



“LA FARMACIA ONCOLOGICA”

Ed. 2022

Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori
Sezione Provinciale di Prato

Via Giuseppe Catani 26/3 – 59100 Prato
Telefono: 0574/572798, Fax 0574/572648
e-mail: info@legatumoriprato.it
sito internet: www.legatumoriprato.it



INDICE

- Prefazione
- La LILT sezione di Prato
- La Farmacia oncologica
- Invecchiamento e patologie della terza età
- La prevenzione oncologica alla LILT
- La salute a tavola: i calendari LILT Sez. di Prato
- Aromaspices: aromi e spezie per la salute
- “Forest Bathing”: gli effetti salutari
- “La vita al centro”: promozione dell’attività fisica
- Postfazione: Farma-LILT, un percorso insieme

PREFAZIONE

Farmacia oncologica nasce da un'idea della Dott.ssa Caterina Brandi, giovane farmacista che ha effettuato un master formativo alla “Scuola di alta formazione - Farmacia Oncologica”.

Si tratta di un corso impegnativo che approfondisce gli aspetti principali della prevenzione oncologica. Esso ha lo scopo di far acquisire agli operatori delle farmacie competenze tecnico-professionali specifiche per una corretta informazione ed il sostegno al malato oncologico per tutte le necessità. Ma questo è anche lo scopo fondante della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori (LILT) così che la cooperazione di questa istituzione con le farmacie trova la sua completezza.

Dalla cooperazione LILT-Farmacie territoriali sono già nati alcuni progetti di prevenzione sul territorio e nelle scuole. Mi riferisco alla campagna di prevenzione del melanoma effettuata alcuni anni fa con il Dott. Gennaro Brandi alla farmacia Etrusca di Prato, ma anche al progetto di cooperazione “Natura e salute” portato avanti con il Dott. Ferruccio Balducci e la Dott.ssa Erika Oriolo (Farmacia Balducci di Calenzano) per gli studenti del Liceo Carlo Livì di Prato. Fra le altre iniziative si ricordano i calendari “La Salute a tavola” e “Le spezie per la salute” realizzati dalla Dott.ssa Stefania Capecci con la Delegazione del Club del Fornello di Prato e gli studenti dell'Istituto alberghiero Francesco Datini. Infine va ricordata la promozione dell'attività fisica con le due edizioni, 2020-2021, de “La vita al Centro” organizzate dall'Associazione Sport per Prato con il suo presidente Dott. Luigi Alberto Galardi, farmacista, ed il consiglio direttivo.

Ci auguriamo che la collaborazione fra Farmacie e LILT “**Farma-LILT**” iniziata da pochi anni, abbia una sempre più ampia diffusione nel territorio ed offra una risposta efficace ai bisogni della popolazione.

Dr. Roberto Benelli M.D.

(Presidente LILT Sezione di Prato)

Prato, 25 Febbraio 2022

LA LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI (LILT)

SEZIONE DI PRATO

Roberto Benelli

La **LILT sezione di Prato** è una emanazione provinciale della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori. Questa istituzione esercita la sua attività di prevenzione sul territorio nazionale da un secolo, essendo stata fondata nel 1922.

La LILT, nata a Prato nel 1987, si muove lungo sei direttrici:

- a) la **prevenzione primaria nell' Area pratese**;
- b) la **prevenzione negli Istituti scolastici** ed in modo particolare nelle scuole secondarie di I e II grado;
- c) la **prevenzione secondaria** con indagini cliniche, esami di anticipazione diagnostica e procedure terapeutiche che vengono effettuate nella sede LILT di Via G. Catani, 26/3;
- d) la **prevenzione terziaria** nei pazienti in follow-up per patologie tumorali;
- e) la **comunicazione** attraverso il sito web (www.legatumoriprato.it);
- f) **convegni e conferenze** nella sede LILT.

Per le attività nell'Area pratese rivestono un ruolo importante la collaborazione con le farmacie e con i medici di base ed il contributo dei volontari che hanno seguito specifici corsi di formazione.

La prevenzione nel territorio avviene con periodiche campagne di sensibilizzazione, quali ad esempio la campagna "Nastro Rosa" per la prevenzione del tumore al seno, con visite gratuite ed eventi rivolti alla popolazione.

La prevenzione nelle scuole si realizza con:

- a) conferenze;
- b) stage degli studenti nella sede LILT;
- c) concorsi con premi per gli studenti meritevoli.

Compito della LILT è anche l'aggiornamento periodico in oncologia con convegni ed incontri tematici.



Riguardo alla prevenzione terziaria essa viene esercitata con una particolare attenzione per i pazienti oncologici fragili gravati da più patologie. Essi infatti necessitano di controlli ravvicinati nel tempo che possono essere effettuati gratuitamente alla LILT.

Un' area in pieno sviluppo è la “comunicazione” che avviene attraverso il sito web e permette di conoscere tutte le attività della LILT, gli eventi, ma anche di accedere alle pubblicazioni, ai videoclip ed agli estratti dei convegni.

La LILT a Prato ha notevoli potenzialità e può offrire molti servizi alla Città da cui riceve anche molto. Mi riferisco al contributo erogato dai cittadini con il 5x1000 ed a tutte le iniziative che vengono svolte per reperire i fondi che andranno a sostenere i numerosi eventi. Fra questi è da ricordare la camminata “La vita al centro” che, già alla seconda edizione, registra un notevole successo, visto il numero di partecipanti. Anche i Club service di Prato (Rotary, LIONS) sostengono le attività della LILT.

Nell' ambito delle attività un posto di primo piano può assumere la collaborazione con le “farmacie oncologiche” in quanto esse perseguono alcuni degli scopi fondanti della LILT, quali l'informazione e il sostegno al malato oncologico per tutte le sue necessità. Fra i progetti futuri di collaborazione la LILT può offrire corsi di aggiornamento professionale per la prevenzione oncologica territoriale.

LA FARMACIA ONCOLOGICA

Caterina Brandi - Gennaro Brandi



Gli attuali modelli di prevenzione e di assistenza ai pazienti oncologici si dimostrano oggi insufficienti a poter seguire adeguatamente una molteplicità di casi. Negli ultimi anni infatti si è assistito ad un aumento delle diagnosi di neoplasia soprattutto al seno, al colon ed alla prostata e al tempo stesso anche ad un incremento della sopravvivenza per tumori.

Ciò può essere dovuto ad una forte partecipazione agli screening, al miglioramento delle tecniche diagnostiche e laboratoristiche e alle più recenti terapie oncologiche (terapie a bersaglio molecolare, immunoterapia, etc.). In molti casi si assiste alla cronicizzazione della malattia neoplastica che rende però necessario il controllo periodico dei pazienti il cui numero è in continuo aumento.

Occorre quindi progettare nuovi percorsi medico-specialistici di prevenzione sia per i pazienti giovani, sia e soprattutto per i soggetti anziani affetti da patologie croniche (cardiovascolari, neurodegenerative, osteoarticolari) ed oncologiche e quindi più fragili. In quest'ottica si inserisce la farmacia oncologica come mezzo di comunicazione, di vicinanza e di assistenza al paziente oncologico per tutte le sue necessità. Tutto ciò può assumere maggiore importanza se la farmacia è inserita in un modello di gestione integrata (ospedale-assistenza territoriale - strutture di prevenzione oncologica quali, ad esempio, la LILT).

Perché la farmacia oncologica?

Per dare un nuovo impulso alla sanità territoriale mediante la creazione di modelli di prevenzione ed assistenziali innovativi che

sono utili per diversi motivi:

- l'aumento della vita media della popolazione e della popolazione anziana;
- l'incremento della patologia oncologica in pazienti anziani/fragili;
- l'aumento della sopravvivenza dei pazienti oncologici dovuta alla possibile cronicizzazione della malattia che si registra con le attuali terapie;
- la necessità di assistere e seguire un maggior numero di malati;
- l'incremento del numero e della complessità delle indagini diagnostiche di laboratorio/strumentali e delle cure;
- la pressante richiesta di informazioni specifiche;
- la necessità di accedere agli esami diagnostici in tempi ragionevoli;
- la necessità di assistere una popolazione multietnica non sempre a conoscenza della lingua italiana;
- un sistema sanitario “fragile”, troppo spesso al limite delle possibilità.

