

NUTRIZIONE

Cancro al seno

Una dieta ipocalorica controllata potrebbe migliorare l'esito delle cure

Uno studio condotto sul modello animale e su un piccolo campione di donne dimostra che una restrizione calorica nel contesto di una dieta a base vegetale rallenterebbe la crescita del tumore anche nei casi di resistenza ai farmaci

a cura della **REDAZIONE**

Il tipo di alimentazione che si segue può influenzare sia la comparsa di una malattia oncologica sia il suo decorso. Una conferma importante giunge da uno studio internazionale coordinato da **IFOM** Milano e dal Policlinico universitario San Martino di Genova appena pubblicato sulla rivista *Nature*. In questo studio, una dieta ipocalorica a base vegetale praticata sotto stretto controllo medico in combinazione con terapia ormonale ha rallentato la crescita del tumore nei topi e in un gruppo pilota di 36 pazienti.

I dati sono stati raccolti grazie a due studi condotti all'Ospedale policlinico San Martino di Genova e all'INT di Milano, e dimostrano che una dieta specifica, portata avanti per circa sei mesi, riduce alcuni fattori di crescita che favoriscono la proliferazione cellulare e possono influenzare la crescita tumorale. In particolare, nei topolini e nelle cellule messe in coltura in laboratorio, questo effetto metabolico ha rallentato la progressione del cancro. A oggi i dati sulle donne sono ancora limitati e non permettono di trarre conclusioni sicure (per questo servono studi più ampi), ma

si può ipotizzare che effetti analoghi negli esseri umani potrebbero associarsi a una minor progressione del cancro, a un potenziamento dell'efficacia delle terapie e al recupero della sensibilità al trattamento in caso di resistenza ai farmaci.

Per ottenere un risultato, però, sia i cicli di dieta sia le settimane di intervallo devono seguire protocolli precisi da osservare sotto stretto controllo medico. Un approccio "fai da te" non è né efficace né sicuro: anzi, potrebbe aumentare il rischio di malnutrizione, una condizione frequente nei pazienti oncologici.

■ Un regime ben tollerato

"La dieta che abbiamo sperimentato in donne con tumore della mammella anche metastatico in terapia ormonale è un regime alimentare vegano ipocalorico che induce nel corpo gli effetti metabolici del digiuno, e per questo la dieta è stata chiamata 'mima-digiuno'" spiega Alessio Nencioni, del Dipartimento di medicina interna del Policlinico universitario San Martino di Genova, coordinatore dello studio con Valter Longo del **IFOM** di Milano, che aggiunge: "Nei

In questo articolo:

- nutrizione
- dieta ipocalorica
- cancro al seno



topi, la dieta mima-digiuno rallenta la crescita tumorale e fa regredire i tumori anche dopo l'acquisizione di resistenza alle terapie farmacologiche standard".

Gli effetti collaterali di questa dieta sono stati lievi e transitori, come mal di testa e debolezza. "La dieta ipocalorica, abbinata alle terapie ormonali, ha ridotto i livelli di glucosio in circolo ma soprattutto la leptina, l'ormone che regola la sazietà, l'insulina e il fattore di crescita insulino-simile (IGF1), tutte proteine che favoriscono la proliferazione delle cellule di tumore della mammella" spiega ancora Nencioni. "Le modifiche metaboliche indotte da questa dieta vengono mantenute a lungo nel tempo. Ciò suggerisce che la restrizione dietetica potrebbe diventare un'arma in più per combattere il tumore della mammella nelle donne in terapia ormonale. Si tratta ovviamente di risultati iniziali ma, se saranno confermati da ulteriori studi clinici con numeri più ampi di pazienti, potrebbero aprire la strada a nuovi scenari nell'ambito delle terapie oncologiche integrate."