



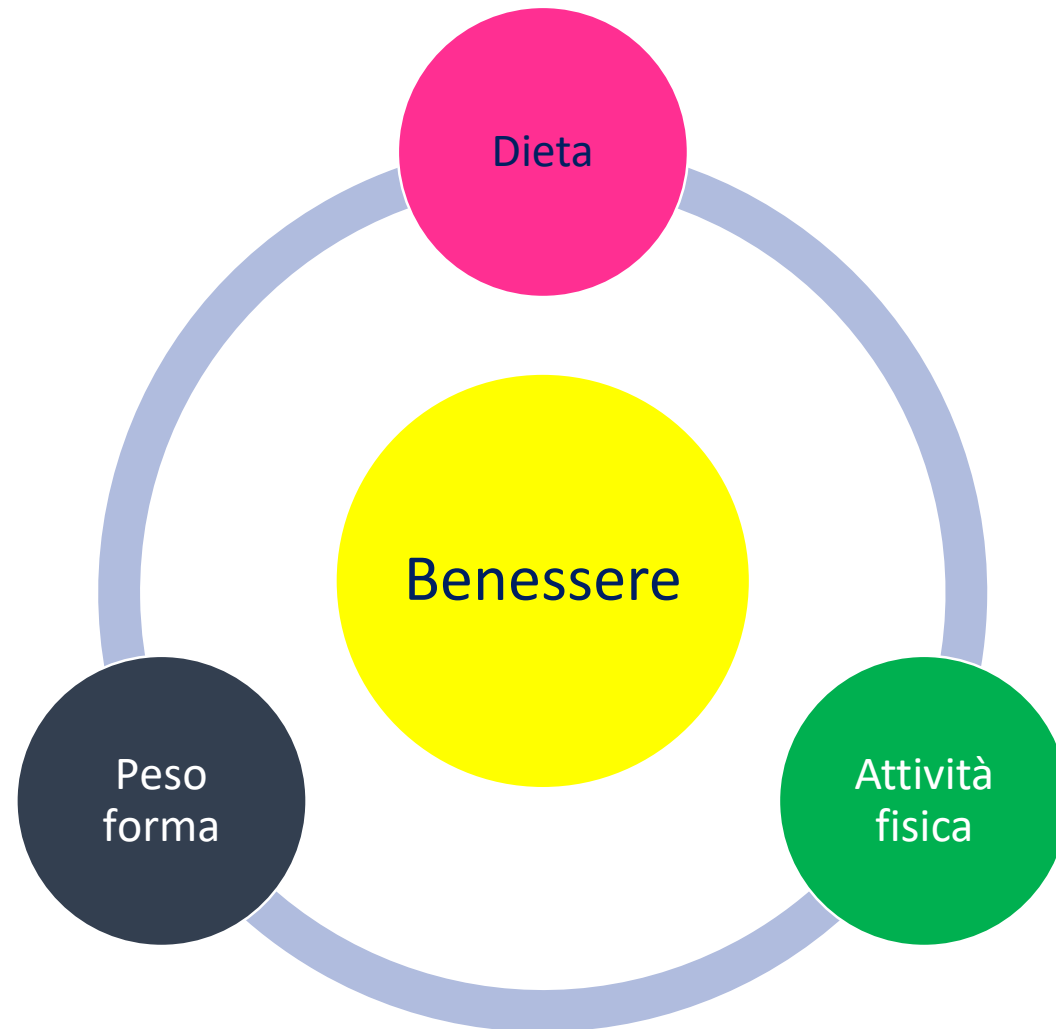
Alcool e cancro

JENNIFER FOGLIETTA

S.C.ONCOLOGIA MEDICA E TRASLAZIONALE

OSPEDALE S.MARIA DI TERNI

Cancro e stile di vita



Fattori di rischio comportamentali associati con l'insorgenza di tumori

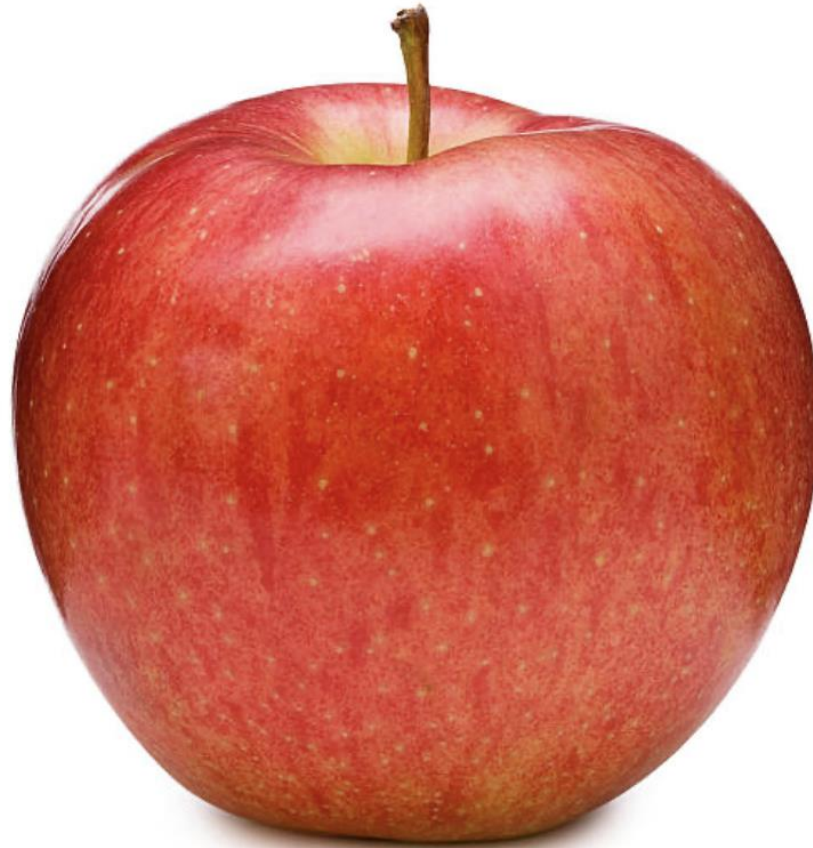
- Fumo
