aprire la conferenza è stato il presidente del Lions Club Caltanissetta dei Castelli, dott. Filippo Bellavia, che ha narrato la storia di Martina: giovane colpita da tumore alla mammella la quale trascurò un piccolo nodulo al seno, sino a quando fu troppo tardi per effettuare qualsiasi intervento che potesse salvarle la vita. Compreso ormai il suo amaro destino, Martina espresse come ultimo desiderio quello di informare i giovani sulla necessità di attenersi ad un corretto stile di vita al fine di prevenire il tumore e sull'importanza della diagnosi precoce.

Dopo la presentazione del progetto, ha preso la parola il dott. Giuseppe

Nicosia, specialista in Educazione alimentare che, attraverso una serie di slide, ha mostrato l'importanza della scelta del cibo al fine di mantenere uno stato di salute quanto migliore possibile. Ricordando che "noi siamo ciò che mangiamo", ha spiegato ai ragazzi quella che viene definita "piramide alimentare", specificando quali sono i cibi che dobbiamo mangiare tutti i giorni e quali dovremmo assumere raramente.

È stata poi la volta del dott. Carlo Privitera, specialista in Chirurgia, che ha parlato ai ragazzi di tumore alla mammella, spiegando come si effettuano i controlli preventivi, attraverso il metodo dell'auto-palpazione, per una eventuale diagnosi precoce, e quali tipi di esami vanno effettuati qualora si riscontrino qualche anomalia. Anche il dott. Privitera ha sottolineato l'importanza di attenersi ad un'alimentazione sana, povera di grassi e ricca di frutta e verdura.

È stata poi la volta del dott. Giovan-



ni Fulco, specialista in Medicina Interna e dirigente medico dell'ospedale S. Elia, che ha parlato del melanoma. Tra le principali raccomandazioni fatte ai ragazzi, oltre a quella di usare creme solari protettive, ad evitare di esporsi al sole durante le ore più calde in estate, ha sottolineato che, anche contro questo tumore il cibo può salvarci, consigliando di mangiare regolarmente cibi ricchi di beta-carotenoidi come

carote e frutti rossi in genere.

Ha concluso l'incontro il dott. Giuseppe D'Anna, specialista in Medicina generale e presidente della F. I. M. M. G., che ha parlato di tumore ai testicoli e, anche in questo caso, di metodi di palpazione da effettuare autonomamente e con cicli periodici allo scopo di intervenire tempestivamente in caso dovesse sorgere qualche anomalia. Sempre il dott. D'Anna ha continuato la relazione spiegando ai giovani studenti come prevenire il tumore al collo dell'utero.

I ragazzi, attenti a tutte le spiegazioni, hanno mostrato vivo interesse. Alla fine dell'incontro ai ragazzi è stato chiesto di compilare un questionario, già inviato al coordinamento nazionale del Club Lions, al fine di stilare una statistica sulle conoscenze che hanno i giovani riguardo la prevenzione dei tumori ed altri dati che serviranno per migliorare non solo il servizio informativo, ma i metodi stessi di lotta al cancro.

Iniziativa Lions

Il club service porta avanti il «Progetto Martina» finalizzato alla prevenzione dei tumori

Gli alunni fanno i giornalisti

Mazzarino. Al Comprensivo sarà realizzato il giornalino «liber@mente»

