

RICERCA CURA & PREVENZIONE

NOTIZIE DALL'ISTITUTO EUROPEO DI ONCOLOGIA E DAL CENTRO CARDIOLOGICO MONZINO

N. 22 Marzo 2022



RICERCA
5
pag
L'ALGORITMO
DELLO SCOMPENSO

CURA E
PREVENZIONE
6
pag
LA CURA
SENZA BISTURI PER
IL TUMORE RENALE

STORIE
8
pag
OMAR PEDRINI:
"CON LA MUSICA
NON SI È MAI
SOLI"

CARDIONCOLOGIA: UNA VISIONE DIVENTATA REALTÀ

di Dott. Carlo Cipolla, Direttore Divisione di Cardioncologia e Second Opinion IEO
e Dott.ssa Daniela Cardinale, Direttore Unità di Cardioncologia IEO

Per i pazienti malati di tumore è cambiato molto, per fortuna, negli ultimi 25 anni. E questo è avvenuto anche grazie alla “visione” di medici e ricercatori: hanno capito che per curare un paziente oncologico è necessaria una competenza non solo monospecialistica, ma è basilare anche la capacità di curare il paziente in tutti gli aspetti fisiopatologici che accompagnano le diverse terapie antitumorali come chemioterapia, immunoterapia e radioterapia.

Nasce nel 1995, infatti, per intuizione dei cardiologi dello IEO e del Prof. Veronesi, la Cardioncologia, neologismo e scienza nata nel nostro Istituto che nell’arco di 25 anni ha conquistato il mondo con una escalation impressionante sia dei contenuti clinici di questa branca medica di “sintesi”, sia dell’adesione di centri di collaborazione scientifica a livello mondiale.

NEGLI ANNI LA CARDIONCOLOGIA È STATA IN GRADO DI:

- Coinvolgere gli oncologi nella delicata operazione di individuare i potenziali effetti collaterali della chemioterapia: nel 1995 circa un quarto dei pazienti presentava patologie cardiache correlate alle terapie antitumorali.
- Definire con precisione quali possono essere gli effetti patologici sul muscolo cardiaco dei farmaci chemioterapici.
- Fare una diagnosi precoce, preclinica, della cardiotoxicità in pazienti ancora in fase asintomatica e, soprattutto, prima che

si possa instaurare una irreversibile compromissione funzionale miocardica. Negli anni ‘90 i decessi per cardiotoxicità da chemioterapia si stimavano nel 20% dei malati di tumore trattati, oggi è possibile trattarla con successo azzerandone la mortalità.

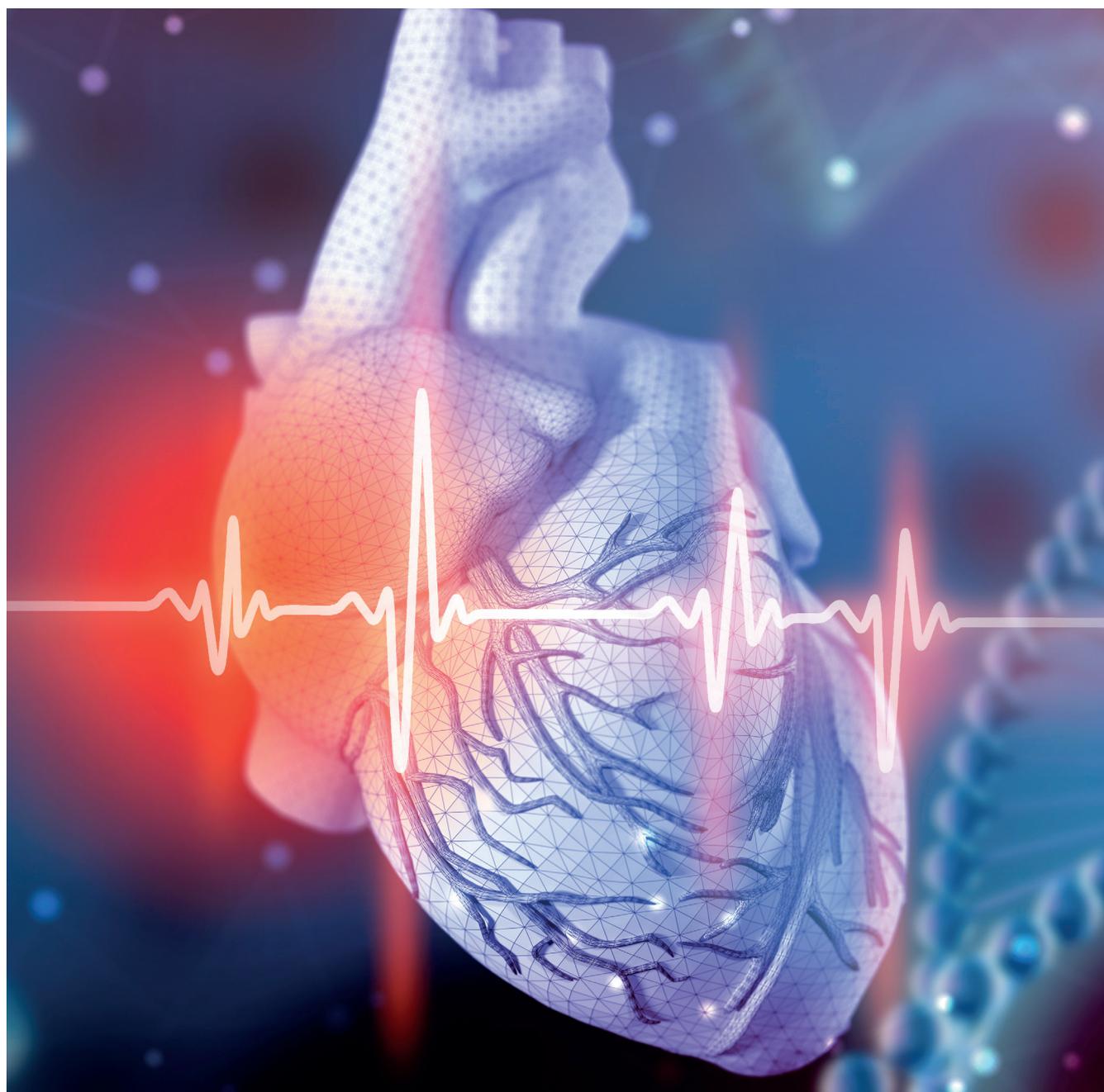
- Produrre protocolli scientifici e linee guida internazionali che sono essenziali per lo sviluppo di nuovi farmaci più sicuri.
- Trattare in sicurezza anche pazienti fragili e cardiopatici che anni addietro sarebbero stati “rifiutati” per la chemioterapia sia dai cardiologi tradizionali sia dagli oncologi, vedendosi negare importanti chances di sopravvivenza.