- Uso eccessivo di alcool
- Fattori dietetici
- Eccesso ponderale
- Inattività fisica

Nel 2024 in Italia circa **390000** nuove diagnosi di cancro

40% evitabili modificando lo stile di vita



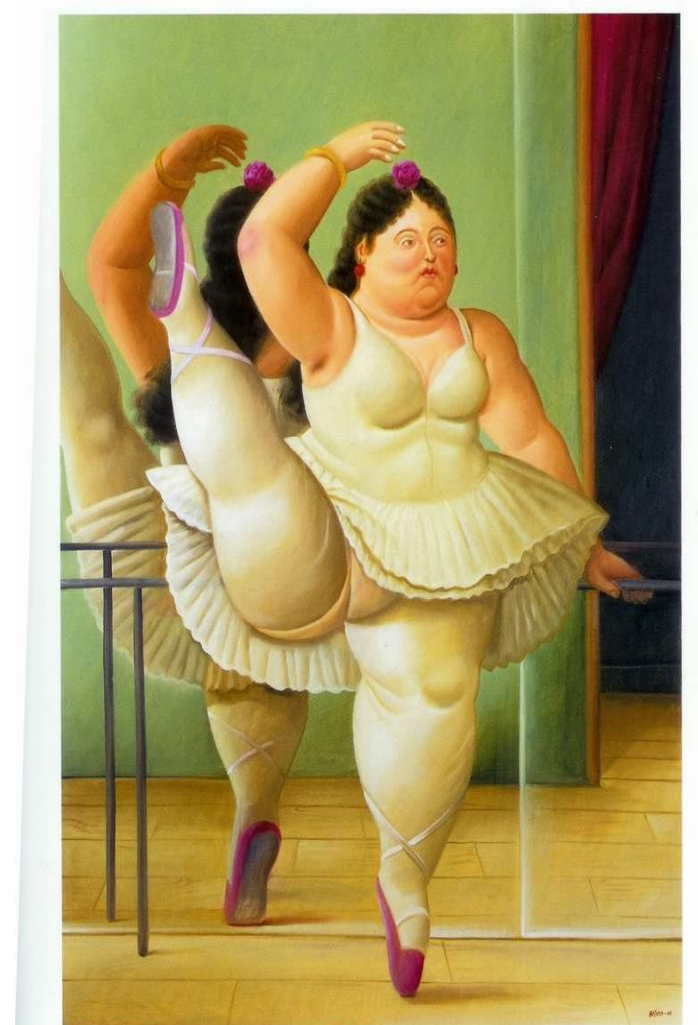
E' necessario un cambio di prospettiva per prevenire
i tumori



