



“Bicinrosa” è una manifestazione sportiva amatoriale che mira a sensibilizzare le donne e la popolazione sull’importanza della prevenzione e cura del tumore al seno.

È un’iniziativa a cura della Breast Unit della Fondazione Policlinico Universitario Campus Bio-Medico, in concomitanza con la Giornata Mondiale della Salute.

Per informazioni alla stampa:
UfficioStampa@policlinicocampus.it

Per partecipare all’evento o contribuire con un donativo:
sostienici.unicampus.it

30
TRENTESIMO ANNIVERSARIO



FONDAZIONE
POLICLINICO UNIVERSITARIO
CAMPUS BIO-MEDICO

Roma, domenica 7 aprile 2024



**Nessuno perde.
Tutti vincono!**

Settima Edizione

info su: www.bicinrosa.it



operativo presso il





**Non è una gara.
Nessuno perde.
Tutti vincono!**

**ISCRIVITI
ANCHE TU!**



PERCORSO

Via Antonina
Viale delle Terme di Caracalla
Piazza del Colosseo
Foro Traiano
Via Antonina

Ore 10,00: ritrovo presso
Stadio Nando Martellini via Antonina

Ore 11,30: partenza

Ore 12,00: arrivo

Nel 2023 i nuovi casi di tumore al Seno in Italia sono stati circa 55.900, con un incremento dello 0,5% rispetto al 2020. Il tumore della mammella è la patologia neoplastica a più alta prevalenza tra le donne (834.154 casi, il 43% del totale) seguito dal tumore del colon retto, della tiroide e dell'endometrio. Basti pensare che ad oggi in Italia 834.000 donne ha una diagnosi di tumore della mammella. **Questo numero non è solo dovuto ad un aumento dell'incidenza della patologia ma anche per una elevata sopravvivenza e riduzione della mortalità.** In particolar modo, nel 2020 si è osservata una riduzione del 6,4% dei decessi rispetto al 2015.

Il rischio di ammalarsi di tumore al seno aumenta con l'avanzare degli anni, nella fascia di età più a rischio 50-69 anni è del 5,4% (1 donna su 18). Fattori di rischio come l'elevato consumo di alcool, l'obesità e la sindrome metabolica, associati a sedentarietà e diete ipercaloriche ricche di grassi e carboidrati semplici, aumentano in maniera significativa il rischio di ammalarsi di tumore al seno.

L'indicazione è dunque di praticare regolare attività fisica, aggiungendo alla classica camminata quotidiana anche un impegno ulteriore in palestra, in bicicletta, in piscina, nella corsa, nel ballo o in qualsiasi attività sportiva di proprio gradimento.

La prevenzione del tumore al seno passa anche attraverso lo stile di vita. Un'alimentazione equilibrata, basata sui principi della dieta mediterranea, lo svolgimento di una regolare attività fisica, l'astensione dal fumo e un consumo moderato di alcolici sono ad oggi considerati strumenti efficaci di prevenzione dell'insorgenza del tumore al seno e delle recidive nelle donne operate.

Per approfondimenti

www.policlinicocampusbiomedico.it

www.policlinicocampusbiomedico.it/breast-unit.html

Gli obiettivi specifici di questa manifestazione sono:

- richiamare l'attenzione della popolazione sul tema dell'**importanza dello sport e di un'alimentazione sana** per la prevenzione del tumore al seno;
- **dare visibilità alle donne che hanno già affrontato la malattia** e che vivono la cura con spirito positivo e di speranza;
- far conoscere le **possibilità di cura presso le Breast Unit**, i centri di senologia multidisciplinari che permettono alla donna di affrontare il tumore al seno con la sicurezza di essere seguita da un team di specialisti dedicati, curata secondo i più alti standard europei, e accompagnata nell'intero percorso di malattia. Si stima che le donne trattate in questi centri hanno una percentuale di sopravvivenza più alta del 18% rispetto a chi si rivolge a strutture non specializzate, e hanno anche una migliore qualità di vita;
- richiamare l'attenzione dei media e delle istituzioni sul tema della **prevenzione e cura corretta** del tumore al seno;
- **raccogliere fondi da destinare alla formazione e ricerca** per la cura del tumore al seno;
- dare **visibilità alle politiche dell'Unione europea sul cancro al seno**.