Lo IEO è all’avanguardia da sempre nella gestione clinica e nella produzione scientifica nell’ambito della Cardioncologia, una branca a cavallo tra due discipline, Cardiologia e Oncologia, che insieme curano il 90% delle cause di mortalità nel mondo occidentale. E, ancora più importante, dimostra che è necessario curare la “persona”, il paziente nei suoi molteplici aspetti, mostrando agli specialisti quanto sia fondamentale una visione aperta e collaborativa e una conoscenza ampia non solo della propria disciplina.



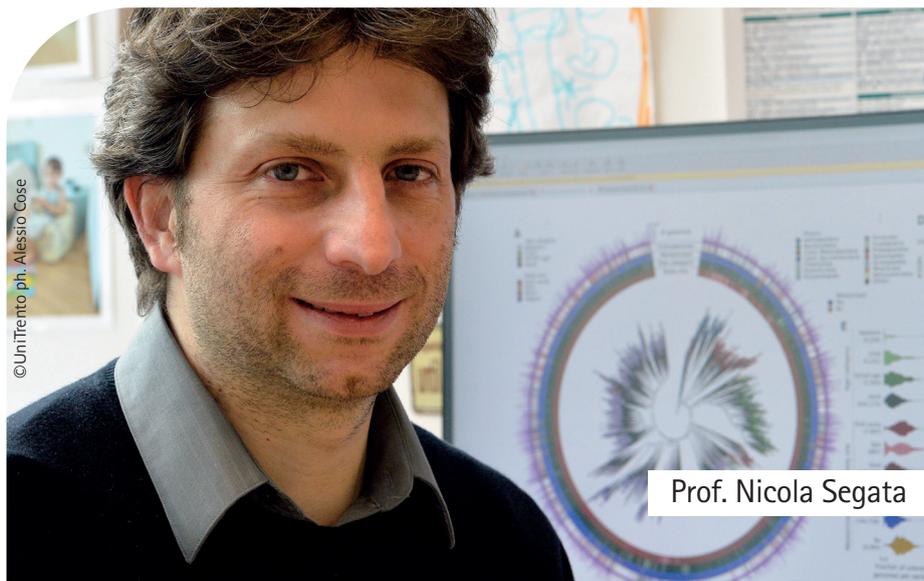
Dott.ssa Daniela Cardinale

Dott. Carlo Cipolla



“ La cardioncologia
È UNA BRANCA DELLA MEDICINA A CAVALLO
TRA CARDIOLOGIA E ONCOLOGIA CHE ALLO IEO È DA SEMPRE CONSIDERATA
FONDAMENTALE SIA NELLA GESTIONE CLINICA
SIA NELLA PRODUZIONE SCIENTIFICA. ”

MICROBIOTA: IL SUPEREROE DELL'IMMUNOTERAPIA



Prof. Nicola Segata

Il microbiota intestinale è l'insieme di tutti i microorganismi (batteri, virus e funghi) che popolano il tratto gastrointestinale e svolge importanti funzioni per il nostro corpo, come quella di mantenere in buono stato il sistema immunitario.

Proprio per questa funzione, definita "immunomodulante", negli ultimi anni è stato prima ipotizzato, e poi parzialmente dimostrato, che il microbiota intestinale gioca un ruolo importante nella risposta ai trattamenti per il melanoma basati sull'immunoterapia. Per questo allo IEO lo studio del microbiota rappresenta da anni un'area di grande interesse, e recentemente il Prof. Nicola Segata, che dirige il gruppo di ricerca di Metagenomica Computazionale - la disciplina che analizza il microbioma tramite il sequenziamento del materiale genetico - sta concludendo uno studio multicentrico destinato a dare un importante contributo. Lo studio coinvolge un totale di 165 pazienti con melanoma cutaneo avanzato, con l'obiettivo di stabilire se e quanto la composizione del microbiota intestinale sia effettivamente collegata al buon risultato dell'immunoterapia.