Alimentazione e rischio di carcinoma mammario

Fattori dietetici associati ad aumento del rischio

- **Obesità** (soprattutto post-menopausa)
- **Alcol**
- Diete ad alta densità energetica
- Insulino-resistenza



Alcool e cancro: cosa dice la scienza

- L'alcol è classificato come **cancerogeno per l'uomo (Gruppo 1)** dalla International Agency for Research on Cancer.
- Significa che esistono **prove scientifiche certe** che può causare cancro.

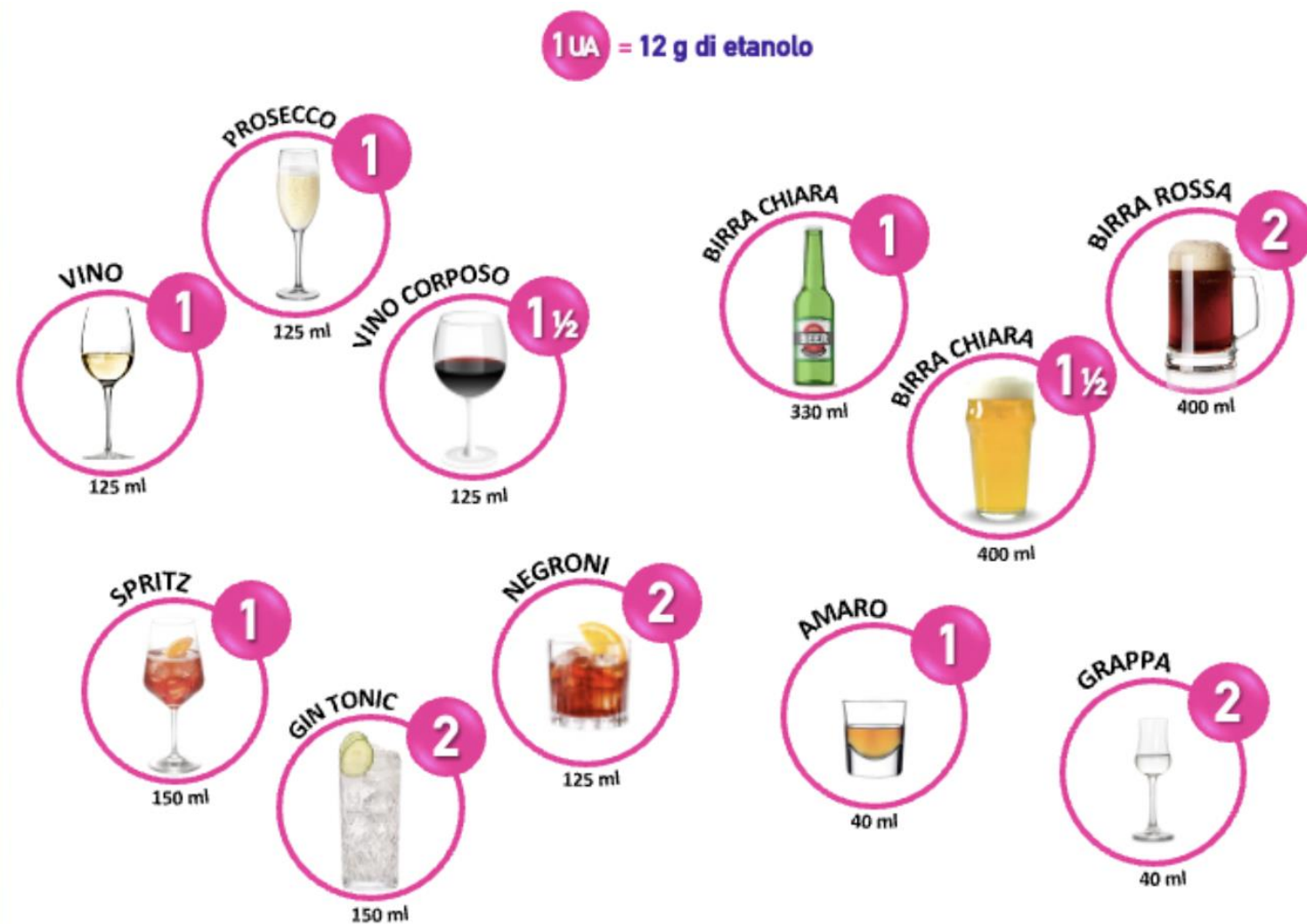
A Rough Guide to IARC CARCINOGEN CLASSIFICATIONS		
The International Agency for Research on Cancer (IARC) classifies substances to show whether they are suspected to cause cancer or not. It places substances into one of five categories depending on the strength of evidence for their carcinogenicity.		
GROUP	WHAT DOES IT MEAN?	WHAT DOES IT INCLUDE?
GROUP 1	CARCINOGENIC TO HUMANS Sufficient evidence in humans. Causal relationship established.	 Smoking, exposure to solar radiation, alcoholic beverages and processed meats.
