



# OK

SALUTE E BENESSERE

**MILLY CARLUCCI**

Intossicata dal botulino, non mangio più pesce, glutine e latticini

**SMAGLIATURE**

Anche lo stress le favorisce

**OSTEOPOROSI**

5 regole per prevenire la fragilità ossea

**FITOTERAPIA**

LE PIANTE DELLE STREGHE  
PROMOSSE DALLA SCIENZA

**DIAGNOSI**

Il super fiuto dei cani che scova le malattie

**LE CONFESSIONI**

- Paolo Cevoli
- Caroline Wozniacki

# PELLE E COVID

DERMATOSI CHE RIVELANO L'INFEZIONE

**ANCH'IO**  
PAOLO CEVOLI

# Grazie alla **PREVENZIONE** ho evitato **UN TUMORE AL COLON**

«Mi dissero di sottopormi a controlli perché rischiavo di sviluppare la stessa malattia di mia madre. **Con una colonscopia ho scoperto un polipo, poi rimosso»**

• *Confessione raccolta da Cinzia Galleri*

**H**o pensato che la mia «faccia da culo» potesse essere perfetta, e soprattutto utile, per sostenere la campagna di sensibilizzazione della Federazione italiana società malattie apparato digerente (Fismad) per la prevenzione del tumore del colon retto. Chi, come me, è noto e amato dal pubblico penso abbia il dovere di mettersi a disposizione delle associa-

zioni che si impegnano per migliorare la salute delle persone. Io, poi, ho anche un motivo personale. Mia madre, infatti, circa 30 anni fu colpita da un cancro al colon. Nonostante le metodologie diagnostiche meno sofisticate rispetto a ora, la massa tumorale fu individuata con tempestività e asportata con successo. La diagnosi eseguita in tempo record e la bravura dei medici che la operarono salvarono mia madre, le permisero di vivere fino a 90 anni e di morire, lo scorso maggio, di vecchiaia.

## L'INTERVENTO È STATO VELOCE E INDOLORE

Gli specialisti che seguirono la mamma durante la malattia mi dissero che questo tumore ha un carattere ereditario e pertanto avrei dovuto sottopormi periodicamente a degli esami di controllo. Nel corso degli anni ho seguito le indicazioni dei medici e mi sono sempre recato in ospedale per gli esami di screening. Proprio durante uno di questi, esattamente cinque anni fa, una colonscopia ha messo in luce la presenza di un polipo nell'intestino. È una formazione benigna, ma va tolta perché, se lasciata al suo posto, potrebbe degenerare in tumore. Non mi sono preoccupato perché non avevo mai lamentato dei disturbi e poi perché i medici mi hanno spiegato che, con un brevissimo e semplice intervento, sarebbero riusciti a rimuoverlo.

Così è stato, infatti: la polipectomia, questo il nome dell'operazione di asportazione per via endoscopica



*In alto a destra, il comico e attore Paolo Cevoli, 62 anni, protagonista per oltre dieci anni del programma Mediaset Zelig (a destra, col conduttore Claudio Bisio). È il testimonial della campagna di sensibilizzazione sull'importanza della prevenzione del cancro coloretale lanciata da Fismad - Federazione italiana società malattie apparato digerente.*







della ecrescenza nel colon, è durata qualche minuto. A dire il vero non me ne sono neanche accorto, poiché è basta una piccola dose di anestesia per farmi crollare in un sonno profondo. Al risveglio non avevo nessun dolore e mi sentivo in piena salute. I medici, poi, mi hanno detto che sarebbe bastato seguire i soliti esami di routine per tenere sotto controllo lo stato del mio colon.

#### MI SOTTOPONGO SPESSE A ESAMI DI CONTROLLO

Niente di nuovo per me, che sono abituato a fare regolarmente il tagliando al mio «furgone». Non sono un ipocondriaco che corre in ospedale al primo malessere o va in panico dopo che legge la diagnosi di dottor Google. Mi controllo, faccio spesso gli esami del sangue, le visite specialistiche del caso senza ansia e senza paura di scoprire chissà che cosa. Poi non capisco perché non dovrei, anzi non dovremmo, farli! Il corpo è il no-



### Te lo spiega la gastroenterologa

#### L'ENDOSCOPIA È L'ARMA VINCENTE CONTRO IL CANCRO INTESTINALE

ELISABETTA BUSCARINI, DIRETTORE DI GASTROENTEROLOGIA ED ENDOSCOPIA DIGESTIVA ALL'OSPEDALE MAGGIORE DI CREMA E PRESIDENTE DELLA FEDERAZIONE ITALIANA SOCIETÀ MALATTIE APPARATO DIGERENTE

**L'**adenoma del colon, meglio noto come polipo intestinale, si presenta come una massa di cellule che assume le sembianze di una ghiandola. I polipi non sono tutti uguali e la probabilità che evolvano in un tumore del colon dipende anche dalle loro dimensioni: è minima, infatti, in formazioni di diametro inferiore al centimetro e molto alta in quelli che superano i tre centimetri.

● **DIAGNOSI**  
La tempestività nell'individuare l'adenoma è quindi fondamentale per scongiurare il rischio di un cancro del colon retto. Il polipo, però, non dà luogo a sintomi e per accorgersi della sua presenza è necessario sottoporsi a esami di screening: in prima battuta ricerca del sangue occulto

nelle feci, poi la colonscopia in caso di esito positivo oppure se prescritta dal medico ai pazienti a rischio per familiarità, come Paolo Cevoli. Purtroppo la pandemia ha fatto perdere in Italia circa un milione di esami di screening, cifra che si traduce in quasi 7mila adenomi avanzati e più di mille tumori non diagnosticati.

● **INTERVENTO**  
Se durante la colonscopia si individua un polipo, viene subito rimosso chirurgicamente con intervento totalmente indolore, che viene eseguito in anestesia locale e richiede un ricovero di poche ore. L'adenoma viene avvolto da una specie di cappio, in cui passa la corrente elettrica, che resecta alla base l'ecrescenza. Successivamente, il

tessuto viene esaminato per appurare lo stato delle cellule al suo interno; per capire cioè se il polipo è di natura benigna o maligna. Una volta tolto il polipo, il paziente può essere sicuro di aver allontanato (per lo meno in quel punto) il rischio di un cancro al colon.

● **STILE DI VITA**  
Nella prevenzione del tumore al colon svolgono un ruolo importante anche quelli che vengono chiamati fattori di rischio modificabili, cioè che possono essere cambiati in vista di un miglioramento della salute. Sedentarietà, sovrappeso, scorretta alimentazione, abuso di alcolici e assenza di attività fisica espongono chiunque alla possibilità di andare incontro a un cancro del colon retto.

stro strumento di lavoro: se non lo trattiamo con cura e trascuriamo le dovute revisioni rischiamo di perdere qualche pezzo lungo il tragitto e di non riuscire ad andare alla velocità che vorremmo. Nonostante sia un «patacca» doc, e quindi mi piaccia bere e magnare, cerco di trovare un equilibrio anche a tavola grazie al digiuno intermittente. Per due volte alla settimana salto la colazione e il pranzo per consumare direttamente

la cena; così facendo mi sento più attivo, sveglio e questo mi è utile soprattutto se sono impegnato nella scrittura dei testi. Inoltre, sull'esempio di un nonnetto di Riccione che mi ha confidato che non ha più un raffreddore «da quando faccio il bagno d'inverno ogni giorno», anche io sperimento spesso i benefici dell'acqua ghiacciata e devo dire che c'aveva ragione!

Paolo Cevoli