Tuttavia, il fatto che le specie di batteri potenzialmente rilevanti per una migliore risposta risultino diversi tra i vari centri che partecipano al reclutamento dei pazienti, suggerisce che altri fattori attualmente sconosciuti - ad esempio alcuni geni microbici con funzione non ancora determinata possano rivelarsi ancor più rilevanti di quelli finora individuati.

Quindi, anche se i risultati finora ottenuti sono più che promettenti, sono necessari studi clinici più ampi e maggiori approfondimenti nello studio metagenomico del microbiota anche per promuovere nuovi approcci terapeutici in grado di sfruttarne al meglio le potenzialità e in particolare la sua "plasticità". Sappiamo infatti che il microbiota può essere modificato con la dieta o attraverso metodologie di trapianto, cioè l'impianto diretto nell'intestino di nuove popolazioni di microorganismi. >>

« **Analizzando il microbiota** intestinale con le più moderne tecniche metagenomiche e di analisi computazionale abbiamo scoperto, in collaborazione con importanti università inglesi, olandesi e francesi, che alcune caratteristiche del microbiota intestinale sono effettivamente associabili a una migliore risposta all'approccio immunoterapico per la cura del melanoma - dichiara il Prof. Segata.

IOXIEO
5x1000 allo IEO

Codice fiscale
08691440153
casella ricerca sanitaria

L'ALGORITMO DELLO SCOMPENSO

L'indice prognostico MECKI score è stato inserito nelle linee guida per lo scompenso cardiaco della Società Europea di Cardiologia

MECKI score (Metabolic Exercise Cardiac Kidney Index), è un indice di rischio dello scompenso cardiaco messo a punto dal Centro Cardiologico Monzino, in collaborazione con 27 unità mediche che lo curano in Italia. Lo scorso anno MECKI score è entrato nella pratica clinica di tutti i cardiologi d'Europa a seguito dell'inserimento nelle linee guida della Società Europea di Cardiologia.

Lo score permette di valutare il rischio di mortalità del paziente che soffre di scompenso cardiaco e di conseguenza individuare i soggetti che più di tutti hanno bisogno di cure.

« MECKI score rappresenta uno dei maggiori contributi del Monzino alla cardiologia – dichiara Piergiuseppe Agostoni, Direttore del Dipartimento di Cardiologia Critica e Riabilitativa e Professore ordinario di malattie cardiovascolari all'Università degli Studi di Milano – lo e il mio gruppo lo abbiamo concepito per rispondere al bisogno dei medici di famiglia e dei cardiologi perché possano contare su un metodo scientifico efficace che consenta di identificare la prognosi dei pazienti con scompenso cardiaco cronico. Si tratta di un sofisticato ma semplice algoritmo che, combinando parametri specifici del paziente, calcola il rischio di morte per cause cardiovascolari o la necessità di urgente trapianto di cuore o di impianto di assistenza ventricolare sinistra. Sono stati raccolti dati di oltre 7500 pazienti, con un follow up medio di oltre 4 anni ed esistono un Euromecki, con i dati da 6 nazioni europee, e un Chinamecki. Un database così ampio e prolungato offre informazioni cliniche molto importanti in specifiche tipologie di pazienti con scompenso come gli anziani, il genere femminile, le persone in sovrappeso o con la compresenza di anemia e insufficienza renale. Siamo molto felici che un risultato della ricerca italiana, che ha prodotto più di 20 pubblicazioni su riviste internazionali di alto livello scientifico, rappresenti oggi un nuovo standard europeo. »



Prof. Piergiuseppe Agostoni

È importante sottolineare che il MECKI score è concepito per il supporto clinico dei medici curanti. È anonimo e accessibile a tutti, grazie a un calcolatore online reperibile sul sito del Centro Cardiologico Monzino. Tuttavia si consiglia fortemente ai pazienti che vogliono usarlo di eseguire il test sempre insieme al proprio medico. È difficile infatti che un paziente abbia a disposizione i valori richiesti, e soprattutto solo un dottore è in grado di interpretare correttamente il risultato e i relativi effetti sulle terapie.

**5xMille
al Monzino**

Codice fiscale
13055640158
casella ricerca sanitaria

CURA e PREVENZIONE

LA CURA SENZA BISTURI PER IL TUMORE RENALE

Il ruolo della Radiologia Interventistica nel campo dell'oncologia è ormai consolidato, rappresentando oggi il quarto pilastro dell'Oncologia Clinica, insieme all'Oncologia Medica, alla Chirurgia Oncologia e alla Radioterapia. Infatti, un numero crescente di tumori e di situazioni cliniche complesse può essere oggi radicalmente trattato grazie all'impiego di tecniche mininvasive di Radiologia Interventistica.

6 **« Il tumore renale** ad esempio, nelle sue forme iniziali – quando cioè ha un diametro entro i 4 cm – può essere eliminato in modo radicale evitando la chirurgia, mediante l'impiego della termocoagulazione percutanea – dichiara il Dott. Franco Orsi, Direttore Radiologia Interventistica. Questa tecnica prevede la distruzione termica della formazione tumorale, con l'introduzione di un ago dall'esterno attraverso la cute fino a dentro il tumore, ove genera un calore sufficientemente elevato da uccidere le cellule del cancro. Mediante l'impiego contemporaneo dell'ecografia e della TC, è possibile inserire l'ago per termocoagulazione con precisione millimetrica e, con altrettanta precisione, distruggere il tumore in modo radicale, risparmiando le vicine porzioni sane del rene. Con questa tecnica è inoltre possibile evitare la nefrectomia, cioè l'eliminazione chirurgica dell'intero rene, quando il tumore renale è posizionato centralmente e quindi non enucleabile.

