

29 GENNAIO 2019 - N. 7

La tua abitudine al benessere

Starbene

NOVITÀ
**ARRIVA LA DIETA
CHETOGENICA
ALL'ITALIANA**

**HAI GIÀ
PROVATO IL
FEET-NESS?**
IL PILATES
PER CHI PORTA
I TACCHI

SE GLI
ESTROGENI
SONO FUORI
CONTROLLO

Dossier
**COME SI FA
A RESTARE
FEDELI**

**6 ESERCIZI
FAIDA TE PER
CENTRARE
L'OBIETTIVO
PANCIA PIATTA**

Testati per voi

POP CORN

SCARPONI DA SCI

→ACQUA
→OSSIGENO
→CALORE
→NUTRIMENTO
**4 COSE DI CUI
HA BISOGNO
LA TUA PELLE**

1,50 €

GRUPPO  MONDADORI



9 771120 527005

SPORTELLO DIRITTI

di Giorgia Nardelli

PER PREVENIRE IL CANCRO PIÙ SCREENING GRATUITI

Un percorso di sorveglianza intensivo per individuare precocemente l'insorgenza di alcuni tumori, attraverso controlli ed esami gratuiti. La novità, introdotta in Toscana, riguarda coloro che hanno una mutazione dei geni Brca1 e Brca2, e quindi un rischio maggiore di sviluppare cancro alla mammella, alle ovaie e alla prostata. «Attualmente sono quattro le Regioni in cui è prevista in questi casi l'esenzione D99, che offre l'accesso a programmi gratuiti di sorveglianza: oltre alla Toscana, Emilia-Romagna, Lombardia, Liguria», spiega Rosanna D'Antona, presidente del movimento Europa Donna Italia (europadonna.it), che si batte per estendere la gratuità

in tutte le Regioni. «Gli screening sono riservati alle persone con mutazione accertata. Per stabilirlo serve un test genetico che può essere prescritto da uno specialista solo dopo una consulenza genetica». Il consiglio è di rivolgersi al medico nel caso in cui ci siano nei parenti più prossimi casi di tumore al seno, all'ovaio, o alla prostata per gli uomini, per capire se è il caso di eseguire il test. «Se il responso dovesse essere positivo è bene rivolgersi a un centro specializzato, per le donne una breast unit (i centri di senologia multidisciplinare), per seguire il percorso di screening. Nelle altre Regioni sarà però necessario pagare un ticket per ogni controllo».

L'agenda della settimana

LA GIORNATA CONTRO LO SPRECO

5 febbraio Si celebra la sesta Giornata nazionale di prevenzione dello spreco. A Roma sono in programma una serie di iniziative per sensibilizzare giovani e famiglie sul tema dello spreco alimentare e sul valore del cibo. Oltre al convegno, videoinstallazioni interattive e degustazioni di piatti ottenuti con cibi di recupero. Per info: sprecozero.it.

IL CONVEGNO SUGLI ANTICOAGULANTI

7-8 febbraio A Bologna si tiene il IV Convegno Nazionale di Anticoagulazione, un appuntamento rivolto non solo agli addetti ai lavori, ma anche ai pazienti che seguono terapie anticoagulanti e ai loro familiari per discutere di