La Farmacia oncologica territoriale è una “**Farmacia certificata**” che opera nel territorio ed i cui operatori hanno acquisito competenze tecnico-professionali specifiche e sono in grado di dare risposte efficaci ai pazienti oncologici ma al tempo stesso indicare percorsi di prevenzione oncologica. Con questo scopo è nata “*Oncocare - networking in oncologia*” che individua nel farmacista, inserito in un modello di gestione integrata, un punto di riferimento sul territorio in grado di supportare il paziente e poter meglio gestire le criticità. La trasformazione culturale e gestionale richiede competenze specifiche che possono essere acquisite partecipando a “La scuola di alta formazione - Farmacia Oncologica”.

Quali compiti può svolgere una farmacia oncologica?

Gli operatori devono acquisire specifiche competenze per poter affrontare la complessità dei problemi del paziente oncologico in modo da aiutarlo a migliorare le proprie condizioni.

La farmacia oncologica può entrare a far parte della rete di assistenza territoriale in grado di accogliere e dare risposte al paziente. Può interagire con Associazioni oncologiche di volontariato quali la



LILT che opera in tutti gli ambiti della prevenzione e con associazioni che operano soprattutto nell'assistenza domiciliare al malato.

Sintomi e condizioni che richiedono risposte efficaci

Nella tabella 1 sono indicati i sintomi e le condizioni per le quali è richiesto un provvedimento in farmacia.

Sintomi e Condizioni che richiedono un provvedimento - Tab. 1
▷Dolore ▷Insonnia ▷Depressione ▷Astenia, Anoressia, Calo ponderale ▷Fatigue ▷Dermatiti ▷Alopecia ▷Mucositi ▷Disturbi digestivi ▷Piaghe da decubito ▷Edemi

Supporto al paziente oncologico

Numerose sono le richieste di supporto a scopo preventivo indicate nella tabella 2.

Richieste di supporto in Farmacia - Tab. 2

- ▷ Modelli di prevenzione alimentare
- ▷ Nutrizione nel paziente oncologico
- ▷ Supporto dermatologico: Dermocosmesi per manifestazioni e infezioni cutanee
- ▷ Alopecia
- ▷ Supporto psicologico personale e familiare
- ▷ Esercizi di mobilitazione e attività fisica per contrastare la sarcopenia
- ▷ Counselling sessuologico nei soggetti più giovani
- ▷ Assistenza ai portatori di cateteri, stomie cutanee, etc
- ▷ Esami ematochimici di routine
- ▷ Medicina integrativa in associazione alle terapie convenzionali

Viene inoltre richiesto materiale informativo sulle regole della prevenzione primaria, gli effetti collaterali e le possibili complicanze delle terapie oncologiche (chemioterapia, ormonoterapia, immunoterapia, radioterapia) e le interazioni farmacologiche. Infine le possibilità offerte dalla medicina integrativa che può essere associata alle terapie convenzionali.

Conclusioni

Riassumendo gli scopi prioritari della farmacia oncologica sono:

- a) supportare e consigliare il paziente;
- b) operare in sinergia con le altre strutture del territorio passando da modelli chiusi ed autoreferenziali a modelli aperti e integrati;
- c) prodigarsi per ridurre le criticità.

Molta strada si deve fare per acquisire le competenze necessarie all'assistenza oncologica nella farmacia territoriale e per creare non facili processi di integrazione.

Invecchiamento e patologie della terza età.

Roberto Benelli



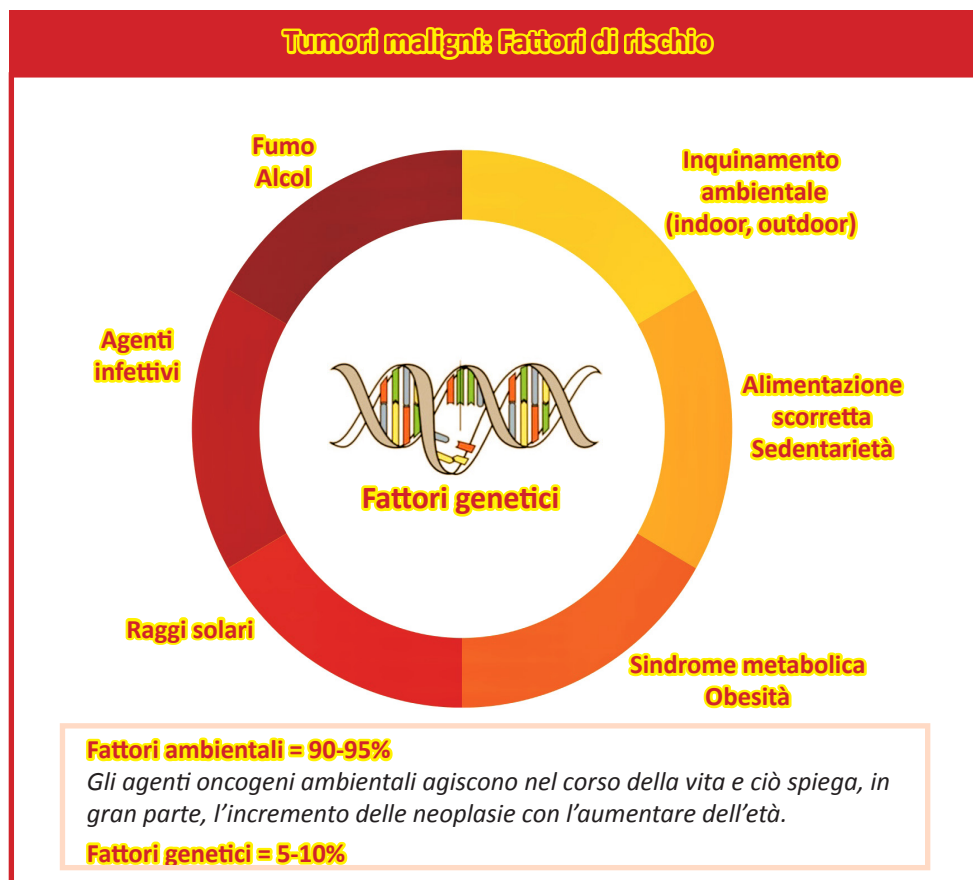
L' invecchiamento si accompagna a malattie metaboliche, muscolo-scheletriche, cardiovascolari, neurodegenerative e tumori che sono dovute, in gran parte, ad infiammazione cronica.

Inoltre sono spesso presenti multimorbidità che pongono problemi terapeutici e assistenziali. Tutte queste affezioni hanno nel 90% dei casi un denominatore comune: fattori ambientali ed un cattivo stile di vita; solo una modesta percentuale è dovuta a fattori genetici. Queste patologie iniziano quindi da lontano, dalla giovane età, se non addirittura dal periodo prenatale: sono infatti le non corrette abitudini di vita, anche della gestante, fattori di rischio per il feto. Le campagne di screening e l' educazione sanitaria possono esercitare un'azione preventiva e, in campo oncologico, possono permettere di diagnosticare un tumore in fase iniziale-asintomatica e quindi curabile con successo. La tutela dell'ambiente, la corretta alimentazione e la regolare attività fisica possono prolungare gli anni di vita, "spostare le lancette dell' orologio" e favorire l' "invecchiamento in salute". In campo sanitario c' è molto da fare per contrastare le malattie metaboliche che sono in forte aumento: basti pensare che il 30% della popolazione è sedentaria, il 31,5 % è sovrappeso e più del 10,8 % è obesa con un trend di crescita per l'obesità anche nell'infanzia. Mantenere un corretto stile di vita è particolarmente importante anche per i soggetti nella terza età che in tal modo possono ridurre i fattori di rischio, migliorare la qualità e la durata della vita.