La distruzione termica del tumore ha esattamente lo stesso valore clinico e biologico della sua eliminazione chirurgica, presentando però un evidente vantaggio in termini di minore invasività e quindi di minori rischi.

Per questa ragione la termocoagulazione è inoltre principalmente indicata in pazienti monorene, o per pregressa nefrectomia o per agenesia. Un'altra caratteristica positiva peculiare della termocoagulazione è rappresentata dalla possibilità di ripetizione dell'intervento, consentendo pertanto il trattamento di quei tumori che insorgono su reni già sottoposti a chirurgia o alla stessa termocoagulazione.

I dati di letteratura, basati sulle esperienze cliniche dei maggiori centri dove questa tecnica viene impiegata routinariamente, come lo IEO, dimostrano l'efficacia della termocoagulazione nell'eliminare il piccolo tumore renale, e confermano la percentuale minore di complicanze rispetto alla chirurgia stessa. Presso lo IEO, grazie alla ventennale stretta collaborazione tra Urologia e Radiologia Interventistica, ai pazienti nei quali viene riscontrata, molto spesso accidentalmente, la presenza di un piccolo tumore renale, viene proposta l'opzione non chirurgica per la sua eliminazione. La sala di Radiologia Interventistica è un concentrato di tecnologia, che consente la massima efficacia e sicurezza negli interventi. »



Dott. Franco Orsi

PROBLEMI CON COLESTEROLO E TRIGLICERIDI?

LA PAROLA AGLI ESPERTI

Le terapie per controllare i disordini del colesterolo e dei trigliceridi stanno aumentando rapidamente. Per fare chiarezza sul tema abbiamo intervistato gli esperti in Lipidologia e in Farmacologia Clinica del Centro Cardiologico Monzino: il Dott. Pablo Werba, Responsabile Unità di Prevenzione dell'aterosclerosi e il Dott. Marco Scatigna, Responsabile Clinical Trial Unit.

Dott. Werba, cosa è cambiato ultimamente nel trattamento dei problemi dei grassi nel sangue?

Un grande progresso è stato scoprire che per il colesterolo LDL non esiste un valore ottimale unico per tutti, ma che questo varia in base al rischio individuale di andare incontro a infarto cardiaco o ictus. Più precisamente: maggiore è il rischio cardiovascolare di una persona, più basso è il suo valore di colesterolo LDL ottimale.

Quali alternative ci sono per chi non risponde abbastanza alle statine o non le tollera?

Le parole chiave sono "combinazioni" e "farmaci innovativi". Combinare ezetimibe a una dose bassa di statina - spesso tollerata meglio che ad alte dosi - è un approccio efficace. Gli anticorpi anti PCSK-9 sono potenti composti per ridurre il colesterolo. Tuttavia, al costo attuale, restano riservati a casi particolarmente complessi. A breve arriveranno in Italia nuovi composti e avremo ulteriori alternative terapeutiche.

Qualcosa di nuovo per i trigliceridi alti?

Ai classici fibrati e omega-3 ad alte dosi si è sommato il volanesorsen, un farmaco di uso super specialistico per pazienti con severissima ipertrigliceridemia familiare e alto rischio di pancreatite acuta.

Dott. Scatigna, come mai tutti questi nuovi farmaci compaiono dopo tanti anni di utilizzo soltanto di statine o fibrati?

L'avanzamento delle nostre conoscenze sul genoma umano ha permesso di identificare varianti geniche che si associano a livelli di colesterolo, trigliceridi, o entrambi, molto bassi dalla nascita. Le persone che hanno ereditato queste varianti sono naturalmente avvantaggiate e corrono molti meno rischi di problemi cardiovascolari.

➤ È nata allora l'idea di sviluppare nuovi farmaci che avessero come bersaglio i prodotti di questi geni (il loro RNA o la proteina), andando quindi a "mimare" gli effetti delle varianti geniche favorevoli.

Questi farmaci che agiscono sull'RNA possono modificare i nostri geni?

Certamente no. L'RNA si trova "a valle" del DNA e bloccare o degradare un RNA specifico prodotto da un gene non altera la struttura del gene stesso.



Dott. Pablo Werba



Dott. Marco Scatigna

STORIE



©ph. Davide Samperi

Omar Pedrini, cantautore e chitarrista detto "Zio Rock" suona e canta dagli anni '80 quando ha esordito con i Timoria. È anche scrittore, docente universitario e conduttore di programmi televisivi e radiofonici. Sta lavorando a un nuovo disco solista in studio.