GROUP 2A	PROBABLY CARCINOGENIC TO HUMANS Limited evidence in humans. Sufficient evidence in animals.	 Emissions from high temp. frying, steroids, exposures working in hairdressing, red meat.
GROUP 2B	POSSIBLY CARCINOGENIC TO HUMANS Limited evidence in humans. Insufficient evidence in animals.	 Coffee, gasoline & gasoline engine exhaust, welding fumes, pickled vegetables.
GROUP 3	CARCINOGENICITY NOT CLASSIFIABLE Inadequate evidence in humans. Inadequate evidence in animals.	 Tea, static magnetic fields, fluorescent lighting, polyethylene.
GROUP 4	PROBABLY NOT CARCINOGENIC Evidence suggests no carcinogenicity in humans/animals	1 ONLY 1 CHEMICAL EVER PLACED IN THIS GROUP, OF ALL SUBSTANCES ASSESSED Caprolactam, which is used in the manufacture of synthetic fibres.
THE IARC'S INDEX ONLY TELLS US HOW STRONG THE EVIDENCE IS THAT SOMETHING CAUSES CANCER. SUBSTANCES IN THE SAME CATEGORY CAN DIFFER VASTLY IN HOW MUCH THEY INCREASE CANCER RISK.		
© COMPOUND INTEREST 2015 - WWW.COMPOUNDCHEM.COM @COMPOUNDCHEM Shared under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives licence.		