Invecchiamento e tumori

L' invecchiamento della popolazione, soprattutto dopo i 55 anni, è caratterizzato da un incremento delle nuove diagnosi di tumore. Con l' avanzare dell'età infatti si accumulano nell'organismo fattori cancerogeni, diminuiscono le capacità di difesa dell'organismo ed i processi di riparazione cellulare. Oltre il 50% dei tumori viene diagnosticato





nella popolazione anziana (70-84 anni).

Nei **soggetti anziani di sesso maschile** il rischio più elevato è per i tumori alla prostata, polmone, colon-retto, vescica e stomaco.

Nelle **donne anziane** il rischio più elevato è per tumori al seno, colon-retto, polmone, pancreas e stomaco.

Se prendiamo in considerazione i dati di mortalità, il carcinoma del polmone e della mammella rappresentano la prima causa di morte oncologica a tutte le età (*"I numeri del cancro in Italia."* Ed. AIOM, 2021). I pazienti anziani oncologici presentano una maggiore sopravvivenza rispetto ai soggetti di mezza età ma per i primi, una volta accertato un tumore, occorre definire un piano terapeutico ottimale tenendo conto delle comorbidità (patologie geriatriche spesso presenti) e della fragilità del paziente. E' quindi necessario effettuare una *"Valutazione Geriatrica Multidimensionale"* (VGM) di questi soggetti che deve tener conto anche dello stato cognitivo, funzionale, nutrizionale, psico-affettivo, etc.

Invecchiamento: malattie cardiovascolari e neurodegenerative

Con l'invecchiamento si verifica un incremento della **malattia arteriosclerotica** e delle **malattie cardiovascolari**. Inoltre si assiste al declino cognitivo dovuto alla ridotta produzione di nuovi neuroni che contribuisce alla perdita della memoria lavorativa ed episodica, alla ridotta capacità di apprendimento e di coordinazione motoria. I neuroni vanno incontro ad un danno progressivo che inizialmente compromette la comunicazione fra le cellule e poi l'intera struttura cellulare fino alla morte neuronale. Le manifestazioni che ne derivano variano a seconda delle aree colpite (vulnerabilità selettiva). Per contrastare l'invecchiamento cerebrale è necessario seguire una corretta alimentazione fino dalla giovane età, esercitare attività fisica regolare, non fumare, non bere alcolici, non assumere "sostanze illecite" e mantenere un ritmo di sonno regolare (l'ideale è 7 ore per notte che non dovrebbero scendere sotto le 5 ore). Inoltre occorre controllare regolarmente il peso corporeo, il girovita, la pressione arteriosa, la glicemia ed i lipidi ematici perchè le malattie metaboliche influiscono negativamente sull'attività cerebrale.

Un potente stimolo per il cervello è dato dall' "apprendere" in modo continuativo: quando il cervello è più stimolato l'attività cerebrale coinvolge un maggior numero di aree, aumentano le sinapsi e si collegano tra loro più gruppi di neuroni. Studiare, imparare e parlare nuove lingue modifica l'architettura cerebrale ed aumenta la sostanza grigia e bianca del cervello. Il maggior numero di reti neurali compensa meglio i deficit legati all'invecchiamento. Anche imparare ad usare uno strumento musicale o tecnologico (tablet) e progettare, aiuta a ristrutturare gli schemi cognitivi, insegna a pensare in modo diverso e ad allenare il cervello alla flessibilità. Fare musica, ad esempio, attiva numerose aree nella corteccia cerebrale. È anche utile concentrarsi, elaborare pensieri (il pensare rappresenta un forte stimolo per il cervello), leggere molto, prendere appunti ed evidenziare concetti e discorsi per meglio capire e memorizzare ciò che si è letto. Si ritiene che lo stress ossidativo ed il danno vascolare contribuiscano al declino cognitivo legato all'età e rappresentino

fattori di rischio per lo sviluppo di demenza. Un altro aspetto della prevenzione è la socializzazione, ma anche camminare in compagnia, ballare, fare attività fisica. Inoltre è importante ridurre le occasioni di stress prolungato che causano la liberazione degli ormoni dello stress quali il cortisolo che hanno effetti negativi sull'ippocampo e determinano danni cerebrali. Volendo migliorare la memoria possono essere utilizzati anche i cruciverba, giochi enigmistici, il Sudoku, il gioco degli scacchi, etc. L'aver cura della salute cerebrale è particolarmente importante nei pazienti oncologici per non aggravare un quadro clinico già precario. Con l'invecchiamento si ha anche un aumento delle **malattie neurodegenerative** (m. di Alzheimer, m. di Parkinson, etc.) e di **demenza**. In Italia un milione di persone sono affette da demenza che, in oltre il 50% dei casi, è dovuta al morbo di Alzheimer. Tutte queste patologie necessitano di cure ed assistenza continuativa e richiedono un notevole impegno socio-economico. Da un'analisi sistematica dell'incidenza dei disturbi mentali in ambito europeo risulta che 4 individui su 10 soffrono anche di problemi di salute mentale.

Invecchiamento: malattie muscolari e osteoarticolari

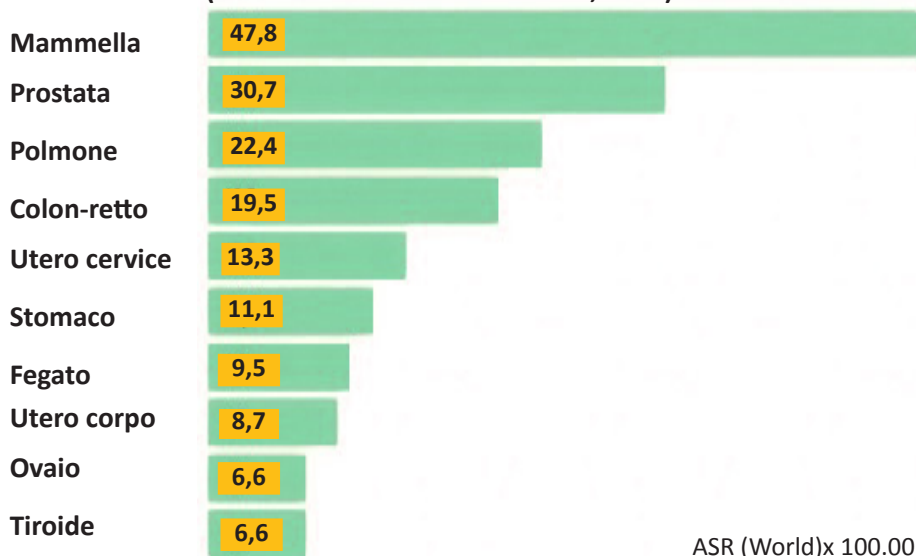
Con l'avanzare dell'età patologie frequenti sono rappresentate da osteoporosi, osteoartrosi e da sarcopenia. Affezioni queste collegate ad infiammazione cronica. La *sarcopenia* è una malattia muscolare caratterizzata da riduzione della massa e della forza muscolare: e perciò è associata a fragilità con rischio di cadute e ospedalizzazione. Studi recenti sembrano confermare che il modello alimentare basato sulla dieta mediterranea ha azione "mioprotettiva" in numerose popolazioni di anziani. Effetti benefici sulla massa muscolare sono dovuti al consumo di carne rossa magra, latticini non liquidi (yogurth, formaggi), frutta e verdura, integratori proteici (*Granic et al. Myoprotective whole food, muscle health and sarcopenia (...). Nutrients, 2020.*). Un potente stimolo all'anabolismo muscolare negli anziani è rappresentato anche dagli esercizi fisici di resistenza. Inoltre l'*osteoartrosi* e l'*osteoartrite* risentono favorevolmente di una dieta antinfiammatoria ricca di spezie quali la Curcuma longa e di integratori costituiti da fitocomposti naturali.