OMAR PEDRINI: “CON LA MUSICA NON SI È MAI SOLI”

«**Quel 2004** era iniziato bene: in marzo, a Sanremo, la mia canzone “Lavoro inutile” era stata premiata come miglior testo del Festival. Mi preparavo a un tour europeo, ma la notte dell’8 giugno avevo dormito male: pensavo a una banale congestione. Su insistenza di mia madre (le mamme ne sanno sempre di più...) sono andato al Pronto Soccorso, dove “per scrupolo” mi hanno ascoltato il cuore. Avevo giocato a calcio e a rugby senza mai un problema, ma mi scoprono un soffio al cuore. Mi sottoposero al primo ecocardiogramma della mia vita – a oggi ne avrò ormai fatti un’ottantina! – e dopo cinque minuti ero in sala operatoria. Avevo un aneurisma già sanguinante.

Da allora la mia vita ha preso una direzione diversa. Si era scoperto che il mio cuore è più grande di tre millimetri rispetto alla norma; può suonare anche poetico, ma è un problema. Dopo quell’intervento ne ho subiti altri quattro, ormai sono un veterano di sale operatorie; ma fin dalla prima volta ho imparato a stare attento. E considerando che noi musicisti facciamo una vita sempre on the road, i controlli sono diventati un’abitudine necessaria.

Dico sempre ai miei amici: “La pressione delle gomme delle vostre auto l’avete controllata: e la vostra?”. È semplice e poco costoso andare in farmacia un paio di volte al mese. Se lo avessi fatto prima – proprio gli sbalzi pressori sono un indicatore importante di predisposizione agli aneurismi cardiaci – probabilmente avrei scoperto per tempo di avere un

problema. E poi fondamentale è l’ecocardiogramma, che tutti dovremmo fare almeno una volta l’anno. Il tagliando all’auto lo facciamo ogni dodici mesi, no? Ecco, facciamolo anche al nostro cuore.

Questa esperienza ha naturalmente modificato il mio sguardo sia sul futuro sia su me stesso. Il mio approccio alla vita è cambiato totalmente, i miei occhi guardano in modo diverso le piccole cose di ogni giorno, le relazioni acquistano luce - penso ai miei figli e a mia moglie Veronica (per fare le cose per bene ho sposato la figlia di uno dei miei cardiocirurghi, Domenico Scalia) - ed è già un grande regalo sentire che la vita continua a scorrere nelle vene.

Non posso più praticare sport agonistici, però camminare e fare piccole corsette mi è non solo concesso, ma consigliato, per tenere oliata la macchina del mio corpo e per evitare di prendere peso (un altro grande nemico del cuore, e anche delle prestazioni sul palco).

Anche il cibo va controllato, senza rinunciare ai piaceri della tavola ma con intelligenza (Feuerbach non era uno stupido quando scriveva “l’uomo è ciò che mangia”). Il mio motto è “meno, ma meglio”; e da grande appassionato di enologia, quale sono diventato dopo un incontro speciale con Luigi Veronelli, mi posso anche concedere un bicchiere di vino rosso a pasto, con la benedizione dei cardiologi: che lo consigliano perché il tannino assunto in piccola quantità fa bene al cuore.

La musica per me è vita, e aveva ragione la mia amata nonna chitarrista Nina – lo stesso nome che ho dato alla mia chitarra preferita – quando mi disse: “con la musica non sarai mai solo”.

Durante le convalescenze, quando non sapevo se sarei potuto risalire su un palco, la musica mi è sempre stata di grande conforto, una vera e propria terapia. E lo vedo quando vado a suonare negli ospedali: la luce negli occhi di chi mi ascolta cambia dopo un’ora di allegria. So bene che la musica è in grado di allontanare i pensieri dal dolore fisico: e poter mettere a disposizione degli altri il dono che ho ricevuto mi regala una grande felicità. >>

Omar Pedrini

“Quando un infermiere o un medico vengono a un mio concerto li voglio abbracciare, fanno davvero un lavoro importante, e dovrei essere io a chiedere l’autografo a loro”.
(da “Angelo Ribelle”, Nave di Teseo, 2019, pre Covid)



MEDITAZIONE, QI GONG E REALTÀ VIRTUALE, NEMICI DELLO STRESS

«**La ricerca scientifica** sta mettendo sempre più in luce la connessione tra salute fisica e salute mentale, confermando che l'organismo è il risultato di interazioni complesse tra ambiente esterno e sistemi biologici e psicologico-comportamentali», dichiara Ketti Mazzocco, Prof.ssa associata presso il Dipartimento di Oncologia ed Emato-oncologia dell'Università degli Studi di Milano e Divisione di Psiconcologia dell'Istituto Europeo di Oncologia.

«Aspettative personali non coerenti con la situazione contestuale, interpretazione negativa degli eventi, relazioni familiari e sociali non sane - o che richiedono più risorse di quante ne siano disponibili - perdite, lutti, traumi, eventi soggettivamente percepiti come pericolosi o un ambiente eccessivamente stimolante sono tutti fattori che attivano la risposta fisiologica di stress. I fattori stressanti portano a uno sbilanciamento della risposta immunitaria con lo sviluppo di infiammazione cronica e con aumento di rischi di malattie, come patologie cardiovascolari, tumori e depressioni, mentre al contrario il benessere mentale ha un'influenza cruciale sul mantenimento della salute fisica, l'efficacia del trattamento e la riabilitazione dopo la malattia. Dunque di fronte a una malattia organica non si può prescindere dalla cura della nostra condizione psicologica.

