

# RICERCA CURA & PREVENZIONE

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

N. 25 - SETTEMBRE 2023



RICERCA **4**  
pag  
UNTI CONTRO IL  
TUMORE OVARICO,  
LO IEO IN PRIMA LINEA

CURA E  
PREVENZIONE **7**  
pag  
PSICOCARDIOLOGIA:  
PER IL CUORE,  
CON LA MENTE

STORIE **10**  
pag  
TOTÒ SCHILLACI:  
LA MIA VITTORIA  
PIÙ GRANDE

# IL NUOVO FUTURO DELLA PREVENZIONE

di Prof. Roberto Orecchia, Direttore Scientifico Istituto Europeo di Oncologia  
e Prof. Giulio Pompilio, Direttore Scientifico Centro Cardiologico Monzino

I progressi nella lotta alle malattie cardiovascolari e oncologiche puntano tutti in un'unica direzione: la prevenzione. La parola d'ordine della ricerca medico scientifica è "arrivare prima": prima del cancro, prima del danno al cuore e ai vasi sanguigni.

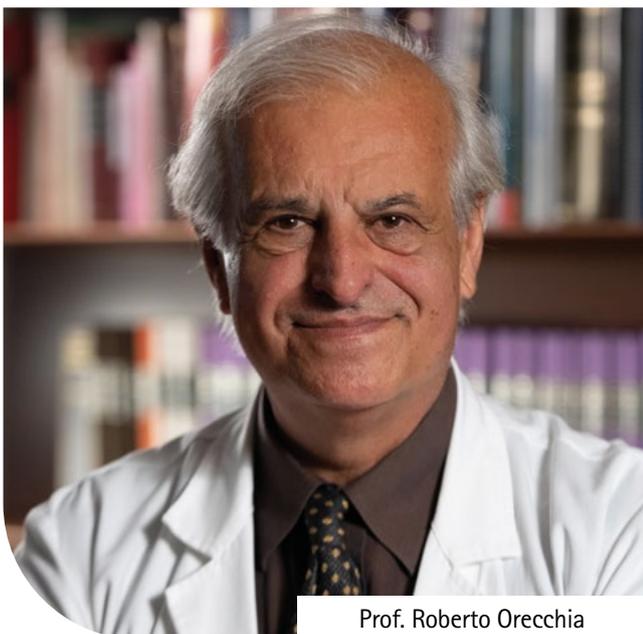
Negli ultimi 20 anni la medicina ha virato da "cura delle malattie" a "mantenimento della salute". O meglio ha ampliato la sua sfera d'azione, integrando visione occidentale e orientale della scienza medica.

Per raggiungere l'obiettivo di custodia della salute, c'è una parte che può fare ognuno di noi. Le malattie più diffuse, quelle cardiovascolari e oncologiche, condividono infatti diversi fattori di rischio legati ad abitudini e stili di vita come la dieta, il fumo, l'obesità, la sedentarietà. Alcune ricerche hanno anche documentato l'efficacia dei cambiamenti dello stile di vita. Ad esempio, uno studio americano condotto su oltre 55.000 soggetti ha permesso di evidenziare che l'aderenza a uno stile

di vita sano (assenza di fumo, assenza di obesità, attività fisica regolare e dieta sana) si associa a una significativa riduzione del rischio cardiovascolare. Nel recente piano della Comunità Europea per la lotta al cancro è stata stimata una riduzione di circa un terzo dei casi di tumore da ora al 2040 applicando le regole della prevenzione.

I grandi progressi nelle terapie ottenuti negli ultimi decenni per entrambe le patologie hanno inoltre portato a un significativo aumento della sopravvivenza sia dei pazienti oncologici, sia di quelli affetti da malattie cardiovascolari. Tuttavia, è fondamentale che i soggetti che hanno già avuto un tumore o un problema di cuore siano sottoposti a regolari controlli di screening e diagnosi precoce per minimizzare la possibilità di un secondo evento: ancora una volta parliamo di prevenzione.

La buona notizia su entrambi i fronti (prevenzione primaria e prevenzione secondaria) è che gran parte dell'impatto clinico, psicologico e sociale dovuto alle due malattie dei Paesi sviluppati potrebbe essere evitato attraverso programmi di prevenzione cardioncologica integrati, basati su un'applicazione



Prof. Roberto Orecchia



Prof. Giulio Pompilio

---

sistematica di ciò che si conosce sull'insorgenza e sulla progressione di entrambe le patologie.

IEO e Monzino hanno raccolto questa sfida. In primis con l'individuazione di percorsi diagnostici innovativi e l'adozione di approcci personalizzati per la prevenzione e il trattamento. In sostanza presto offriremo una valutazione personalizzata del rischio basata su screening e diagnosi precoci sia oncologici sia cardiovascolari, da effettuarsi con tecnologie innovative, test di genetica oncologica e/o cardiologica, programmi educativi volti a promuovere stili di vita sana, nonché servizi di medicina complementare.

La nostra nuova missione è creare un "continuum di prevenzione" che vada dalla ricerca di base alla clinica, facendo lavorare insieme medici, operatori sanitari e ricercatori esperti sia in campo oncologico sia cardiologico. Siamo convinti che l'insieme delle attività potrebbe portare a una riduzione significativa di incidenza e mortalità per malattie cardiovascolari e per cancro. Questo è il futuro della prevenzione. Ma c'è anche un presente che si esprime nelle nostre scelte quotidiane: no al fumo in ogni sua forma, e sì all'alimentazione equilibrata, all'attività fisica costante e commisurata all'età e allo stile di vita, senza trascurare controlli di screening e diagnosi precoce raccomandati per la nostra età.



**La nostra nuova missione è creare un "continuum di prevenzione" che vada dalla ricerca di base alla clinica, facendo lavorare insieme medici, operatori sanitari e ricercatori esperti sia in campo oncologico sia cardiologico.**

## UNITI CONTRO IL TUMORE OVARICO, LO IEO IN PRIMA LINEA

di Prof.ssa Nicoletta Colombo, Direttore di Ginecologia Oncologica Medica IEO  
e Dott. Ugo Cavallaro, Direttore dell'Unità di Ricerca in Ginecologia Oncologica IEO

Prof.ssa Nicoletta Colombo



Dott. Ugo Cavallaro



4

In Italia ogni anno si stimano più di 5.000 nuovi casi di tumore ovarico. Negli ultimi anni, grazie a una sempre più dettagliata caratterizzazione molecolare del tumore, sono stati introdotti farmaci promettenti che consentono di personalizzare il trattamento per ciascuna paziente e migliorarne la prognosi.