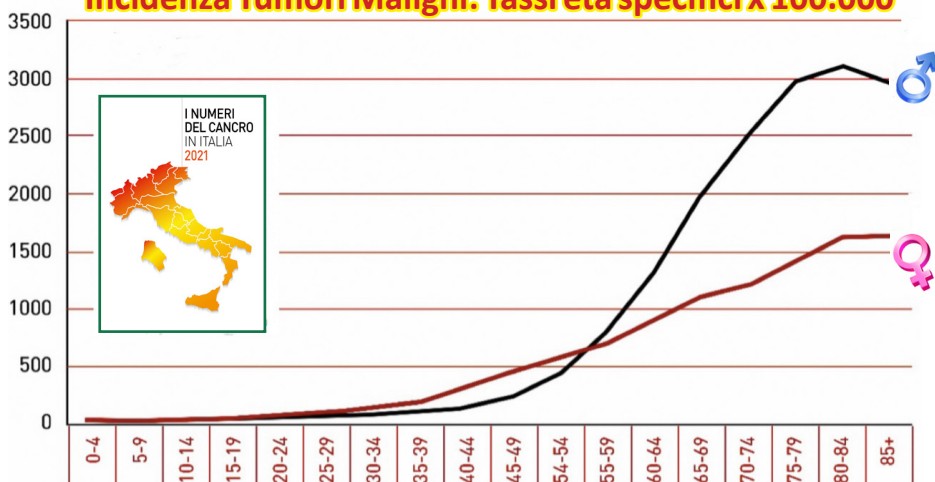
I tumori maligni rappresentano la seconda causa di morte (29%) dopo le malattie cardiovascolari (37%). Il 95% di essi è causato da una molteplicità di cancerogeni e da uno stile di vita non corretto. Per questo motivo l'incidenza dell'affezione aumenta con l'avanzare dell'età tanto che il cancro è, in misura prevalente, una patologia degli anziani: oltre il 50% delle neoplasie è diagnosticata fra i 70 e gli 84 anni. Se consideriamo i **tassi di incidenza per tumori maligni a livello globale, standardizzati per età per entrambi i sessi**, risulta una maggiore incidenza rispettivamente per i tumori della mammella, prostata, polmone, colon-retto, cervice. L'**incidenza dei tumori maligni in Italia** nel 2020 è stimata in 377.000 nuovi casi (Maschi=195.000, Femmine=182.000). Riguardo ai **dati di mortalità nel 2021** si stimano 181.330 morti (100.200 maschi e 81.100 femmine) con una lieve riduzione rispetto al 2020. Negli ultimi sei anni (2015-2021) comunque si è registrato un calo complessivo della mortalità per cancro del 10% negli uomini e dell'8% nelle donne. Nella popolazione femminile si ha tuttavia un aumento di decessi per carcinoma della vescica (+5,6%) e del polmone (+5%) che sono legati al fumo di sigaretta. Passando ad esaminare la **sopravvivenza per tumore**, riferita al 2020, risultano 3,6 milioni di sopravvissuti pari al 5,7% dell'intera popolazione. Si calcola oggi che siano 800.000 gli italiani di 75 anni e oltre che vivono dopo una diagnosi di tumore (Vedi Tabelle). Per la prevenzione oncologica una particolare attenzione della LILT di Prato è rivolta ai tumori maligni a maggiore incidenza nelle diverse classi di età. Oltre alle specifiche indagini diagnostiche sussiste la possibilità di eseguire esami di laboratorio, markers infiammatori, tumorali e test genetici. Sono anche possibili controlli periodici in pazienti con neoplasia accertata e visite cardiologiche nei soggetti in trattamento farmacologico (ormonoterapia, chemioterapia, immunoterapia) e dopo radioterapia per le possibili complicanze cardiovascolari.

Tassi di incidenza standardizzati per età stimati nel 2020 a livello globale in entrambi i sessi, a tutte le età

(da: I numeri del cancro in Italia, 2021)



Incidenza Tumori Maligni: Tassi età specifici x 100.000



Nel 2020 i casi totali stimati di neoplasia maligna sono 377.000 di cui:

Maschi= 195.000, **Femmine**=182.000.

L'incidenza aumenta con l'età ed è maggiore nel sesso maschile.

Se consideriamo le tre neoplasie a maggior incidenza per classi di età risultano:

0-49 anni - Maschi = Testicolo, Melanomi, Linfomi

Femmine = Mammella, Tiroide, Melanomi

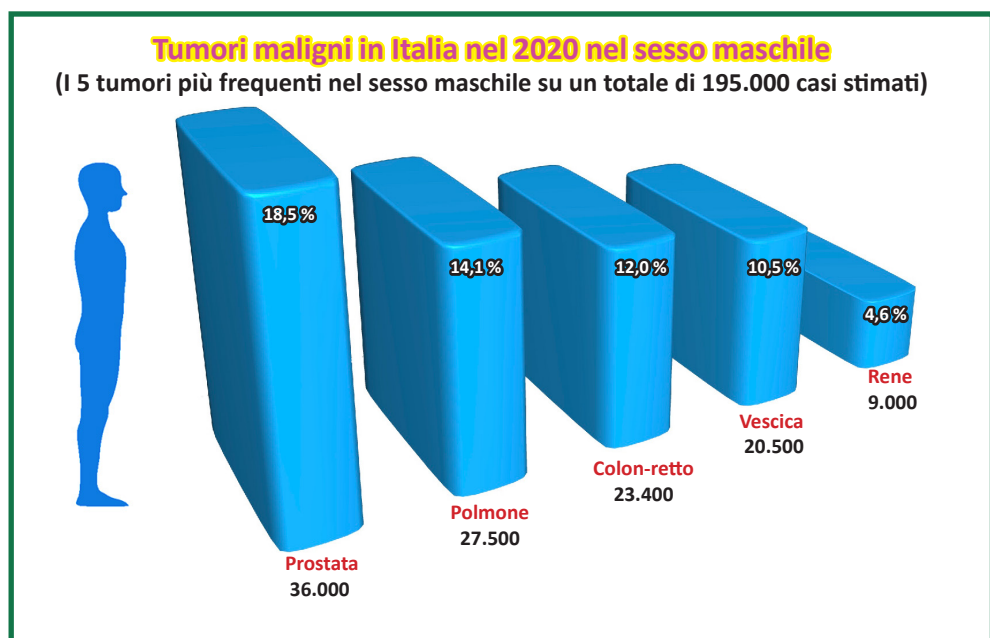
50-69 anni - Maschi = Prostata, Polmone, Colon-retto

Femmine = Mammella, Colon-retto, Utero-corpo

>=70 anni - Maschi = Prostata, Polmone, Colon-retto

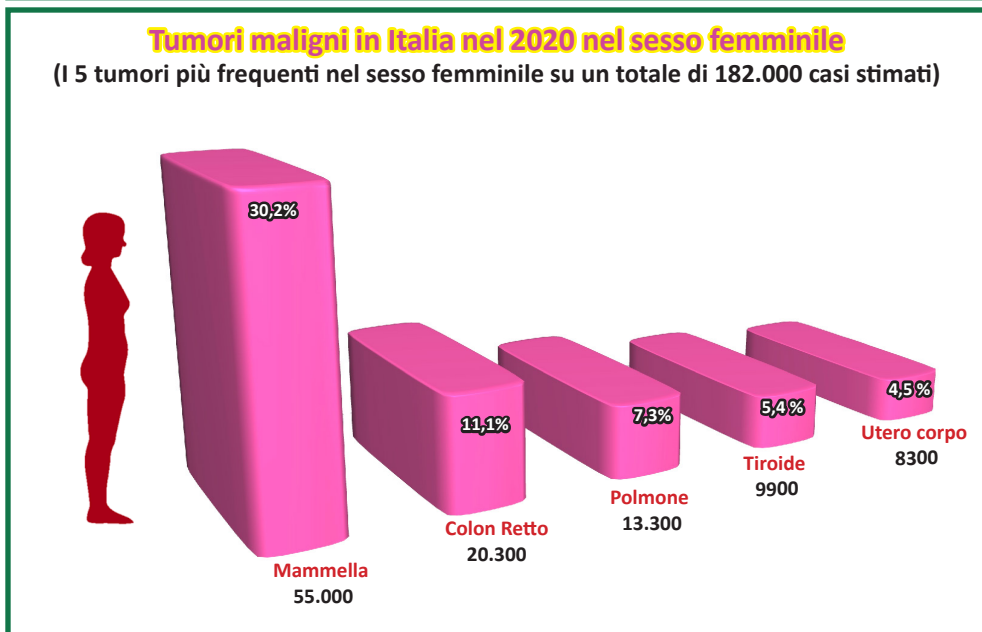
Femmine = Mammella, Colon-retto, Polmone

