

## CHI CONTATTARE:

Per informazioni e appuntamenti: dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 17.00 oppure scrivete una e-mail.

### **Dottorssa Patrizia Pasanisi**

*Coordinatrice dello studio*

*Medico Epidemiologo, Nutrizionista*

0223903513 [patrizia.pasanisi@istitutotumori.mi.it](mailto:patrizia.pasanisi@istitutotumori.mi.it)

### **Dottorssa Eleonora Bruno**

*Nutrizionista, Epidemiologo*

0223903512 [eleonora.bruno@istitutotumori.mi.it](mailto:eleonora.bruno@istitutotumori.mi.it)

### **Dottorssa Andreina Oliverio**

*Nutrizionista*

0223903573 [andreina.oliverio@istitutotumori.mi.it](mailto:andreina.oliverio@istitutotumori.mi.it)

### **Signora Patrizia Curtosi**

*Counselor per le Relazioni Esterne*

0223902868 [diana@istitutotumori.mi.it](mailto:diana@istitutotumori.mi.it)

**Interno con segreteria telefonica**

## GRUPPO DI RICERCA:

SC Epidemiologia e Prevenzione - Dipartimento di Medicina Predittiva e per la Prevenzione, Fondazione IRCCS Istituto Nazionale dei Tumori, Milano.

## SEDE dello STUDIO COS 2:



## SI RICEVE SU APPUNTAMENTO



FONDAZIONE IRCCS  
ISTITUTO NAZIONALE  
DEI TUMORI



Opera di Giovanni Giacometti (1868-1933)

# COS 2

*Alimentazione, Stile di vita  
e Prevenzione  
nelle portatrici di mutazione BRCA*

Il tumore della mammella ereditario rappresenta circa il 5% di tutti i tumori della mammella, e circa la metà di questi è legata a mutazioni dei geni *BRCA*. Sebbene la presenza di queste mutazioni determini un aumentato rischio di sviluppare la malattia, non tutte le portatrici di mutazione si ammalano.

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 bio-disponibilità di fattori di crescita quali l'**IGF-I**, siano particolarmente importanti nelle portatrici di mutazioni *BRCA*.

Noi sappiamo che 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.

Lo studio prevede 7 incontri distribuiti nell'arco di un anno. Il primo prevede un colloquio informativo, una visita nutrizionale, la somministrazione delle raccomandazioni di prevenzione nutrizionale del Fondo Mondiale per la ricerca sul cancro (WCRF) ed un prelievo del sangue. Gli altri incontri prevedono attività teoriche e pratiche riguardanti l'alimentazione e lo stile di vita.

## 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.***

*Le volontarie verranno seguite dai ricercatori del Campus Cascina Rosa, Fondazione IRCCS Istituto Nazionale Tumori di Milano.*

*La partecipazione richiede il consenso a:*

- ***Fare un prelievo di sangue ed una visita antropometrica per rilevare il peso, l'altezza, la circonferenza vita e la pressione arteriosa al momento dell'adesione e a distanza di 1 anno.***
- ***Partecipare ad un primo incontro su "Alimentazione, stile di vita e prevenzione in presenza di un alto rischio genetico" presso il Campus Cascina Rosa della Fondazione IRCCS Istituto Nazionale Tumori di Milano.***
- ***Partecipare a 7 incontri distribuiti nell'arco di un anno. Gli incontri prevedono conferenze teoriche, sessioni di attività fisica, corsi di cucina e pasti comuni dimostrativi.***
- ***Mettere in pratica le indicazioni dei ricercatori anche a casa.***
- ***Rispondere periodicamente a questionari su alimentazione, stile di vita e stato di salute.***

🌿🌿🌿

***Tutta la famiglia della volontaria può partecipare agli incontri dello studio Cos 2.***