Quantità di alcool e cancro

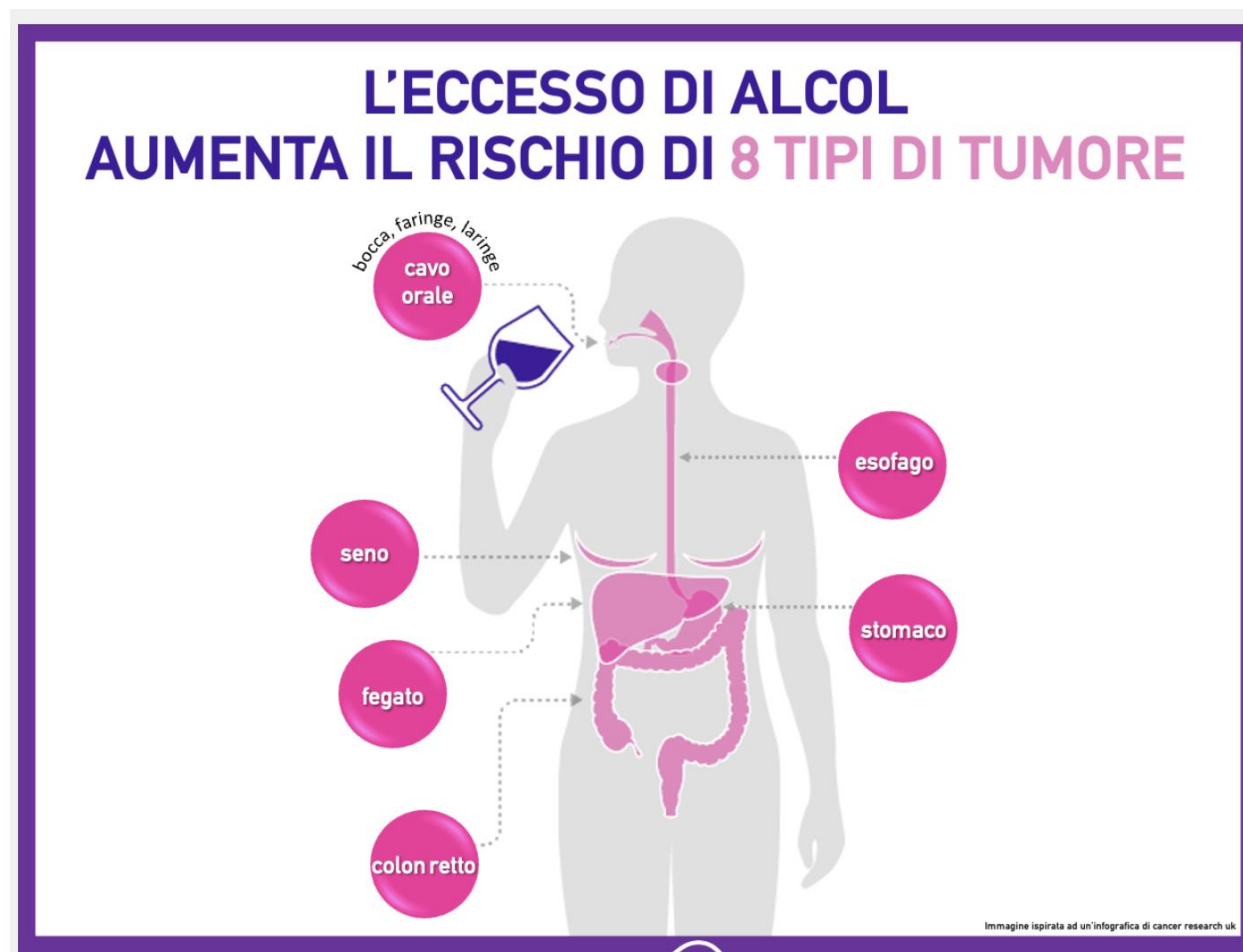
- L'**etanolo**, classificato come cancerogeno, viene metabolizzato nel fegato e **trasformato in acetaldeide**, molecola che gioca un **ruolo importante nel processo neoplastico**.
- **Non esiste una soglia di sicurezza** al di sotto della quale il rischio oncologico è contenuto, specie per il tumore del seno, pertanto la **raccomandazione** è quella di **non consumare alcolici**, ma se proprio si desidera introdurre tali bevande, **si consiglia un'assunzione moderata**: al massimo **1 unità alcolica al giorno per le donne e 2 per gli uomini**.