TUMORI MALIGNI NEL SESSO MASCHILE - ANNO 2020		
Incidenza stima delle nuove diagnosi in Italia	Sopravvivenza netta a 5 anni dalla diagnosi	Prevalenza Indica il numero di persone che vivono dopo la diagnosi di tumore (Sopravvivenza). Esso dipende dall' incidenza, dalla prognosi della neoplasia ed altri fattori.
PROSTATA		
36.000	91%	564.000
POLMONE		
27.500	16%	77.200
COLON-RETTO		
23.400	65%	280.300
VESCICA		
20.500	80%	255.000
RENE		
9000	71%	97.200



(Da: *I numeri del cancro in Italia*. Intermedia Editore, 2021.)

TUMORI MALIGNI NEL SESSO FEMMINILE - ANNO 2020		
Incidenza stima delle nuove diagnosi in Italia	Sopravvivenza netta a 5 anni dalla diagnosi	Prevalenza Indica il numero di persone che vivono dopo la diagnosi di tumore (Sopravvivenza) . Esso dipende dall' incidenza, dalla prognosi della neoplasia ed altri fattori.
MAMMELLA		
55.000	88%	834.200
COLON RETTO		
20.300	66%	233.200
POLMONE		
13.300	23%	40.600
TIROIDE		
9900	96%	166.900
UTERO CORPO		
8300	79%	122.600



(Da: *I numeri del cancro in Italia*. Intermedia Editore, 2021.)

Una particolare attenzione è rivolta agli aspetti nutrizionali, sia per la prevenzione oncologica sia nei pazienti con neoplasia accertata, ed anche all'assistenza psicologica dei pazienti e dei loro familiari.

Di grande importanza è il controllo dei sopravvissuti per tumore che risultano aumentati rispetto al 2020. Questo dato si riflette positivamente sulla possibilità di un reinserimento lavorativo e sociale dei soggetti più giovani anche per gli aspetti legati alla sessualità e alla fertilità per i quali è offerta la consulenza sessuologica. I pazienti oncologici anziani presentano una maggiore sopravvivenza rispetto a soggetti adulti di mezza età ma per essi è necessario tener conto delle comorbidità, della presenza di patologie geriatriche e della loro fragilità che condizionano la scelta dei trattamenti più idonei. Nei pazienti anziani dopo la diagnosi di tumore, ai fini della opzione terapeutica, è necessaria una "Valutazione Geriatrica Multidimensionale" (VGM) per conoscere anche lo stato cognitivo, funzionale, nutrizionale e psico-affettivo. Nei soggetti con tumore in sorveglianza attiva, ad esempio anziani con comorbidità, sono consigliati controlli medici ravvicinati nel tempo per la prevenzione di complicanze. Nei pazienti sottoposti ad intervento chirurgico/endoscopico può anche essere necessario attuare un programma di riabilitazione funzionale. La LILT mette a disposizione numerose pubblicazioni finalizzate alla prevenzione e alla riabilitazione funzionale scaricabili dal sito web.



Infiammazione cronica

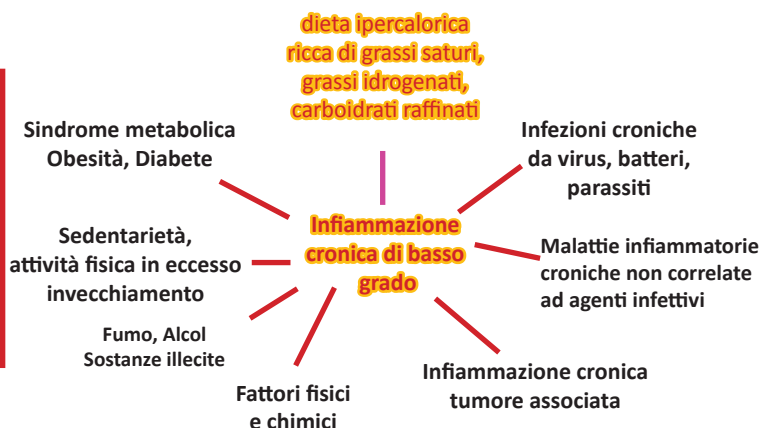
L'infiammazione cronica è la causa di malattie cardiovascolari, osteoarticolari, neurodegenerative e tumorali. Ad essa contribuiscono, in parte, uno stile di vita ed una alimentazione non corretta. Quando il sistema immunitario innato è iperattivo, in risposta ad uno stile di vita non salutare e ad un cattivo regime alimentare, si genera uno stato infiammatorio cronico di basso grado che predispone alle malattie cronico-degenerative della terza età ed ai tumori. Tutto ciò avviene per associazione diretta o mediata dall'obesità e dalla sindrome metabolica che rappresentano un importante fattore di rischio. L'alimentazione ha quindi una doppia valenza potendo essere, al tempo stesso, un'arma di prevenzione e di cura o, al contrario, la causa di eventi patologici quando è strutturata con cibi prevalentemente pro-infiammatori che vengono consumati regolarmente. In base alle conoscenze attuali risulta che una dieta orientata verso cibi di origine vegetale e variata durante i giorni della settimana, qual è la **dieta mediterranea tradizionale**, con l'aggiunta di spezie ed aromi, esercita attività preventiva e protettiva. Essa infatti è in grado di mantenere in eubiosi il microbiota tutelando la barriera intestinale e prevenendo la disseminazione sistemica di batteri ed endotossine (LPS= Lipopolisaccaridi, *componente importante della parete cellulare batterica dei Gram -*) che sono causa di infiammazione cronica.

Infiammazione post-prandiale

L'infiammazione persistente di basso grado è una caratteristica comune di molte malattie croniche comprese le malattie cardiovascolari, il diabete di tipo 2 ed altre affezioni.

I cambiamenti metabolici indotti dal consumo di pasti ricchi di carboidrati semplici e di grassi di origine alimentare possono

INFIAMMAZIONE CRONICA DI BASSO GRADO: CAUSE



attivare nell' organismo una risposta infiammatoria acuta che si estrinseca nell'infiammazione post-prandiale. Essa è caratterizzata da un aumento della glicemia e dei trigliceridi circolanti che contribuisce, nel tempo, ad incrementare i livelli di infiammazione cronica già presenti ed espone al rischio di patologie associate. Un regime alimentare ad alto contenuto in grassi saturi e carboidrati semplici aumenta lo stress ossidativo (generazione di ROS = *Reactive Oxygen Species*), altera la composizione del microbiota intestinale, favorisce la formazione di endotossine (LPS) e la permeabilità intestinale alle stesse per alterazione delle *tight junctions* (giunzioni intercellulari della barriera epiteliale). LPS stimolano i recettori transmembrana TLR-4 (*Toll-Like Receptor-4*), espressi sulla membrana di cellule dell'immunità innata (macrofagi, cellule dendritiche), che attivano il fattore di trascrizione NF-κB (*Nuclear Factor-kappaB*) a cui consegue la produzione di citochine pro-infiammatorie.

La stimolazione dei recettori TLR-4 e l'aumento sistemico di LPS causano infiammazione post-prandiale, nota come **infiammazione metabolica**, che è responsabile di insulinoresistenza.