Con questo proposito in IEO è recentemente nato l'Ambulatorio di Ginecologia Molecolare Personalizzata. Grazie alla collaborazione tra l'Unità di Biologia Molecolare diretta dal Dott. Massimo Barberis e la Divisione di Ginecologia diretta dalla Prof.ssa Nicoletta Colombo, tutte le donne affette da tumore ovarico hanno la possibilità di accedere a test molecolari che da un lato permettono di guidare le scelte terapeutiche e dall'altro consentono di indirizzare le pazienti stesse e le loro famiglie verso percorsi di prevenzione.

La divisione di Ginecologia Oncologica è inoltre costantemente coinvolta nell'attivazione e nello sviluppo di trials clinici con l'obiettivo di offrire al maggior numero di pazienti la possibilità di accedere a farmaci innovativi e contribuire alla ricerca a livello internazionale.

Contestualmente, l'Unità di Ricerca in Ginecologia Oncologica IEO, guidata dal Dott. Ugo Cavallaro, lavorando a stretto contatto con i clinici e stringendo una solida alleanza con le pazienti attraverso la donazione dei loro tessuti, ha messo a punto negli ultimi anni una serie di modelli sperimentali, denominati organotipici\*\*\* che consentono di riprodurre in laboratorio le lesioni tumorali e creare degli avatar delle pazienti stesse, potenzialmente utili per decifrare il comportamento della malattia e predire la risposta alle terapie. È in corso di attivazione uno studio multicentrico in cui gli organotipici saranno trattati con il farmaco olaparib, un PARP\*\*\* inibitore che mostra notevole efficacia in un sottogruppo di pazienti, ma per il quale al momento non disponiamo di marcatori predittivi di risposta. L'effetto del farmaco nei modelli organotipici verrà confrontato con quello nelle pazienti da cui i modelli stessi derivano. Nell'ambito di un progetto parallelo, in cui l'Unità coordinerà un consorzio internazionale, profileremo a livello molecolare la risposta dei modelli organotipici ai PARP inibitori con un duplice scopo: chiarire quali meccanismi biologici vengono regolati diversamente nelle pazienti in cui il farmaco ha un maggiore effetto rispetto alle pazienti che rispondono meno e identificare marcatori di possibile resistenza.

\*\*\* I modelli organotipici rappresentano una tecnica di coltura tridimensionale di tessuti in vitro, utilizzata nella ricerca biomedica per lo studio dello sviluppo di un tessuto, per test tossicologici e farmacologici.

\*\*\* PARP [Poli-(ADP-ribosio)-polimerasi] è un enzima nucleare (proteina) che partecipa a una serie di processi cellulari che coinvolgono principalmente la riparazione del DNA e la morte cellulare programmata (apoptosi).

---

# L'ESORDIO DELL'ATEROSCLEROSI CORONARICA SI PUÒ PREVEDERE?

di Dott. Gualtiero Colombo,  
Direttore Unità di Ricerca Immunologia e Genomica Funzionale Monzino

Dott. Gualtiero Colombo



● L'aterosclerosi coronarica può manifestarsi clinicamente in forme acute (angina instabile, infarto cardiaco) o croniche (angina da sforzo). Queste sindromi vengono solitamente classificate come Cardiopatia Ischemica, pur avendo caratteristiche profondamente diverse. Inoltre, è possibile che soggetti affetti da questa malattia non abbiano alcuna manifestazione clinica nel corso della propria vita.

La presentazione clinica dell'aterosclerosi coronarica è decisiva per la prognosi: la maggioranza degli eventi infausti (morte, scompenso cardiaco) è conseguenza di una presentazione acuta, mentre le forme croniche sono caratterizzate da un decorso più favorevole. La severità della stenosi causata dalla placca aterosclerotica non è direttamente proporzionale alla gravità delle manifestazioni cliniche e solo una parte delle placche dà luogo ai fenomeni trombotici che provocano infarto. Occorre quindi identificare i fattori che concorrono a innescare l'evento acuto o a stabilizzare la placca. La comprensione di questi processi potrà aiutarci a identificare quali pazienti svilupperanno una forma acuta oppure stabile di cardiopatia ischemica e quali non svilupperanno la malattia.

Al Monzino, con il Progetto EPIFANIA, abbiamo sviluppato un approccio globale e innovativo per caratterizzare il paziente affetto da aterosclerosi coronarica mediante quella che viene definita "fenotipizzazione profonda". Combiniamo una valutazione avanzata non invasiva dell'aterosclerosi coronarica (mediante TAC coronarica) con dati clinici e profilazione molecolare su sangue periferico a diversi livelli (genoma, epigenoma, trascrittoma, ecc.). Le indagini sono effettuate all'arruolamento nello studio e ripetute a distanza di 3-4 anni. Con approcci analitici di intelligenza artificiale potremo costruire modelli predittivi affidabili del tipo di malattia coronarica, degli eventi acuti o cronici associati e del decorso clinico dei pazienti.

Riuscire a inquadrare correttamente il fenotipo clinico e identificare sottogruppi distinti di malattia dal punto di vista genetico, biologico e di interazione con l'ambiente permetterà di predire la progressione di malattia e riconoscere precocemente i soggetti a rischio di eventi cardiovascolari. Il risultato finale sarà un set di biomarcatori non invasivi (esami del sangue e/o TAC) utili per prevedere anticipatamente la presentazione clinica dell'aterosclerosi coronarica e, di conseguenza, elaborare trattamenti preventivi a misura della singola persona.

# LA RIVOLUZIONE DEI NUOVI FARMACI PER LA CURA DEI TUMORI POLMONARI

di Prof. Filippo De Marinis, Direttore Divisione di Oncologia Toracica, IEO  
e Dott.ssa Carla Corvaja, Divisione di Oncologia Toracica, IEO

**Nell'ultimo decennio gli sforzi inarrestabili della Ricerca hanno guidato lo sviluppo farmacologico, portando nuova speranza per le persone con diagnosi di tumore del polmone.**

Tra le innovazioni più promettenti emergono i farmaci a bersaglio molecolare, o terapie target, e l'immunoterapia. Le terapie target inibiscono selettivamente alterazioni genetiche specifiche delle cellule tumorali, responsabili della loro crescita e sopravvivenza, che fungono da bersaglio. L'immunoterapia si avvale invece della capacità di "risvegliare" il sistema immunitario, stimolandolo a riconoscere e combattere il tumore. Entrambi gli approcci hanno dimostrato di migliorare la sopravvivenza e la qualità di vita nei pazienti con tumore del polmone, con una buona tollerabilità: solo raramente si osservano tossicità gravi, che un prudente monitoraggio consente di riconoscere precocemente e trattare con successo. Sulla scorta dei risultati incoraggianti osservati nella cura delle metastasi, la Ricerca è ora mirata a stabilire il ruolo di questi farmaci anche negli stadi precoci, prima o dopo la chirurgia radicale, in una strategia volta alla riduzione del rischio di recidiva della malattia operata.

