

## L'attività fisica sfida il cancro grazie alla Fondazione Cassa e a Technogym

Sono i sostenitori di "EXcellent", il nuovo studio condotto dall'Unità operativa di Oncologia dell'Ausl Romagna



**08 Febbraio 2022** Un'attività fisica personalizzata, "cucita" su misura del paziente oncologico, in affiancamento alla terapia farmacologica. Si potrebbe sintetizzare così la forza innovativa di "EXcellent", dall'inglese "EXercise in oncogene-addicted lungcancer in active treatment", il nuovo studio spontaneo condotto dall'Unità operativa di Oncologia dell'Ausl Romagna, in partnership con Technogym e finanziato dalla Fondazione Cassa di Risparmio di Ravenna, che ha ottenuto anche una borsa di studio dalla Fondazione Aic-Net.

«Si tratta di una ricerca accademica, di tipo non farmacologico – spiega Stefano Timberi, direttore dell'Oncologia del presidio ospedaliero di Ravenna – che prevede sinergie importanti con centri di livello nazionale. Come reparto è il terzo studio promosso di recente, nella convinzione che solo andando in questa direzione possa esserci qualità di cura. Sono lontani, per fortuna, i tempi in cui la visione dell'oncologia era esclusivamente incentrata sui farmaci. Non a caso, in passato l'Oncologia era chiamata Unità di Chemioterapia. Oggi l'oncologo non prescrive solo farmaci, ma anche un'attività fisica costruita sulle specifiche esigenze del malato».

A ideare e portare avanti il progetto, attualmente in fase iniziale, è Chiara Bennati, dirigente oncologa dell'Unità operativa di Oncologia. «Sono numerosi i dati a disposizione che già attestano la bontà dell'attività fisica – racconta –. Secondo alcuni studi potrebbe aiutare a prevenire almeno 13 tipi di neoplasie, ma può rivelarsi importante anche nel ridurre il rischio di recidiva della malattia. Non importa quando si comincia, c'è sempre una chance, perché i benefici arrivano subito. D'altra parte non c'è nessun farmaco che possa ridurre la stanchezza, mentre può farlo l'attività fisica.

Con questo studio, ci siamo chiesti cosa può fare lo sport quando la malattia è già presente. Sono stati coinvolti 40 pazienti affetti da tumore del polmone avanzato, patologia che oggi rappresenta la principale causa di morte per cancro nel mondo. Si tratta, e in questo risiede l'innovazione del

progetto, di pazienti con specifiche alterazioni genetiche, che abitualmente sono giovani e hanno bisogno di recuperare quanto prima la loro qualità di vita, per essere reinseriti nella società, nel mondo del lavoro e per partecipare attivamente alla gestione delle loro famiglie».

I pazienti sono sottoposti a test di forza, con l'applicazione donata da Technogym che consente inoltre di elaborare una specie di "carta terapeutica personalizzata", con gli esercizi da eseguire a casa propria. Uno degli obiettivi è quello di vedere quanto l'attività fisica influisca sulle risposte immunitarie. «Il progetto ci ha subito convinto perché in linea con la nostra mission – dice Silvano Zanuso, direttore del dipartimento Medico e scientifico di Technogym –. In tempi in cui siamo diventati tutti più sedentari grazie alla tecnologia che ha meccanizzato tante operazioni, è importante ricorrere all'esercizio fisico organizzato».

Nel corso della presentazione di oggi, all'ospedale S. Maria delle Croci, ha colpito molto la testimonianza di una delle partecipanti al progetto. «Quando ho scoperto la malattia – rivela Maddalena –, mi sentivo sempre stanca oltre che avvilita moralmente, fino a diventare depressa. Ero sovraccaricata di farmaci. Poi ho scoperto l'importanza del supporto psicologico e dell'attività fisica. Per questo sono contenta di aderire al progetto».

Prezioso è stato il contributo della Fondazione Cassa di Risparmio di Ravenna. «Abbiamo sempre finanziato la sanità con l'acquisto di macchinari – ricorda il presidente Ernesto Giuseppe Alfieri –. Questa è la prima volta che sosteniamo un progetto di ricerca, una scelta non casuale visto che abbiamo fortemente caldeggiato il corso di laurea in Medicina per far crescere la sanità nel territorio».

«La pandemia – conclude il sindaco Michele de Pascale – ha avuto il merito di dare impulso a iniziative finalizzate alla promozione della salute, soprattutto nei riguardi dei più giovani e delle fasce più fragili della popolazione. Lavorare sugli stili di vita per migliorare la qualità di vita deve essere una priorità per le politiche sanitarie».

Soddisfazione è stata espressa da Gianluigi Sella, responsabile della Medicina dello Sport dell'Ausl, e da Francesca Bravi, direttore dell'ospedale di Ravenna, che ha sottolineato come sia fondamentale lavorare sulla prevenzione per migliorare gli esiti della cura, mettendo in pratica un modello di cura che tenga conto degli aspetti psicologici e sociali della malattia che coinvolga anche la cittadinanza.

r.b. 