Insulinoresistenza è una condizione che è causata da costanti e rapidi aumenti della glicemia (picchi glicemici) che sono generati dal consumo di alimenti ad alto indice glicemico. In conseguenza di ciò il pancreas secerne sempre più insulina che stimola i recettori GLUT-4

dell' ormone, presenti sulle cellule del tessuto adiposo e muscolare, ad acquisire il glucosio circolante dopo ogni pasto come fonte energetica. La sollecitazione continua dei recettori porta però, con il tempo, alla insorgenza di resistenza insulinica da parte delle cellule così che si eleva la glicemia. Se questa condizione è duratura, è responsabile del Diabete tipo 2 (insulinoindipendente) da desensibilizzazione delle cellule all'ormone. L'insulinoresistenza predispone a malattie metaboliche e cardiovascolari.

Su et al. (2019) hanno dimostrato che l'inibizione di TLR-4 nell'animale da esperimento riduce l'infiammazione, i livelli di stress ossidativo e protegge la barriera intestinale.

Azam et al. (2019) hanno osservato che i polifenoli della dieta mediterranea hanno attività regolatrice del segnale TLR4/NF-kB e sono in grado di sopprimere l'espressione di mediatori infiammatori. Fitocomposti quali il curcumin (*Curcuma longa*), il sulforafano (crucifere), il resveratrolo (*Vitis vinifera*), gli acidi grassi omega-3 modulano/inibiscono il recettore TLR-4 ed esercitano attività antinfiammatoria. Anche una miscela ricca di spezie ed aromi, quale *Aromaspices* (vedi pag. 40), somministrata ai due pasti principali, alla dose di 6 g/pasto, è in grado di ridurre la secrezione post-prandiale di IL-1 beta, IL-6, IL-8 nei soggetti trattati (Oh et al., 2020).

La determinazione di alcuni markers infiammatori (TNF-alfa, IL-6, IL-8, PCR) consente di stimare la risposta infiammatoria post prandiale. Mazidi et al. (2021), in uno studio condotto su 1000 soggetti, ha osservato che i livelli di infiammazione post-prandiale sono più elevati in individui di sesso maschile, obesi e di età più avanzata. L' Autore sostiene che l'unico marker che cambia in modo costante dopo il pasto è l'interleuchina-6, perciò la determinazione di questa citochina può essere utilizzata per valutare la risposta infiammatoria indotta dal cibo. Sempre secondo Mazidi un promettente biomarcatore è rappresentato dalla determinazione dell'emoglobina glicata (GlycA) misurata dopo pasti misti. GlycA permetterebbe di valutare la risposta

infiammatoria indotta dal cibo nelle tipiche abitudini alimentari. L' aumento dei suoi livelli influisce negativamente sulla composizione del microbiota intestinale.

La prevenzione dell'infiammazione metabolica

Una strategia dietetica da impiegare nella prevenzione di malattie metaboliche e cardiovascolari può essere rappresentata dal controllo/riduzione della risposta infiammatoria post prandiale. Misure raccomandate per ridurre l'impatto dell'infiammazione post-prandiale sull'organismo sono:

a) consumare cibi integrali ricchi di fibre e alimenti proteici magri;
b) aumentare l'apporto di acidi grassi omega-3 (pesce azzurro, noci, semi di lino);

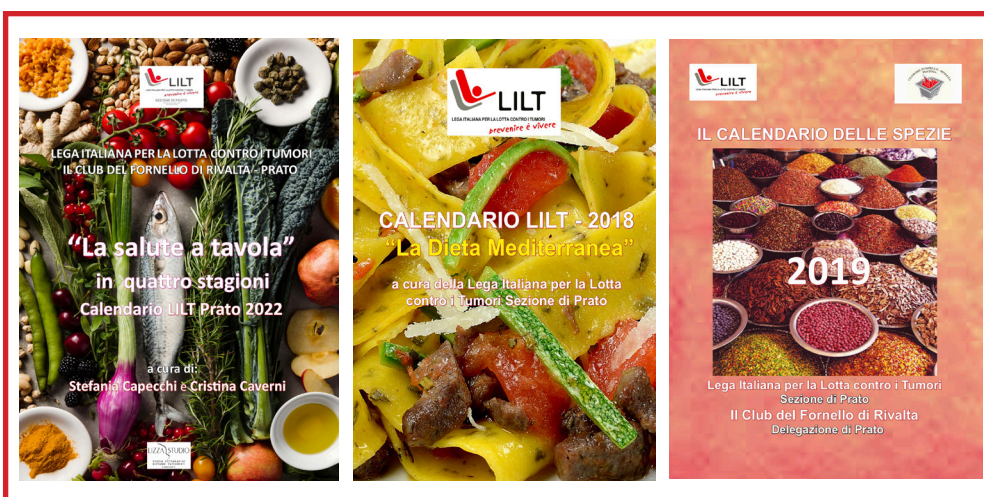
c) controllare i picchi glicemici scegliendo cibi contenenti carboidrati complessi e fibre (cereali integrali, frutta e verdura) e limitare gli alimenti trasformati, zuccherati e le bibite gassate;
d) privilegiare cibi ad alto contenuto in molecole antinfiammatorie (polifenoli della frutta e della verdura). Fra le strategie dietetiche efficaci a mitigare l'infiammazione post-prandiale citiamo, come esempio, il consumo di mele annurca che presentano un elevato contenuto di polifenoli (procianidine) con riconosciuti effetti salutistici;

e) praticare una moderata restrizione calorica per contrastare il sovrappeso e l' obesità ed in modo particolare l'obesità addominale. In presenza di questa condizione infatti si verifica l'infiltrazione del tessuto adiposo viscerale ipovascularizzato da parte dei macrofagi. Essi sono responsabili dell' espressione di elevati livelli di citochine pro-infiammatorie, inclusi TNF-alfa, IL-1, IL-6, che attivano il fattore di trascrizione NF-kB.

L'interleuchina-6, in modo particolare, è riconosciuta come mediatore dell'infiammazione cronica di basso grado dei soggetti obesi ed è correlata con l'incremento della circonferenza vita. Essa inoltre ha un ruolo importante nella patogenesi della malattia coronarica, nel diabete e nello sviluppo di numerosi tumori (*Ghoosh e Ashcraft, 2013*).

I Calendari della LILT Sezione di Prato

Numerosi sono i calendari pubblicati dalla LILT, Sezione di Prato, con lo scopo di diffondere un modello alimentare antinfiammatorio. I pasti quotidiani, a prevalenza vegetale, dovrebbero variare ogni giorno e con il mutare delle stagioni ricorrendo sempre a cibi freschi ricchi di polifenoli e di nutrienti con attività antinfiammatoria. Riteniamo che l'esperienza dei calendari sia utile per diffondere nelle famiglie modelli di prevenzione alimentare per la salute e aumentare le conoscenze nutrizionali. Hanno collaborato alla produzione dei calendari le signore del Club del Fornello di Rivalta, gli studenti dell'Istituto alberghiero Francesco Datini e gli studenti dell'Istituto Keynes. I calendari, arricchiti dalle fotografie di Giovanni Fatighenti, possono essere scaricati gratuitamente dal sito web della LILT Sezione di Prato (www.legatumoriprato.it).



Aromaspices: aromi e spezie per la salute

Erika Oriolo - Stefania Capecchi



La moderna ricerca scientifica ha dimostrato che le spezie e le erbe aromatiche per uso alimentare, consumate da migliaia di anni nei Paesi asiatici e del bacino del Mediterraneo, hanno effetti benefici per la salute tanto che le popolazioni che ne fanno un uso quotidiano presentano una ridotta incidenza di malattie croniche e di tumori. Esse sono ricche di composti antinfiammatori e antiossidanti, veri e propri “riequilibratori naturali”, che possono ridurre il rischio di malattie metaboliche, neurodegenerative, cardiovascolari e tumorali e sono altrettanto utili in presenza di queste patologie. Il potere nutraceutico delle spezie è tuttavia molto complesso ed è legato non solo alla presenza di singoli fitochimici, ma anche all’azione sinergica di più composti ed alla loro integrazione con una sana alimentazione quale è la dieta mediterranea. Le spezie e le erbe aromatiche offrono anche altri vantaggi per la salute: danno sapore al cibo senza apportare calorie, stimolano la secrezione salivare e gastrica ed aumentano la digeribilità degli alimenti. Inoltre permettono di non utilizzare il sale come condimento che, se in eccesso, ha azione nociva. Le spezie possono essere utilizzate come singolo prodotto o sotto forma di miscele, meglio conosciute come “polvere di curry”, costituite da sostanze diversamente associate nelle differenti aree geografiche e secondo le tradizioni del luogo. Molto conosciuto è il composto ayurvedico *Trikatu* costituito da una miscela tradizionale di spezie (*Piper nigrum*, *Piper longum*,



Benelli e Capecchi. Le spezie per la salute. Ed. Partner-Graf, 2019.

ginger) utilizzata per promuovere la digestione ed il metabolismo. Numerose sono le possibili associazioni di spezie e aromi utili per la salute. Fra queste desta un certo interesse la miscela *Aromaspices*.