L'impatto dei nuovi farmaci dipende strettamente da un'accurata selezione dei pazienti attraverso la formulazione di una diagnosi istologica e molecolare da parte del Patologo, condizione necessaria affinché Chirurgo, Oncologo e Radioterapista possano coordinarsi nella definizione della migliore strategia di cura. Questo avviene attraverso un approccio assistenziale multidisciplinare, in cui diverse figure professionali si confrontano per garantire un'offerta di trattamento personalizzata e olistica. In questo scenario, la figura dello Psico-Oncologo rappresenta un supporto prezioso per la gestione degli aspetti emotivi e psicologici del paziente, alla ricerca di un equilibrio sempre nuovo nell'evolversi della malattia. La diagnosi di tumore stravolge la vita del malato e della sua famiglia, generando necessità di informazione e ascolto, cardini dell'alleanza terapeutica tra medico e paziente. Il desiderio crescente di partecipare consapevolmente al processo decisionale favorisce l'adesione del malato ai trattamenti e la gestione proattiva degli effetti collaterali.

Nell'attuale panorama di innovazioni terapeutiche, la sfida di IEO consiste nell'assicurare ai pazienti e ai loro familiari una presa in carico globale che fornisca tutti gli elementi dell'assistenza e permetta, quando possibile, un accesso precoce ai nuovi farmaci nell'ambito di protocolli sperimentali.



Prof. Filippo De Marinis



Dott.ssa Carla Corvaja



# PSICOCARDIOLOGIA: PER IL CUORE, CON LA MENTE.

di Dott.ssa Alice Giudice, psicologa e psicoterapeuta, servizio di psicologia IEO, Dott. Mattia Giuliani, psicologo ricercatore Monzino e Dott. Paolo Guidi, psicologo psicoterapeuta, servizio di Psicologia IEO e Monzino

**La relazione tra mente e cuore ha radici profonde nella storia dell'uomo: la prima testimonianza dell'importanza del cuore come sede delle passioni e delle emozioni risale infatti al 2500 a.C. ("Il Poema di Ishtar", uno scritto di origine sumera in cui appaiono "cuori colmi di gioia").**

Tuttavia, per quanto già nell'antichità ci fosse una sorta di comprensione istintiva del legame tra cuore e mente, occorre attendere diversi secoli perché questa relazione venga studiata e compresa anche da un punto di vista scientifico: nel 1628 infatti, il medico William Harvey esplicita che "ogni affetto della mente che sia accompagnato da dolore o piacere, speranza o paura, è causa di un'agitazione la cui influenza si estende al cuore". Perché venga effettivamente recepita la sua intuizione, occorrerà però aspettare altri trecento anni.

È solo nel 1985, infatti, che lo psichiatra James Walter Jefferson nel suo editoriale "Psychocardiology: Meeting Place of Heart and Mind" - "Psicocardiologia: luogo di incontro di cuore e mente"- spiega la possibile correlazione tra tratti di personalità e patologie cardiovascolari: è il primo a occuparsi delle cosiddette "anxiety syndromes with cardiovascular symptoms"- "sindromi ansiose con sintomatologia cardiovascolare"- utilizzando per la prima volta il termine psicocardiologia. Oggi la stretta interconnessione tra ansia, depressione e patologie cardiovascolari è ormai comprovata scientificamente per la comorbidità tra patologie cardiovascolari e disagio psicologico. Nel 2018, Tran e collaboratori hanno pubblicato uno studio condotto in Inghilterra su circa 230.000 pazienti con diagnosi di patologia cardiovascolare: si è evidenziato che in termini di prevalenza la depressione è al secondo posto (23%) e l'ansia al quinto posto (15%), entrambe con una percentuale maggiore dei classici fattori di rischio come iperlipidemia (11,3%), diabete mellito (11,2%) e obesità (10,8%). Inoltre, è ormai riconosciuto che ansia e depressione agiscono come fattori prognostici negativi, aumentano i tempi di degenza in ospedale, il numero di ri-ospedalizzazioni per eventi cardiaci non fatali, la mancata aderenza alle prescrizioni mediche e riducono la qualità di vita e le capacità di self-care dei pazienti.

Pertanto, è di vitale importanza che le strutture che si occupano di cura e ricerca cardiovascolare affianchino alle normali procedure diagnostiche tutte quelle risorse strategiche che possono aiutare la persona a mantenere il proprio benessere fin dalle visite di pre-ospedalizzazione. Anche in questo il Centro Cardiologico Monzino è all'avanguardia nella presa in carico dei pazienti con progetti specifici di prehabilitation psicologica, cioè di tutte quelle azioni che il team multidisciplinare mette in atto per sostenere il processo di potenziamento della capacità dei pazienti nell'attivazione delle loro risorse personali e sociali, al fine di aiutarli a prepararsi adeguatamente a tutte le procedure intraospedaliere.



Dott.ssa Alice Giudice



Dott. Mattia Giuliani



Dott. Paolo Guidi



# CON ALTRI OCCHI: IL PRIMO PODCAST CHE RACCONTA LE STORIE DELLE PAZIENTI IEO



“Con altri occhi” racconta le storie di vita di cinque donne che hanno vissuto o stanno vivendo l’esperienza di un tumore al seno.

Sono storie emozionanti che ci fanno riflettere ben oltre i confini della malattia e della sua cura. Alla loro narrazione intima e inedita si affiancano le voci dei medici dello IEO che accompagnano il racconto con informazioni scientifiche, ma ci mostrano anche l’umanità del rapporto medico-paziente. Sono storie che ci commuovono, a volte ci stupiscono e allo stesso tempo ci rassicurano, perché ci fanno vedere questa malattia “Con altri occhi”. Il podcast è realizzato insieme a Chora Media e la voce narrante è quella inconfondibile di Monica Guerritore: amica dello IEO e madrina di “IEO per le donne”, l’incontro annuale per tutte coloro che hanno vissuto l’esperienza di un cancro al seno, da cui nasce l’idea stessa del podcast.

Nei racconti si trova la stessa energia positiva che si respira all’evento che sta disegnando la storia nella lotta al tumore al seno nel nostro Paese.