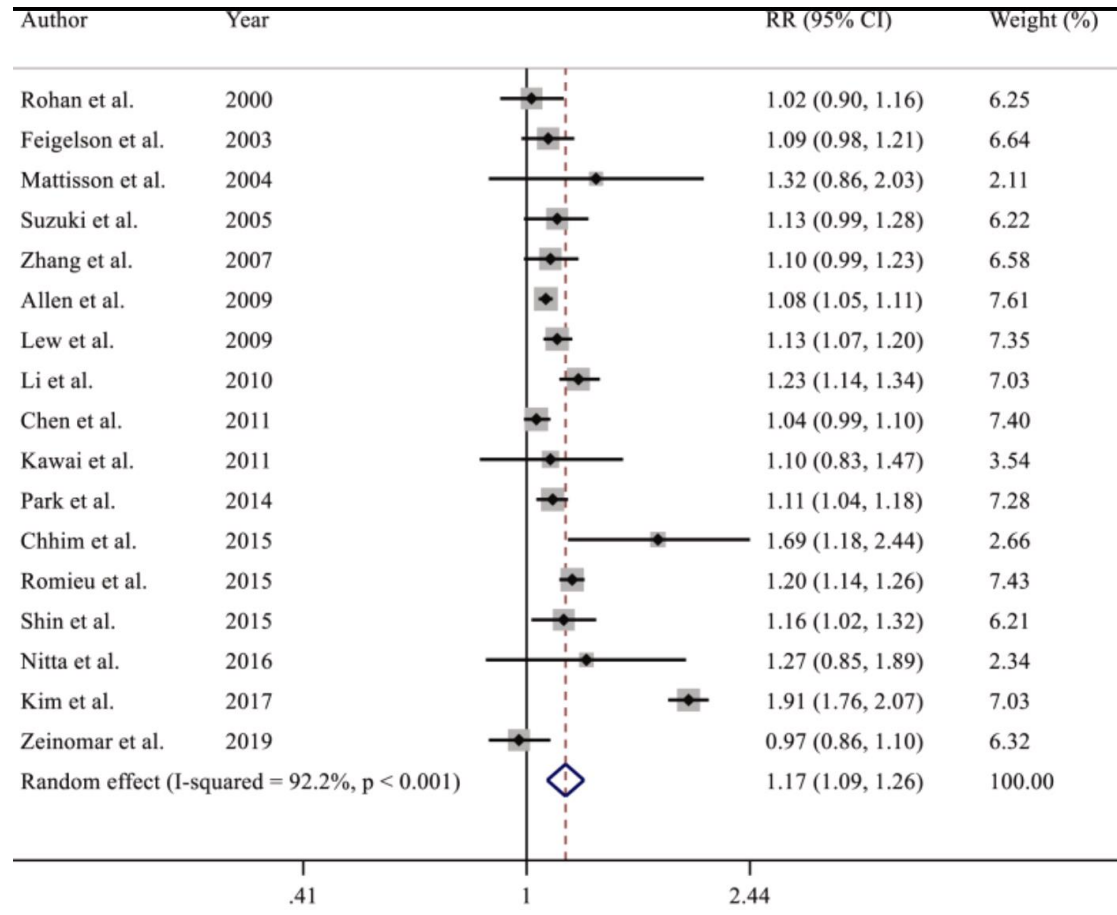
Quante unità alcoliche nel tuo drink?



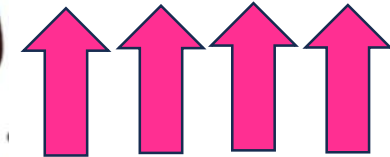
Quali tumori sono correlati all'alcool?



Associazione tra consumo di alcool e incidenza di tumore della mammella



Rischio cancro
mammella



Perché l'alcol aumenta il rischio

Meccanismi principali:

1. Acetaldeide (sostanza tossica)

Quando il corpo metabolizza l'alcol, si forma **acetaldeide**, una sostanza che può **danneggiare il DNA delle cellule**.

2. Danno diretto al DNA

L'alcol e i suoi metaboliti possono causare **mutazioni genetiche**, favorendo lo sviluppo di cellule tumorali.

3. Infiammazione cronica

Il consumo regolare di alcol può provocare **infiammazione nei tessuti** (soprattutto fegato e tratto digestivo).

4. Alterazioni ormonali

L'alcol può aumentare i livelli di **estrogeni**, contribuendo al rischio di **tumore della mammella**.

5. Effetto sinergico con il tabacco

Alcol e tabacco insieme **moltiplicano il rischio** di tumori della bocca, gola ed esofago.

Ridurre il rischio

✓ Strategie utili:



✓ Limitare il consumo di alcol

Quando il corpo metabolizza l'alcol, si forma **acetaldeide**, una sostanza che può **danneggiare** il DNA delle cellule.



✓ Evitare il binge drinking



✓ Avere giorni senza alcol



✓ Preferire bevande analcoliche

Il consumo regolare di alcol può provocare **infiammazione** nei tessuti.



✓ Combinare con stile di vita sano



Conclusioni

Prendersi cura della propria salute significa anche essere informati, fare scelte consapevoli e chiedere consiglio ai professionisti sanitari

Consigli chiave:

- ✓ L'alcol è un **fattore di rischio modificabile**
- ✓ Ridurre il consumo **riduce il rischio di cancro**
- ✓ Ogni riduzione è utile per la salute

