

## **Quali sono i presupposti e qual'è l'obiettivo dello studio COS 2?**

Studi scientifici hanno mostrato come diversi fattori legati all'alimentazione ed allo stile di vita come il peso corporeo, l'eccesso di calorie e di proteine, di solito associati ad una maggiore biodisponibilità di fattori di crescita quali l'IGF-I, siano particolarmente importanti nelle portatrici di mutazioni BRCA. Tutti questi fattori sono legati ad un pattern di rischio ormonale e metabolico che tuttavia può essere modificato. Ad esempio, una dieta a basso contenuto proteico e calorico si associa a livelli sierici più bassi di insulina e di IGF-I. Ugualmente, l'attività fisica è associata a bassi livelli di IGF-I. Un cambiamento complessivo della dieta caratterizzato da un ridotto consumo di prodotti industrialmente raffinati e di alimenti di origine animale e da un consumo aumentato di cereali integrali, legumi e verdure è in grado di ridurre il peso corporeo ma anche insulina e la biodisponibilità di IGF-I.

Sulla base di queste evidenze scientifiche i ricercatori della Fondazione IRCCS Istituto Nazionale dei Tumori di Milano cercano la collaborazione di donne portatrici di una mutazione BRCA per partecipare ad un trial randomizzato controllato di dieta e attività fisica.

Obiettivo dello studio è fornire delle raccomandazioni nutrizionali di prevenzione primaria alle famiglie ad alto rischio genetico per aiutare le donne suscettibili e dare loro ulteriori opzioni per ridurre il rischio di ammalarsi di tumore della mammella.

## **In cosa consiste la partecipazione al COS 2?**

Lo studio prevede 7 incontri distribuiti nell'arco di circa un anno.

Nel primo e nell'ultimo incontro (a distanza di circa 6 mesi-1 anno) sarà effettuato un prelievo di sangue ed una visita antropometrica per rilevare il peso, l'altezza, la circonferenza vita e la pressione arteriosa. Gli altri incontri prevedono attività teoriche e pratiche riguardanti l'alimentazione e lo stile di vita, comprensivi di lezioni di cucina e condivisione del pasto.

Chi aderisce si impegna a mettere in pratica le indicazioni ricevute durante il periodo dello studio.

## **Chi può aderire allo Studio COS 2?**

Tutte le donne con un test genetico positivo per una mutazione dei geni BRCA. La volontaria può essere una donna sana oppure essere già stata operata per un tumore della mammella.

## **Dove si svolge?**

Le volontarie verranno seguite dai ricercatori del Campus Cascina Rosa (Fondazione IRCCS Istituto Nazionale Tumori) Via Vanzetti, 5 - Milano.

Ci sono altre sedi in Italia dove è possibile aderire, al momento Roma e Bari: se interessate contattate la referente

**Quando è possibile aderire?**

Il prossimo reclutamento a Milano è previsto nel prossimo mese di giugno.

**Chi posso contattare per informazioni e/o per l'adesione?**

Dottorssa Andreina Oliverio

mail: andreina.oliverio@istitutotumori.mi.it

tel 0223903573

*Cortesemente se aderite comunicatelo alla referente per aBRCAdaBRA: Sonia Albanese  
sonialbanese@gmail.com*