Per ascoltare i 5 episodi vai su: [ieo.it/podcast](http://ieo.it/podcast)

# MILANO HEART WEEK: GLI APPUNTAMENTI DEL CUORE DEL MONZINO

È arrivata alla sua sesta edizione la Milano Heart Week, nata per contribuire alla diffusione di una nuova cultura della prevenzione cardiovascolare, con tante iniziative e attività rivolte ai cittadini di tutte le età. L’unicità dell’iniziativa risiede nell’alleanza fra l’ospedale e il territorio: il Monzino esce dal perimetro dell’ospedale per incontrare i cittadini nei parchi, i teatri e le piazze, per coinvolgerli nella tutela della propria salute. L’idea di base è che la prevenzione sia la miglior cura per le malattie cardiovascolari, una cura senza farmaci né interventi, che ci dia benessere e tranquillità. Per questo ogni evento è un momento di sensibilizzazione e un invito ad adottare i comportamenti corretti: fare movimento, dedicarsi alle attività che ci divertono e riducono i livelli di stress, ma anche ascoltare il proprio corpo e conoscere il rischio individuale per proteggere il nostro cuore e mantenersi in forma. A partire dalla Monzino Run, la Corsa del

Cuore che prende il via dai Giardini Indro Montanelli, percorrendo Via Palestro e i bastioni di Porta Venezia in un percorso centrale e affascinante per vedere Milano in un modo tutto speciale, sostenendo la Ricerca del Monzino. Tra le tante iniziative la presentazione del libro del Prof. Giulio Pompilio, Direttore Scientifico del Monzino “Le ragioni del cuore” e la tradizionale “Open Night 2023 - Notte Europea dei Ricercatori” presso il Museo Nazionale Scienza e Tecnologia Leonardo da Vinci.



Scopri tutte le iniziative su: [cardiologicomonzino.it](http://cardiologicomonzino.it)

# INNAMORARSI DEL VOLONTARIATO



« Mi chiamo Oscar e sono un volontario di Sottovoce da 21 anni. Ho iniziato per caso, per accompagnare mia moglie che voleva entrare a far parte di questo gruppo allo IEO. Una volta lì con lei, feci anch'io il test d'ingresso previsto, più per curiosità, senza troppa convinzione. Non mi vedevo allora a fare volontariato tra i pazienti oncologici, soprattutto in un ospedale che immaginavo come un luogo cupo e triste. Non potevo sbagliarmi di più. Una volta passato il test, decisi comunque di partecipare al corso di avviamento al volontariato perché gli argomenti che venivano trattati mi interessavano molto: la medicina, le cure innovative insieme a tante altre informazioni utili. Continuavo a chiedermi cosa potesse spingere tutte quelle persone a prestare il loro tempo agli altri finché un giorno una volontaria si avvicina e mi chiede se parlassi francese. Rispondo che conosco un francese scolastico, da scuola media, e quasi mai messo in campo. Mi spiega che c'è in sala d'attesa un giovane ragazzo di 17 anni che arriva dalla Tunisia, parla solo arabo e francese e ogni volta che viene in Istituto non c'è mai nessuno a fargli compagnia. Pensandoci adesso non ricordo neanche come, ma ho iniziato a parlare con questo ragazzo, con le poche parole che mi uscivano dalla bocca e dando fondo a tutti i ricordi di

una lingua studiata tanti anni prima. In una mattina ho visto accadere tutto quello di cui ci avevano parlato durante il corso: ho ascoltato, parlato, riso e scherzato con questo ragazzo e ho iniziato a capire cosa significava essere volontario di Sottovoce allo IEO. Gli altri volontari inoltre mi hanno aiutato molto a coltivare questa passione e così ho cominciato a prestare il mio supporto al Cervico Facciale, un reparto particolare perché i pazienti portano sul viso i segni degli interventi e sono spesso in uno stato di grande fragilità. Generalmente vengo il sabato o la domenica quando la frenesia della settimana si riduce e nei reparti restano i pazienti che stanno per essere operati o lo sono appena stati. Più di una volta ho sentito fare discorsi tipo: "Perché perdi tutto quel tempo quando potresti dedicarlo a te stesso?" E lo capisco, perché anche io pensavo la stessa cosa, ma poi mi sono innamorato: di tutte le attività che svolgo, dei sorrisi, delle speranze e delle storie di chi attraversa questi corridoi, che non sono mai stati né cupi né tristi, ma al contrario ricchi di emozioni e umanità. »

Oscar è nato a S. Stefano Lodigiano (LO) nel 1944, è sposato dal 1971 con Maria Antonia, ex-volontaria di Sottovoce. Nel 1972 è diventato padre di Lucia e nel 1977 di Matteo. Nel 2001 è diventato nonno di Sabrina e nel 2010 di Elisa. Preferisce il mare alla montagna, è un grande appassionato di viaggi e ha il sogno di visitare l'Afghanistan. Ama il giardinaggio e il bricolage ma soprattutto essere nonno.



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 essere d'aiuto a chi più ne ha bisogno.

SE VUOI AVERE MAGGIORI INFORMAZIONI  
CONTATTACI AL NUMERO 02 57489761

 **Sottovoce**  
Associazione Volontari IEO • CCM



Foto di Roger Lo Guarro

# TOTÒ SCHILLACI: LA MIA VITTORIA PIÙ GRANDE

« Quando ho ricevuto la telefonata da Sky in cui venivo invitato a partecipare a Pechino Express - nell'ultima edizione del reality si è viaggiato zaino in spalla tra India, Borneo e Cambogia - il primo pensiero è stato "ma figuriamoci..."

Ero appena uscito da un'operazione per un tumore al retto e l'ultima cosa che credevo di poter fare era un viaggio in paesi che mi avrebbero messo duramente alla prova.

Ho scoperto di avere un cancro nel 2020, mi era caduto il mondo addosso, il pensiero di morire si era manifestato all'improvviso e sono andato un po' in depressione.

Dopo l'operazione e la chemio sono stato meglio, ma qualcosa è cambiato: non sono più la persona di prima, né di testa e neanche fisicamente, ho imparato ad apprezzare il silenzio e a lasciare vagare la mente, anche se rido e scherzo mi capita di assentarmi e di pensare a quello che mi è successo. La preoccupazione non

rispetto al futuro ho recuperato un sano ottimismo. Partecipare a Pechino Express ha rappresentato una grande rivincita, faticosa ma entusiasmante. Quando mi hanno contattato avevo molti dubbi, e nonostante anche i medici mi dicesero "Sei guarito, tua vita", non ero convinto. Ma riprenditi la tua vita", non ero convinto. Ma è stata mia moglie Barbara, il mio più potente antidepressivo, a spronarmi e a darmi la carica, mi ha detto: "Guarda che lo devi fare! È la vita, vogliamo combattere o no?"