Per rispondere a questa esigenza è nato il progetto del Centro di Medicina Integrativa (CMI), promosso dall'Università degli Studi di Milano, in convenzione con lo IEO e con il Monzino. Il CMI ha l'obiettivo di proporre ricerche e interventi che possano migliorare l'interazione tra i sistemi mentali e fisici, favorendo la



Prof.ssa Ketti Mazzocco

riduzione dello stress con una più efficace risposta immunitaria e una migliore reazione agli interventi medici.

Accanto al tradizionale intervento psicologico il CMI studia l'effetto sulla qualità di vita, sul sistema immunitario e sull'espressione genica, di tecniche integrate come meditazione, rilassamento in condizioni immersive con realtà virtuale, Qi Gong, mindfulness. Questi interventi hanno già prodotto risultati interessanti nella riduzione nei marcatori biologici dell'infiammazione e di miglioramento della qualità di vita, con riduzione dello stress, degli effetti collaterali dei trattamenti, di sindromi ansiose e depressive e dei disturbi del sonno. In questa prospettiva il CMI vuole produrre sia nuove evidenze sulle connessioni mente-corpo e sull'efficacia della cura integrata, sia offrire alle persone con tumore o malattie cardiovascolari la possibilità di occuparsi di una sfera personale, a volte trascurata, per riscoprirne l'impatto sulla salute. >>>

Occorre fare degli ostacoli che incontriamo dei punti di partenza.

Martin Luther King

Durante i momenti di difficoltà e di spaesamento che i pazienti si trovano ad affrontare all'interno dello IEO o del Monzino, i volontari di **SOTTOVOCE** offrono assistenza informativa, di orientamento per l'accesso, di dialogo e supporto. Entra anche tu a far parte della squadra di SOTTOVOCE per aiutare chi più ne ha bisogno.

SE VUOI AVERE MAGGIORI INFORMAZIONI
CONTATTACI AL NUMERO 02 57489761



Sottovoce
Associazione Volontari IEO • CCM

INIZIATIVE

1000 MIGLIA CHARITY 2021 PER LA RICERCA

Tra le auto d'epoca che hanno sfilato sullo storico percorso Brescia - Roma - Brescia, lo scorso anno spiccava la pink car della Fondazione IEO-MONZINO. Una meravigliosa Aston Martin DBX rosa guidata da un equipaggio tutto al femminile e capitanato dalle due board member della Fondazione: **Wally Tomei** e **Umberta Gnutti Beretta**, insieme alla **Dott.ssa Viviana Galimberti**, Direttore della Divisione di Senologia Chirurgica IEO. Il team delle pink driver, composto anche da **Caterina Balivo**, **Cristina Parodi**, **Francesca Piccinini** e **Melissa Satta**, ha attraversato l'Italia a sostegno di IEO Women's Cancer Center, il primo Centro in Italia riservato al mondo dei tumori femminili nella sua globalità.



11

MINI Padel Summer Cup

A Cagliari la scorsa estate si è svolto il "MINI Padel Summer Cup" con la partecipazione di volti noti come Simona Ventura, Paola Perego, Stefano Bettarini e Flavio Montrucchio. Parte del ricavato è stato destinato alla Ricerca Monzino dedicata alla cardiomiopatia aritmogena, la grave disfunzione del cuore che colpisce anche in giovane età e che costituisce una delle prime cause di morte improvvisa nei ragazzi e negli atleti.



Una racchetta per la vita

Una sfida tennistica tutta al femminile a sostegno di IEO Women's Cancer Center. "Una racchetta per la vita" ha visto impegnate 8 coppie di dottoresse e pazienti che si sono sfidate sui campi da tennis del Club Milano Bonacossa. Le specialiste IEO hanno offerto visite senologiche gratuite a tutta la cittadinanza.



Non solo tornei sportivi, ma anche cene, aperitivi, spettacoli teatrali, concerti e tanto altro ancora per raccogliere fondi a sostegno della Ricerca: ognuno può fare la sua parte e noi ti aiuteremo a organizzarli al meglio! **Contattaci: eventi@fondazioneieomonzino.it | 02 57489798**

CON LE IMPRESE PER UNA GRANDE IMPRESA

Dall'unione tra la Fondazione IEO-MONZINO e le numerose realtà aziendali che la sostengono nascono partnership di valore che lasciano un segno concreto: si continua a costruire un futuro migliore grazie alla Ricerca. Diamo voce a due tra le partnership che ci accompagneranno nel corso dell'anno.



Nexi, la PayTech leader in Europa nei pagamenti digitali, sostiene la Fondazione IEO-MONZINO. Attraverso il programma fedeltà di Nexi "iosi Plus", i clienti della PayTech possono utilizzare i loro punti per sostenere il progetto di ricerca IEO sulla leucemia linfoblastica acuta, il tumore più frequente nei bambini dai 2 ai 5 anni di età e con un tasso di recidiva del 20%.

Nexi, particolarmente attenta ai temi di sostenibilità, alla salute, alle persone e all'ambiente, da sempre dà il proprio contributo alle cause sociali, sostenendo iniziative di supporto a Charity e organizzazioni no profit, favorendo le donazioni a loro favore, oltre a dare la massima priorità alla salute e alla sicurezza di tutte le sue persone.



Gioia, il brand valoriale di Agricola Lusìa, ha scelto di aderire all'iniziativa "Al Cuore della Ricerca" per sostenere la ricerca oncologica e cardiovascolare con una limited edition delle arance "i Succosi" e devolverà parte del ricavato della vendite a sostegno della Ricerca.