Aromaspices

Aromaspices è una miscela di erbe aromatiche e spezie con attività antinfiammatoria e antiossidante che è stata utilizzata da Oh et al. (2020) in soggetti sovrappeso, con sindrome metabolica/obesità ed incremento della PCR. Essa è costituita dall'estratto secco di 7 spezie (*cannella, capsico, coriandolo, cumino, Curcuma longa, pepe nero, zenzero*) e cinque piante aromatiche (*alloro, basilico, origano, rosmarino, timo*). La miscela, i cui componenti con i loro composti attivi e le quantità impiegate sono indicate nelle tabelle, è stata utilizzata alla dose di 6 g due volte al giorno, ai pasti principali, per un periodo di 60 giorni in soggetti sovrappeso/obesi.

Il grado di infiammazione è stato valutato prima e dopo 60 giorni dall'inizio del trattamento mediante il controllo del peso corporeo, del girovita e la determinazione della proteina C reattiva (PCR), dei trigliceridi e del colesterolo HDL. I risultati ottenuti hanno dimostrato una riduzione significativa della secrezione post-prandiale di IL-1 beta, IL-6, IL-8 nei soggetti trattati.

Da questi dati si desume come l'aggiunta di spezie e aromi nell'alimentazione quotidiana può favorire la riduzione dell'infiammazione post-prandiale e contemporaneamente attenuare l'infiammazione cronica di basso grado presente nei soggetti sovrappeso/obesi che è caratterizzata da un aumento di citochine pro-infiammatorie e del fattore di trascrizione NF-kB (*Nuclear Factor-kB*) che rappresenta il regolatore centrale.

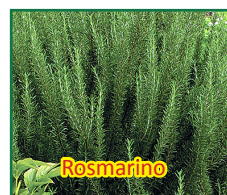
Conclusioni:

Un salutare regime dietetico ed il consumo di supplementi costituiti da estratti di piante aromatiche e spezie con i loro composti antinfiammatori e antiossidanti, quali quelli presenti nella miscela *Aromaspices*, può esercitare attività favorevole nelle patologie infiammatorie a carattere cronico.

“Aromaspices” (Miscela di Aromi e spezie) : componenti

Componenti	Quantità per dose (6g)	Quantità per 240 g di miscela per 20 giorni di trattamento
Curcuma radice, polvere	1,18	47
Zenzero rizoma polvere	0,85	34
Cannella polvere	0,75	30
Origano foglie, polvere	0,63	25
Basilico E.S.	0,45	18
Coriandolo semi, polvere	0,45	18
Cumino semi, polvere	0,45	18
Capsico polvere (Peperoncino)	0,45	18
Rosmarino E.S.	0,35	14
Pepe nero E.S. 95% piperina	0,005	0,2
Alloro E.S.	0,23	9
Timo volgare E.S.	0,23	9

Le quantità dei singoli componenti per una dose di 6 g, riportati nella tabella, sono da riferire a 20 giorni di trattamento, per un totale di 240 g. di miscela.

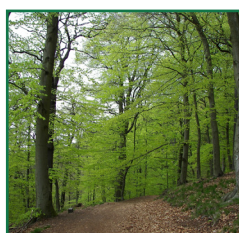


da: Oh Ester S. et al. Spices in a high-saturated fat, high-carbohydrate meal reduce postprandial proinflammatory cytokine secretion in men with over weight or obesity (...). Nutr Immunol., 2020.

Erbe aromatiche	
Erba	Composti attivi
Alloro	1-8 cineolo, sesquiterpeni, partenolide
Basilico	1-8 cineolo, eugenolo, apigenina, acido ursolico, acido rosmarinico, luteina e betacarotene (questi ultimi sono precursori della vit. A). Minerali: elevato contenuto in calcio
Origano	acidi fenolici e flavonoidi: carvacrolo, timololo/timolo, apigenina e quercetina. altri composti: vitamina C, calcio
Rosmarino	alfa-pinene, acido rosmarinico, acido carnosico, carnosio altri composti: calcio
Timo	timolo (monoterpene) altri composti: ferro
Le erbe aromatiche, componenti della dieta mediterranea, sono ricche di composti con attività antinfiammatoria e antiossidante. Alcune di queste sostanze inibiscono il fattore di trascrizione NF-kB, citochine pro-infiammatorie (TNF-alfa, IL-1 beta, IL-6), gli enzimi ciclossigenasi COX-2 (origano), attivano il fattore di trascrizione Nrf2 (rosmarino) ed enzimi antiossidanti. Inoltre contengono vitamine ed oligoelementi.	
Spezie	
Spezia	Composti attivi
Cannella	aldeide cinnamica, eugenolo, beta-cariofillene, acido cinnamico, terpeni
Capsico	capsaicina, capsantina, luteina e beta-carotene, vit. A e C, oligominerali
Coriandolo	linalolo, geranil-acetato, anetolo
Cumino	cuminaldeide, timochinone, fitoestrogeni e polifenoli con attività antiossidante, vit. C e A
Curcuma longa	curcumin, curcuminoidi, sesquiterpeni, diterpeni, triterpenoidi
Pepe nero	piperina
Zenzero (Ginger)	6-gingerolo, shogaoli, paradoli, gingeroni, gingerdiolo, gingerdione, zerumbone, zingiberene, terpeni, vit. C, PP, E, B6, oligoelementi
Numerose spezie hanno attività antinfiammatoria: inibizione di citochine pro-infiammatorie, ciclossigenasi COX-2, prostaglandine (PGE2), lipossigenasi, metalloproteinasi della matrice. Hanno inoltre attività antiossidante ed attivano vie di segnale antitumorali.	

“Forest Bathing”: gli effetti salutarì del “Bagno nella foresta”

Erika Oriolo - Costanza Fatighenti - Benedetta Marchesini



“**Forest Bathing**: gli effetti salutarì del Bagno nella Foresta” è un progetto di cooperazione sviluppato nel mese di gennaio 2020 da operatori LILT della Sezione di Prato e la Farmacia Balducci di Calenzano, destinato agli studenti del Liceo Carlo Livi (classe III) di Prato. Il progetto dal titolo “Natura e Salute” è nato con lo scopo di avvicinare i giovani alla natura e alle camminate in aree boschive ricche di monoterpeni. Esso è stato portato a termine solo per la parte teorico-pratica nella sede scolastica. La seconda parte prevedeva l’incontro di operatori LILT, farmacisti e studenti del Livi in un’ area boschiva dell’Area pratese per una esercitazione pratica atta a dimostrare l’importanza del *Forest Bathing* per la salute. La sessione è stata interrotta a causa dell’epidemia da COVID-19. L’attività di *Forest Bathing*, nata in Giappone intorno al 1980,



Lezione agli studenti



Esercitazione pratica con la Dott.ssa Oriolo

consiste nell'effettuare camminate lungo percorsi boschivi ad alta emissione di monoterpeni che hanno proprietà salutari. Essa può essere paragonata all'aromaterapia che ha comprovati effetti positivi per l'organismo. Monoterpeni emanati dalle piante e assorbiti dall'apparato respiratorio per inalazione e dalla pelle stimolano la produzione di ormoni e neurotrasmettitori. Tali composti hanno attività antinfiammatoria ed antiossidante inibendo il fattore di trascrizione NF-kB, citochine infiammatorie IL-6 e TNF-alfa ed iperregolando il fattore di trascrizione Nrf2. Determinano inoltre riduzione degli ormoni dello stress (cortisolo, epinefrina e norepinefrina) ed esercitano azione di stimolo del sistema immunitario. Piante arboree quali il faggio, il leccio, la magnolia, il pino, la quercia contribuiscono alla salute anche per le loro caratteristiche elettromagnetiche. L'influenza bioenergetica generata da queste piante deriva dal contenuto in minerali e polifenoli presenti nel loro tronco e dalle condizioni elettromagnetiche delle aree boschive in cui sono collocate. Tutti questi meccanismi sono stati oggetto della pubblicazione LILT "Natura e Salute" (www.legatumoriprato.it).