Così mi ha coinvolto, ma sarei andato esclusivamente con lei, da solo mai. E poi sapevo bene che lei è una donna coraggiosa: avendo un bellissimo rapporto viaggiare insieme è stato di sicuro molto più divertente e meno complicato.

Lei è stata fondamentale, mi ha letteralmente trascinato e ha fatto benissimo! L'esperienza di per sé straordinaria di viaggiare attraverso luoghi incredibili è diventata ancora più intensa facendola insieme, e con il senno di poi abbiamo fatto davvero bene ad andare.

Sono uscito arricchito dall'esperienza del viaggio, e devo ringraziare anche lo spirito con cui lo abbiamo affrontato: "andiamo a divertirvi e a vedere posti pazzeschi" è stato il nostro motto prima di partire. Un'avventura unica che ci ha fatto scoprire luoghi meravigliosi e persone incredibili con la loro povertà, la loro ricchezza interiore e l'inaspettata generosità di alcuni di loro: un'esperienza che ti resta dentro e che rifarei di nuovo.

Ho passato parecchio tempo a pensare che su questa terra

siamo tutti di passaggio ma il buonumore aiuta tantissimo ad affrontare i cattivi pensieri, rende la vita più semplice.

Oltre a Barbara, mio medico personale in tutto, sempre presente e sempre positiva, anche i miei figli Jessica, Mattia, Nicole e il figlio di mia moglie, Alberto, sono stati tutti importanti per me nel periodo più difficile: una famiglia allargata migliore di questa non mi poteva capitare.

Oggi prevenire conta tantissimo, aiuta ad arrivare per tempo, come è successo a me, e a poter agire subito: gli uomini la smettano di tirarsi indietro e facciamo controlli al colon e alla prostata con regolarità. Non intendo piangermi addosso e lo voglio dire a chiare lettere: ragazzi, fate prevenzione e controllatevi, senza aspettare di accusare qualche sintomo. »

⚽ Totò Schillaci, ex calciatore, capocannoniere mondiale e idolo di Italia '90.

Più di 20 anni fa

ha rilevato a Palermo il Louis Ribolla, un centro sportivo per ragazzi in una zona popolare dove si allenava da bambino. È stato ospite dei programmi televisivi Isola dei famosi, Quelli che il calcio, Back to school, ha recitato nella serie tv Squadra antimafia - Palermo oggi e ha partecipato a un episodio della serie Benvenuti a tavola - Nord vs Sud.



# LASCITI TESTAMENTARI

## UN GESTO D'AMORE PER IL FUTURO DI TUTTI

Nel nostro Paese il testamento è uno strumento ancora poco utilizzato per dar voce alle proprie volontà. Le due forme più diffuse, entrambe valide, sono il testamento olografo e il testamento pubblico.

Il **testamento olografo** si può scrivere in autonomia su un foglio e per essere valido deve essere scritto di propria mano (non sono validi ad esempio i testamenti redatti al computer); deve riportare la data (giorno, mese e anno) e la firma (nome e cognome). È importante che il testamento sia semplice e breve, con disposizioni chiare e comprensibili per evitare dubbie interpretazioni. Il testamento può essere conservato dal testatore stesso ma è consigliabile depositarne una copia presso un notaio o affidarlo a una persona di fiducia.

Il **testamento pubblico** è invece redatto da un notaio che riceve le volontà del testatore alla presenza di due testimoni, che non possono essere tra i beneficiari. Viene conservato negli atti del notaio che ne darà notizia ai beneficiari una volta venuto a mancare il testatore.

È importante sapere che, anche se si hanno eredi, è possibile fare un testamento, ad esempio lasciando un bene o una somma a un ente come la Fondazione IEO-MONZINO, perché questo non lede in alcun modo i diritti degli eredi, che in Italia sono tutelati per legge. A loro è riservata in automatico una parte del patrimonio, dell'altra parte, denominata quota disponibile, si può disporre come si preferisce.

Oltre alle quote esiste il "lascito testamentario", con cui si possono individuare uno o più beneficiari cui andranno destinati beni, mobili o immobili, come case, gioielli, opere d'arte, assicurazioni o polizze.

### Si possono destinare alla Fondazione IEO-MONZINO a sostegno della Ricerca:

- Somme di denaro
- Titoli e azioni
- Beni mobili come gioielli o opere d'arte
- Beni immobili come case o terreni
- Fondi di investimento
- Il proprio TFR
- Polizze assicurative sulla vita

Ogni caso può presentare caratteristiche specifiche e per questo la Fondazione IEO-MONZINO mette a disposizione un percorso di accompagnamento gratuito e personalizzato per seguirti in ogni fase della tua scelta.

Ogni lascito testamentario alla Fondazione IEO-MONZINO rappresenta un gesto di grande generosità che si riflette sul futuro di tutti. Grazie a questa scelta preziosa i nostri ricercatori, come **Konstantinos** e **Martina**, hanno accesso a Borse di Studio per portare avanti progetti innovativi sul cancro e le malattie del cuore.

I fondi raccolti dalla Fondazione IEO-MONZINO attraverso questa modalità saranno interamente destinati a sostenere la Ricerca dello IEO e del Monzino. Se si desidera indirizzare il proprio contributo a uno in particolare dei due Istituti IEO o Monzino, basterà indicarlo nel testamento: Es. *Lascio alla Fondazione IEO-MONZINO la somma di euro ..... a sostegno della Ricerca dello IEO oppure a sostegno della Ricerca del Monzino.*

È bene ricordare che soltanto i lasciti alla Fondazione IEO-MONZINO non sono soggetti ad alcuna imposta di successione perché è l'unica preposta alla raccolta di fondi esclusiva e diretta per i due Istituti. Basterà indicare con precisione la ragione sociale e il codice fiscale: Fondazione IEO-MONZINO / CF: 97121070151



« Mi chiamo Konstantinos e allo IEO mi occupo di sviluppare nuovi strumenti che una volta integrati a quelli già esistenti potranno fornire analisi più precise su biomarcatori prognostici e predittivi per il tumore al seno. Ogni anno in Italia ci sono quasi 56.000 diagnosi di tumore al seno ed è per aiutare tutte queste donne che svolgo il mio lavoro con passione e dedizione. Il momento più bello trascorso in laboratorio infatti è stata la scoperta di un nuovo test diagnostico che ha permesso di identificare precocemente il tumore. La Ricerca rappresenta la chiave per raggiungere il nostro obiettivo, ovvero il benessere dei pazienti e per questo ringrazio tutti coloro che vorranno compiere un gesto d'amore per il futuro di tutti con un lascito alla Fondazione IEO-MONZINO. »