«Siamo fermamente convinti che la Ricerca sia fondamentale per ogni attività umana, soprattutto quando si tratta di migliorare la vita delle persone e per questo abbiamo deciso di aderire all'iniziativa della Fondazione IEO-MONZINO "Al cuore della Ricerca", per la quale è stato scelto il simbolo universale dell'amore e della cura: il cuore. E con il cuore pieno di "Gioia" - oltre a essere il nostro brand, rappresenta anche la nostra filosofia di vita - che destineremo una parte del ricavato della vendita del prodotto "i Succosi", a sostegno di questo progetto.»

Nicola Modica, Direttore Generale di Agricola Lusìa



Sei un'azienda o lavori in azienda e vuoi avere maggiori informazioni per collaborare con la Fondazione IEO-MONZINO? Scopri di più sul sito fondazioneieomonzino.it nella sezione AZIENDE oppure contattaci: aziende@fondazioneieomonzino.it | 02 57489798

GRANDI DONATORI

VIAGGIO ALLA SCOPERTA DEI LUOGHI DELLA RICERCA CON IL “PROGRAMMA GRANDI DONATORI”

Fare qualcosa di concreto in maniera consapevole e informata: la Fondazione IEO-MONZINO offre questa opportunità a chi crede nella Ricerca. Aderendo al “**Programma Grandi Donatori**”, la Fondazione prende per mano i suoi sostenitori e offre loro l'opportunità di essere aggiornati sui risultati dei progetti che hanno scelto di supportare, e di venire coinvolti nelle iniziative alla scoperta delle persone e dei luoghi che rendono tutto possibile. Lo scorso dicembre i donatori che hanno aderito al Programma hanno visitato per la prima volta i luoghi della

Ricerca con l'iniziativa “**E se la cura del cancro fosse in uno dei 7000 geni inesplorati?**”. Accompagnati dal Prof. Pier Giuseppe Pelicci, Direttore del Dipartimento di Oncologia Sperimentale, dalla Dott.ssa Luisa Lanfrancone e dal team che coordina, hanno **visitato i laboratori IEO e conosciuto i ricercatori** che studiano ogni giorno i meccanismi della malattia. Un'opportunità unica e preziosa per capire come il loro sostegno rende sempre più concreto un orizzonte di benessere per tutti. Altri appuntamenti saranno organizzati nel corso dell'anno.



Per maggiori informazioni sul PROGRAMMA GRANDI DONATORI contattaci:
grandidonatori@fondazioneieomonzino.it | 02 57489798



Dott.ssa Luisa Lanfrancone e il suo team

« A novembre io e mio marito siamo stati invitati a visitare i laboratori IEO, uno dei principali centri di Ricerca italiani che vanta riconoscimenti internazionali. Così, il 2 dicembre è iniziato il nostro “viaggio”, insieme al Prof. Pelicci, alla Dott.ssa Lanfrancone e ai ricercatori. Siamo rimasti molto colpiti dal laboratorio di Imaging, dai macchinari e dalle isole di lavoro. Abbiamo visitato luoghi in cui si sperimenta con impegno, passione e lavoro assiduo e visto giovani talenti impegnati, nonostante fosse tarda sera, guidati dalla curiosità e

dall'attesa di risultati dei loro esperimenti. Qui c'è tutto: talento, professionalità, energia e passione. Per rendere il cancro una malattia sempre più curabile, la Ricerca dovrebbe poter disporre di grandi risorse e per questo, senza la presunzione di essere determinanti, abbiamo scelto di contribuire con una donazione, felici di aver fatto la nostra parte. »

Paola e Sergio Papini, sostenitori della Fondazione IEO-MONZINO

IN MEMORIA

«TUTTO CIÒ CHE ABBIAMO AMATO PROFONDAMENTE NON POTRÀ MAI ANDARE PERDUTO. TUTTO CIÒ CHE AMIAMO PROFONDAMENTE DIVENTA PARTE DI NOI.»

Helen Keller

« Sono Giovanni e insieme ai miei figli **voglio parlare di Anna**, mia moglie.

Oggi Anna non c'è più ma siamo certi che la sua storia, il suo amore per la vita e la fiducia nella Ricerca che aveva e che ci ha trasmesso rendono ancora più vivo il suo ricordo.

Quando ci siamo rivolti allo IEO, più di vent'anni fa, abbiamo incontrato medici e infermieri che nel corso del tempo, mi sento di dire, sono diventati amici e compagni in questo percorso di esami, di interventi e di cicli di radioterapia.

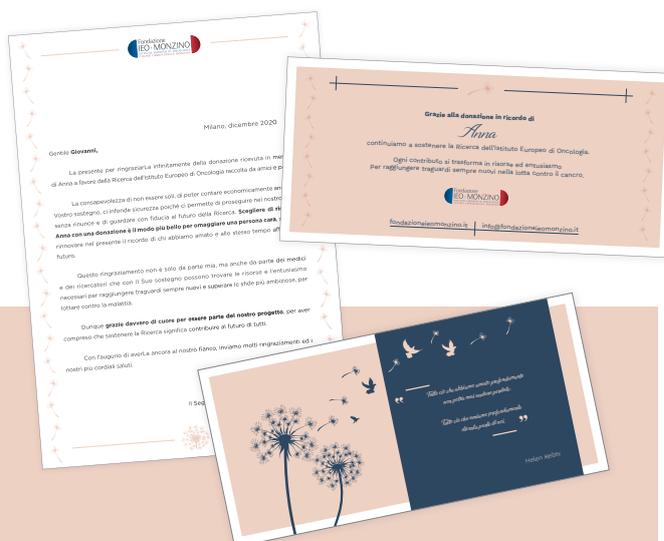
14 **Person**e che sono state in grado di accompagnare Anna con capacità, professionalità ma anche con tanta umanità.