“La vita al centro”

Promozione dell' attività fisica con LILT

Luigi Alberto Galardi



L' attività fisica aerobica, quando è praticata regolarmente, esercita un' azione preventiva nelle malattie della terza età e nelle patologie tumorali (vedi Tabella). L' Associazione Sport per Prato con la “La vita al Centro” si promette di riportare il cittadino all'interesse per la Città e le sue bellezze artistiche stimolando, al tempo stesso, l' attività fisica e sostenendo i progetti della LILT nel territorio.

ATTIVITA' FISICA AEROBICA: EFFETTI SALUTARI	
L' attività fisica aerobica (camminata, nordic walking, bicicletta, nuoto, corsa, etc.) praticata individualmente o come sport di gruppo e in modo regolare esercita effetti salutari.	
muscolo-scheletrici	<i>incrementa la forza muscolare, l'equilibrio, la densità ossea e contrasta l'osteoporosi e l'osteoartrosi</i>
metabolici	<i>riduce la massa grassa, la glicemia, i lipidi, la produzione di ormoni e quindi è utile nel diabete, nella sindrome metabolica e nell'obesità</i>
cardiovascolari e respiratori	<i>riduce la pressione arteriosa, migliora il respiro e la capacità polmonare</i>
intestinali	<i>migliora il transito e la regolarità intestinale</i>
sistema immunitario	<i>stimola il sistema immunitario</i>
infiammazione	<i>esercita attività antinfiammatoria</i>
cervello	<i>migliora l'umore, le funzioni cognitive, la memoria, l'attenzione, la qualità del sonno, rallenta il declino cerebrale. Riduce lo stress ed ha attività antidepressiva.</i>
mortalità	<i>riduce la mortalità per tutte le cause</i>
(Haseler et al. Promoting physical activity to patients. BMJ, 2019.)	



Postfazione

FARMA-LILT: un percorso insieme

Fabia Romagnoli



E' con piacere che vediamo la nascita di un progetto di collaborazione fra le Farmacie dell' Area pratese e la Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori Sezione di Prato (**FARMA-LILT**).

La collaborazione ha preso l'avvio con qualche sporadica iniziativa negli anni passati, ma solo poco prima della pandemia abbiamo cominciato a lavorare per un percorso più strutturato di collaborazione tra Lilt e farmacie del territorio. L' emergenza da Covid, sia per le restrizioni da questa imposte che per tutte le criticità ed attività a cui sono state chiamate le farmacie territoriali, ha comportato la sospensione di questo progetto, che ora ci auguriamo di poter riprendere con forza ed efficacia. Le criticità del nostro sistema sanitario sono state evidenziate dalla pandemia, che ha fatto emergere chiaramente quanto sia necessaria una rete sanitaria più strutturata sul territorio e più vicina alle esigenze del "paziente", anello debole del sistema sanitario. Le farmacie si sono dimostrate in questo contesto strutture sanitarie resilienti e pronte a recepire velocemente le trasformazioni necessarie per dare il massimo contributo al contenimento della pandemia e per offrire assistenza ai cittadini, anche tramite la propria attività di counselling, che consente di affrontare in modo più consapevole situazioni delicate individuali e criticità in ambito sanitario.

La farmacia territoriale è da sempre un presidio sanitario di riferimento per la popolazione, facilmente accessibile al cittadino e porta di accesso al Sistema Sanitario. Il percorso FARMA-LILT consentirà una maggior messa a disposizione sul territorio delle competenze e dei servizi offerti da Lilt nella prevenzione oncologica e contemporaneamente potrà essere di stimolo ad ulteriori percorsi di specializzazione nelle farmacie per poter assolvere con competenza il ruolo socio sanitario anche nella prevenzione oncologica e nell' assistenza del paziente oncologico.

Ben venga una cooperazione FARMA-LILT con nuove idee, nuovi progetti, nuove proposte operative: sono tempi questi in cui appare sempre più utile un'azione incisiva sul territorio.

“LA FARMACIA ONCOLOGICA”

Dr. Roberto Benelli M.D.

Presidente LILT Sezione di Prato

Dott. Caterina Brandi

Farmacista - Farmacia Etrusca - Prato

Dott. Gennaro Brandi

Farmacista - Farmacia Etrusca - Prato

Dott.ssa Stefania Capecchi

Farmacista - Nutrizionista - LILT Sezione di Prato

Dott. Ferruccio Balducci

Farmacista - Farmacia Balducci - Calenzano

Dott. ssa Erika Oriolo

Farmacista - Farmacia Balducci - Calenzano

Dott.ssa Costanza Fatighenti

LILT Sezione di Prato

Dott.ssa Benedetta Marchesini

LILT Sezione di Prato

Dott. Luigi Alberto Galardi

Farmacista - Farmacia San Francesco Parco Prato

Presidente della “Associazione Sport per Prato”

Dott.ssa Fabia Romagnoli

Farmacista - Farmacia Bottari - Consigliera LILT Sezione di Prato

Si ringraziano per la collaborazione:

- Le Farmacie che hanno aderito all' iniziativa
- Chiara Pastorini, Martina Antenucci, Martina Gianassi, Federica Vannuccini, Daniela Cosci (LILT Sezione di Prato)
- Dott.ssa Elena Cecchi (Biologa)
- Giovanni Fatighenti, per la fotografia



Farmacia Etrusca



Farmacia Bottari



Farmacia Balducci



Farmacia San Francesco
Parco Prato



SOSTIENI LILT SEZIONE DI PRATO

DONA IL 5 x 1000

Codice Fiscale: 01685160978

LEGA TUMORI PRATO: ATTIVITÀ DIAGNOSTICHE

- **CARDIONCOLOGIA:** Visita Cardiologica, ECG, Ecocardiografia, Valutazione Cardioncologica
- **DERMATOLOGIA:** Prevenzione dei tumori della pelle, Mappatura nei, Terapia Fotodinamica, Asportazione di lesioni sospette
- **DIETOLOGIA:** Dieta Mediterranea, Prevenzione della sindrome metabolica e dell'obesità, Supporto nelle terapie oncologiche
- **ECOGRAFIA INTERNISTICA:** Ecografia polidistrettuale
- **ECOGRAFIA MAMMARIA**
Convenzione con Alliance Medical per Mammografia con tomosintesi
- **GASTROENTEROLOGIA:** Consulenza medica e Convenzione con Etrusca Medica per Gastrosopia e Retto-Colonsocopia
- **GINECOLOGIA:** Consulenza Medica, Ecografia, THIN PREP, HPV DNA test, Tampone vaginale, Vulvosocopia, Colposocopia e Peniscopia
- **ONCOLOGIA:** Follow-up pazienti oncologici, Medicina Integrativa
- **OTORINOLARINGOIATRIA:** Consulenza Medica
- **UROLOGIA:** Consulenza Urologica, Uroflussometria
- **PSICOLOGIA**
- **CONSULENZA SESSUOLOGICA**
- **LAB-LILT:** Punto prelievi per esami di laboratorio

Prato, 25 Febbraio 2022

*(Copia non in commercio
a cura della LILT Sezione di Prato
www.legatumoriprato.it)*