Konstantinos Venetis  
Divisione di Anatomia Patologica IEO



« Sono Martina e al Monzino mi occupo di studiare la distrofia muscolare di Duchenne, una malattia terribile che colpisce i muscoli e anche il cuore essendo il muscolo principale. Questa patologia colpisce i bambini e viene diagnosticata intorno ai 3 anni di età. La Ricerca è fondamentale per indagarne le cause e trovare soluzioni sempre più efficaci e personalizzate. L'obiettivo di tutti noi ricercatori dovrebbe essere anche quello di avvicinare le persone alla scienza, farne capire l'importanza e quanto può fare la differenza il sostegno che riceviamo. Questo lavoro è il mio sogno ma per non essere più sognatori ma costruttori di futuro abbiamo bisogno del supporto di tutti. »

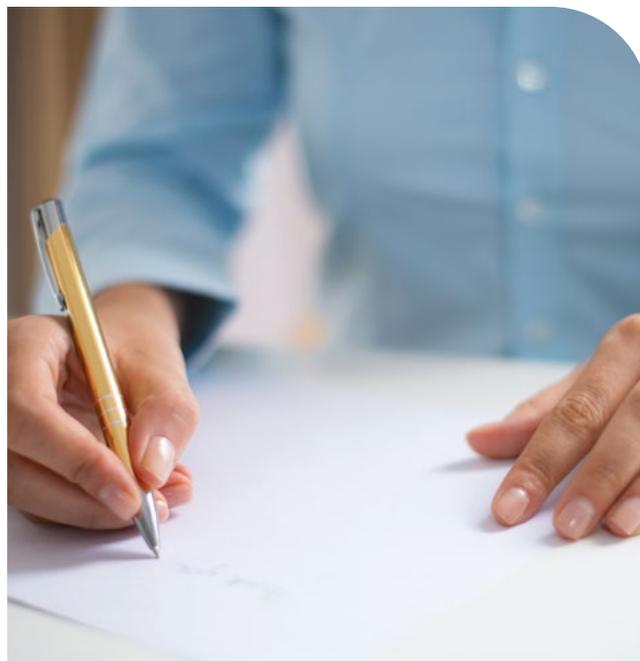
Martina Rabino  
Unità di Ricerca Biologia vascolare e Medicina rigenerativa Monzino

# IL TUO LASCITO PER LA RICERCA: LA STORIA DI ANTONELLA

« Sono cresciuta in una casa in cui fare del bene era all'ordine del giorno. Supportare le cause in cui si crede anche con una piccola donazione è la grande eredità che ho ricevuto dalla mia famiglia e che porto avanti tutt'oggi con grande passione. Quando mio padre si è ammalato di tumore al polmone io e mia madre abbiamo trascorso diverso tempo in ospedale per accompagnarlo verso la fine e mentre mi trovavo lì ricordo di essere rimasta colpita dai volti di quei giovani medici e ricercatori che iniziavano il loro turno molto presto al mattino. Non mi sono mai occupata di scienza ma questo ricordo mi ha accompagnato spesso in questi anni, insieme a una profonda gratitudine per quello che sono riusciti a fare anche per alleviare le sofferenze di mio padre. Credo che la Ricerca sia l'unico modo per poter sconfiggere il cancro e per questo quando ne ho avuto occasione ho voluto destinare una polizza alla Fondazione IEO-MONZINO. Il mio potrà essere un piccolo contributo ma è una promessa che feci a me stessa tanti anni fa e soprattutto lo considero un investimento prezioso per il futuro di tutti noi. »

Antonella

Sostenitrice della Fondazione IEO-MONZINO



## ECCO ALCUNI CONSIGLI DA TENERE A MENTE SE SI DECIDE DI FARE TESTAMENTO:

1. Scegli il tipo di testamento che intendi redigere (olografo o pubblico)
2. Decidi se intendi nominare un esecutore testamentario
3. Prepara un elenco delle persone e degli enti ai quali vuoi destinare i tuoi beni.  
Ad esempio per sostenere la Ricerca dello IEO inserisci:  
Fondazione IEO-MONZINO 97121070151
4. Inserisci all'inizio del testamento la revoca a eventuali testamenti precedenti e, alla fine, data e firma.  
Il testamento infatti è revocabile o sostituibile in qualsiasi momento
5. Se hai dubbi o perplessità contatta la referente Ufficio Lasciti:  
Anna Massimiliani alla mail [anna.massimiliani@ieo.it](mailto:anna.massimiliani@ieo.it)  
o al numero 02 | 57489798 oppure visita il sito:  
**[fondazioneieomonzino.it](http://fondazioneieomonzino.it)** nella sezione  
LASCITO TESTAMENTARIO

## Accendi la Ricerca e spegni il cancro



Fai un lascito alla nostra Fondazione  
per aiutare concretamente il futuro della Ricerca IEO.

La Fondazione IEO-MONZINO è l'unica a sostenere esclusivamente  
e direttamente l'impegno dello IEO contro il cancro.

# REGALI DI NATALE

## A NATALE SCEGLI GLI AUGURI CHE SOSTENGONO LA RICERCA DELLO IEO E DEL MONZINO

Ogni giorno i nostri medici e ricercatori lavorano e si impegnano con competenza, passione e umanità per rendere il cancro e le malattie del cuore sempre più curabili e per individuare cure personalizzate e percorsi di prevenzione efficaci e precisi.

A Natale dimostra tutto il tuo supporto alla loro tenacia e scegli i gadget solidali della Fondazione IEO-MONZINO.

I tuoi dipendenti, clienti, fornitori ma anche gli amici e i parenti potranno trovare sotto l'albero tanti regali speciali per il valore sociale che portano con sé. Il classico e buonissimo panettone, ma anche i biscotti, le borracce, i taccuini e tanto altro ancora.

Quest'anno per i tuoi regali di Natale fai al futuro un grande dono: **la Ricerca.**



Per la regalistica aziendale contatta:  
**Turchese Taioli**  
turchese.taioli@ieo.it  
02 | 57489798



Per i regali ad amici e parenti contatta:  
**Noemi Pesenti**  
noemi.pesenti@ieo.it  
02 | 57489798



Intanto puoi anche dare un'occhiata sul nostro sito:  
[fondazioneieomonzino.it](http://fondazioneieomonzino.it)

## L'INFERMIERE DI RICERCA: COSA FA ESATTAMENTE E PERCHÉ IL SUO LAVORO È COSÌ PREZIOSO?



**L'infermiere di Ricerca** è una figura professionale ancora poco conosciuta ai più, ma di fondamentale importanza quando si parla di ricerca medico scientifica. Queste figure infatti, coordinano la gestione e lo sviluppo di tutti gli studi di ricerca clinica e si fanno carico dei pazienti che ne prendono parte. Gli studi clinici servono a stabilire se un trattamento è efficace e a identificare la migliore modalità di somministrazione per un nuovo farmaco o una combinazione di farmaci: i pazienti che partecipano sono seguiti in IEO dall'inizio alla fine del loro percorso.