«Degli amici che mi hanno seguita e sostenuta passo per passo», così Anna parlava di loro. Per lei le visite periodiche, dapprima ravvicinate e poi annuali erano come un esame a scuola, da cui usciva non solo con la promozione, ma con una marcia in più per combattere la sua malattia.

Anna purtroppo è mancata lo scorso anno dopo aver vissuto la normalità di una vita sempre ricca di tanti contenuti. Per questo, quando ci ha lasciato, ho scelto di sostenere la Ricerca con una donazione a suo nome: insieme ai nostri figli, ho deciso che questo sarebbe stato il gesto che Anna avrebbe desiderato di più, per ringraziare chi non si è mai tirato indietro in un'amicizia durata vent'anni. »

Giovanni, sostenitore della Fondazione IEO-MONZINO

Una donazione in memoria a sostegno della Ricerca è un gesto concreto che mantiene vivo il ricordo di chi abbiamo amato affidandolo al futuro. Scegli di ricordare una persona cara con una donazione e ricevi una pergamena personalizzata con il suo nome.



Scopri di più sul sito fondazioneieomonzino.it nella sezione DONAZIONI IN MEMORIA oppure contattaci: info@fondazioneieomonzino.it | 02 57489798

NO AL COLESTEROLO ALTO: 8 CONSIGLI

L'alimentazione ha un ruolo importante nel regolare i grassi nel sangue, gli studi confermano che la dieta mediterranea è utile alla prevenzione di livelli alti di colesterolo.

- 1 Prediligi **alimenti ricchi di fibra**: cereali integrali e legumi.
- 2 Consuma sempre **frutta e vegetali**: 5 porzioni al giorno di frutta e verdura di stagione.
- 3 **Mangia pesce**, specie quello azzurro e favorisci le carni bianche alle rosse.
- 4 Come condimento usa **olio extravergine**. I grassi insaturi presenti nell'olio EVO contribuiscono all'abbassamento del colesterolo cattivo e all'innalzamento di quello buono.
- 5 Utili per gli spuntini: semi oleosi e frutta a guscio sono **fonti**

di grassi buoni. Noci, semi di lino, di chia e di canapa sono anche ricchi di omega-3!

- 6 **Cosa evitare?** Le carni rosse lavorate e i condimenti di origine animale come il burro. È bene fare attenzione anche ai prodotti da forno confezionati.
- 7 L'attività fisica **riduce il colesterolo** totale e migliora il rapporto tra quello buono e quello cattivo. Bene le attività a bassa intensità e lunga durata come jogging, nuoto o ballo.
- 8 In cucina no alla monotonia e **si alla creatività** con **le ricette SmartFood** come questa:



Cereali "risottati" con crema di cavolo viola e fagioli borlotti

Ingredienti per 4 persone:

320 g di mix di cereali (riso integrale, riso rosso integrale e quinoa rossa)
 600 g di fagioli lessati
 800 g di cavolo viola
 2 cucchiaini di salsa tahin
 2 cucchiaini di olio EVO
 Brodo vegetale o acqua bollente q.b.
 Granella di noci q.b.

Preparazione:

Lavare sotto acqua corrente il cavolo viola, tagliarlo a strisce sottili e cuocerlo a vapore o in poca acqua.

Tostare i cereali in una padella calda antiaderente e quando saranno ben caldi, coprirli con acqua o brodo vegetale bollente e lasciare cuocere.

Frullare nel mixer il cavolo cotto con i fagioli. Quando i cereali saranno quasi cotti, unirli alla crema di cavolo e fagioli.

Aggiungere anche la salsa tahin e l'olio e mescolare bene. Per rendere tutto più cremoso, si può aggiungere un po' di acqua bollente.

Servire caldo con un po' di granella di noci.



Scopri di più su SmartFood e sulle molteplici iniziative intorno ai temi dell'alimentazione salutare sul sito fondazioneieomonzino.it nella sezione **PROGETTI SPECIALI: SMARTFOOD**

COSTRUIAMO INSIEME LA CURA DEL FUTURO. OGGI.

Allo IEO sta sorgendo il nuovo **Proton Center**, Centro per la protonterapia, la forma tecnologicamente più avanzata di radioterapia ad alta precisione che, risparmiando i tessuti sani circostanti, la rende particolarmente adatta a trattare tumori situati vicino a organi vitali o in aree particolarmente sensibili.

Con il programma "**Un mattone per la Ricerca**" puoi partecipare concretamente alla realizzazione di questo innovativo spazio per la Cura dei tumori.

Più di 6.800 persone e 14 aziende hanno già posato il loro mattone, ma c'è ancora tanto da fare per costruire insieme la Cura del futuro. Oggi.



Per avere tutte le informazioni visita il sito:
unmattoneperlaricerca.it
oppure contattaci: 02 57489798