Abbiamo chiesto Silvia Mauri, Coordinatore Area Assistenziale Omogenea IEO di raccontarci il suo lavoro.

« Mi chiamo Silvia e sono un'infermiera. Ho iniziato la mia carriera al Monzino e poi nel 2005 sono arrivata in IEO. Nei primi anni ho lavorato in chirurgia generale e terapia intensiva dove, dopo alcuni anni nel ruolo di infermiera, ho sperimentato per la prima volta la funzione di coordinamento. Oggi svolgo il ruolo di coordinamento assistenziale dell'area medica che comprende la degenza di oncologia, per il trattamento dei tumori solidi, la degenza dell'oncoematologia, per il trattamento dei tumori ematologici, il day hospital, il servizio di continuità assistenziale e il team degli infermieri di ricerca che si occupa dei pazienti arruolati in trial clinici. La mia funzione è di coordinare i processi e le risorse dell'area medica. Ho sempre creduto nell'importanza

della Ricerca e qui in IEO mi sono avvicinata a questo mondo anche dal punto di vista professionale. Il benessere dei pazienti per me e i miei colleghi viene sempre al primo posto e in tutte le attività che svolgiamo cerchiamo di essere sempre attenti affinché siano seguiti passo dopo passo e mai lasciati soli.

Il team degli infermieri di ricerca oggi è composto da 10 professionisti che svolgono la loro attività spaziando tra ambulatorio, day hospital e degenza, a seconda del regime terapeutico del paziente in trial.

Il grande merito di IEO è aver creato una squadra dedicata alla Ricerca, che si prende cura del paziente in trial, seguendolo in tutte le fasi, divenendo un punto di riferimento del percorso terapeutico. Infatti l'infermiere di ricerca è presente anche in fase di arruolamento, e si occupa degli aspetti formativi ed educativi legati al trial proposto, oltre a seguire la programmazione di visite, esami ematici, indagini strumentali e somministrazione della terapia. Il nostro obiettivo è quello della centralità del paziente che deve sentirsi preso in carico a 360 gradi. Ma non solo: gli infermieri di ricerca si occupano di valutare la fattibilità dello studio dal punto di vista assistenziale, analizzando materiali e metodi in collaborazione con medici, farmacisti e data management. L'infermiere che entra a far parte del team della ricerca riceve un affiancamento da parte di un collega esperto, propedeutico all'acquisizione di competenze specialistiche, che sono espresse in una mappatura, rivalutata ogni anno dal coordinatore; tra le tante competenze oltre a quelle tecniche e organizzative sviluppiamo anche quelle relazionali che ci consentono di instaurare un rapporto professionale ed empatico con il paziente. Sono molto orgogliosa della squadra che abbiamo creato, composta da grandi professionisti che, specializzandosi in un programma specifico per patologia, diventano esperti senza mai smettere di imparare e approfondire; al tempo stesso, grazie al percorso di formazione, sono in grado in caso di necessità, di essere il back-up l'uno dell'altro per dare ai pazienti sempre la stessa elevata qualità assistenziale. Tutti in IEO hanno creduto fin da subito all'importanza di queste figure: oggi ogni infermiere di ricerca segue almeno 10-15 studi. Per tutti noi il lavoro che facciamo è un valore e un onore immenso e ogni giorno diamo il massimo per fare la nostra parte! »

Se desideri maggiori informazioni su come supportare concretamente la Ricerca e i tanti progetti da sostenere visita il nostro sito: [fondazioneieomonzino.it](http://fondazioneieomonzino.it) nella sezione GRANDI DONAZIONI, oppure contatta: [anna.massimiliani@ieo.it](mailto:anna.massimiliani@ieo.it) | 02 57489798

# IEO PROTON CENTER: PRONTI AD ACCOGLIERE IL PRIMO PAZIENTE

Ogni anno in Italia circa 7.000 persone trarrebbero beneficio dalla protonterapia, ma attualmente l'accesso a questa radioterapia innovativa nel nostro Paese è ancora limitato. Ci si può trovare costretti a rinunciare o a recarsi presso Istituti esteri. Con **IEO Proton Center** più pazienti potranno accedere a questa cura con i protoni che apre nuove strade per la Ricerca e per la cura del cancro. L'utilizzo dei protoni infatti è solo agli inizi!

« L'ambizioso traguardo dell'apertura di un centro per la protonterapia in IEO è stato reso possibile grazie alla preziosa collaborazione di figure professionali di rilievo internazionale unita alla volontà e al costante impegno dello IEO che da anni contribuiscono con sinergia all'ideazione e realizzazione del progetto, oltre alla primaria motivazione degli stessi pazienti. I donatori della Fondazione IEO-MONZINO, aderendo al programma di raccolta fondi "Un mattone per la Ricerca", sono stati di fondamentale importanza per raggiungere questo importante risultato.

La radioterapia con protoni rappresenta una tipologia di cura all'avanguardia che consente una netta riduzione della tossicità legata al trattamento radioterapico, soprattutto se confrontata alle tecniche convenzionali con i fotoni. Oltre alla ridotta incidenza di effetti collaterali, in alcuni casi è anche possibile

incrementare la dose totale da erogare con una conseguente potenziale maggiore probabilità di successo.

Nell'ottica della medicina personalizzata e avendo sempre come principale obiettivo il benessere del paziente, per noi oncologi radioterapisti IEO poter contare anche su questa tecnica innovativa tra tutte le opzioni terapeutiche di radioterapia ad alta precisione già presenti presso la nostra Divisione, rappresenta un indiscutibile vantaggio.

La nuova struttura dedicata alla protonterapia sarà perfettamente integrata con i molteplici servizi e programmi già attivi in IEO, garantendo come sempre un approccio condiviso e multidisciplinare alla cura. La disponibilità di tutte le forme di radioterapia, inclusa la protonterapia, permetterà l'applicazione di nuove combinazioni anche nei tumori rari o difficili da trattare e resistenti alle terapie standard.

Inoltre, il Proton Center sarà di nuovo impulso non solo per il contributo alla pratica clinica quotidiana dell'Istituto, ma anche alla ricerca in questa innovativa e promettente frontiera di cura oncologica, mantenendo la perfetta unione tra clinica e ricerca scientifica. »

Prof.ssa Barbara Jereczek  
Direttore Divisione Radioterapia IEO



Grazie a tutti i donatori che hanno posato un mattone per la Ricerca insieme a noi. IEO Proton Center è anche merito vostro! Possiamo fare ancora tanto per supportare le attività di ricerca legate alla protonterapia. Per maggiori informazioni vai su: [unmattoneperlaricerca.it](http://unmattoneperlaricerca.it)

# LE INIZIATIVE CHE SEGUONO IL ROSA E SOSTENGONO LA RICERCA IEO SUI TUMORI FEMMINILI

Diffondere tra tutte e tutti una cultura della prevenzione e della diagnosi precoce: questo è uno dei nostri obiettivi. Per aumentare la consapevolezza di ognuno e raccogliere fondi a sostegno della Ricerca IEO sui tumori femminili è nata la campagna **Follow the Pink**, che ogni anno si arricchisce di partnership e iniziative.

Il progetto **IMPERFECT (l'IMPERFECT)** è stata una vera scommessa e un regalo alla città che ospita i nostri Istituti. Un'opera di street art collettiva lunga 120 metri installata a Porta Genova, per raccontare le storie di 21 donne e un uomo operati di tumore al seno, allo scopo di sensibilizzare sull'importanza della prevenzione e raccogliere fondi per la Ricerca. Le protagoniste hanno prestato i loro corpi e le loro ferite al linguaggio universale dell'arte e sono state ritratte dall'artista Yuri Catania che le ha immortalate restituendone tutta la bellezza. Le fotografie stampate su carta sono state incollate sul muro di Via Ventimiglia a Milano, attraverso la tecnica del paste-up. I solchi, le cicatrici, i segni rimasti a seguito degli interventi, sono stati dipinti dall'artista attraverso una performance a mano con vernice d'oro con il processo del kintsugi, l'antica arte giapponese che utilizza l'oro per riparare la ceramica rotta. La capacità di abbracciare il danno, di non vergognarsi delle ferite, e di poter accogliere una nuova identità è la delicata lezione simbolica di questo progetto: dall'imperfezione di una rottura nascono nuove forme di perfezione estetica superiori.

Per il terzo anno la Fondazione IEO-MONZINO ha partecipato alla **1000 Miglia Charity per la Ricerca** a bordo di una speciale Pink Car. Dal 13 al 17 giugno da Brescia a Roma e ritorno un equipaggio tutto al femminile si è alternato alla guida di una Lamborghini Huracán Tecnica.

La raccolta fondi di quest'anno consentirà di acquistare strumentazioni dedicate per offrire esami di Risonanza Magnetica senza l'utilizzo del mezzo di contrasto, garantendo contemporaneamente la qualità della diagnosi alle donne ad alto rischio che devono sottoporsi a questo tipo di esami

frequentemente. Csaba dalla Zorza, Roberta Ruiu, Paola Turani, Giulia Valentina, Ludovica Frasca, Irene Saderini, capitanate da Warly Tomei, board member della Fondazione IEO-MONZINO e ideatrice dell'iniziativa, e dalla Dott.ssa Viviana Galimberti, Direttore di Senologia Chirurgica dello IEO e grande appassionata di auto e di guida sportiva, si sono alternate al volante, tappa dopo tappa, percorrendo mezza penisola tra borghi e città.



Da Nord a Sud i nostri eventi per la Ricerca sono sempre più numerosi! Per scoprirli tutti entra a far parte della Community per la Ricerca, visita il sito: [fondazioneieomonzino.it](http://fondazioneieomonzino.it) oppure contattaci per avere tutte le informazioni di cui hai bisogno: [eventi@fondazioneieomonzino.it](mailto:eventi@fondazioneieomonzino.it) | 02 57489798

# COME SI COMPONE UNA COLAZIONE SANA ED EQUILIBRATA?

La prima colazione rappresenta un pasto molto importante nella giornata, un suo consumo regolare, infatti, è stato associato a un migliore stato di salute, nonché al miglioramento di numerosi parametri metabolici correlati non solo al rischio cardiovascolare, ma anche allo stato di benessere generale. Inoltre la colazione esercita un effetto positivo sulla sazietà, aiutando a controllare la quantità di energia totale assunta nell'arco della giornata. Altre evidenze scientifiche hanno dimostrato che i consumatori regolari della prima colazione sono meno esposti al rischio di incorrere in sovrappeso e obesità.

Anche la colazione, come gli altri pasti principali della giornata, deve seguire la regola del piatto smart, che comprende cereali (meglio se integrali), proteine sane, verdure e ortaggi, grassi sani, frutta e acqua.

A colazione è fondamentale che siano presenti almeno i **cereali integrali** (pane, cereali, fette biscottate integrali, fiocchi d'avena) e le **fonti proteiche** (latte vaccino, yogurt, bevanda alla soia, ricotta, uova).

**Ecco qualche esempio pratico di colazioni complete, equilibrate, gustose e sane, per iniziare bene la giornata!**

1. Caffè, yogurt bianco naturale, muesli e banana
2. Tè nero, pane di segale, ricotta e marmellata di lamponi
3. Tè verde, bevanda vegetale di soia al naturale, fiocchi di avena, qualche mandorla e due kiwi
4. Fette biscottate integrali, hummus di ceci, pomodori, tisana al finocchio e pera



## Alcuni consigli per la tua colazione SmartFood:

- Meglio evitare colazioni ricche di zuccheri semplici, grassi saturi e sale
- Evita di consumare cereali raffinati (tra cui quelli soffiati), brioche, merendine, biscotti elaborati
- Scegli marmellate con meno del 37% di zuccheri
- Preferisci le bevande vegetali senza zucchero e sale aggiunti
- Scegli sempre lo yogurt vaccino o vegetale bianco al naturale ed evita quelli con aggiunta di frutta o aromatizzati

Scopri di più su SmartFood e sulle tante iniziative che ruotano intorno ai temi dell'alimentazione salutare sul nostro sito: [fondazioneieomonzino.it](http://fondazioneieomonzino.it) nella sezione **PROGETTI SPECIALI: SMARTFOOD** oppure contattaci: [info@fondazioneieomonzino.it](mailto:info@fondazioneieomonzino.it) | 02 57489798



**Il pezzo che manca sei tu!**



Allo IEO e al Monzino i nostri medici e ricercatori lavorano ogni giorno per aggiungere un tassello alla conoscenza del cancro e delle malattie del cuore per renderle sempre più curabili.

Tutti possiamo fare la nostra parte.  
Nel puzzle della Ricerca il pezzo che manca sei tu!

Visita il sito: [ilpezzochemancaseitu.fondazioneieomonzino.it](http://ilpezzochemancaseitu.fondazioneieomonzino.it)

Seguici su

