

Gentile Iscritto,

Il Consiglio di Amministrazione del Fondo Sanitario Integrativo, avvalendosi della facoltà riconosciuta dallo Statuto, ha deciso di promuovere una **campagna di prevenzione** dedicata ai **tumori della pelle**. Potranno aderire gli **iscritti** e i loro **familiari** beneficiari di età compresa **tra i 30 e i 60 anni**.

La pelle è il confine tra organismo e ambiente esterno. È la nostra prima difesa verso il mondo che ci circonda, ma è anche l'organo più esposto ai fattori ambientali; è quindi importante proteggerla.

Tra i fattori di rischio più rilevanti nell'insorgenza dei tumori cutanei e del melanoma vi è la sovraesposizione ai raggi solari. Il rischio aumenta con il numero di scottature avvenute nel corso della vita, soprattutto nell'infanzia e nell'adolescenza. Altrettanto rischiose sono le lampade autoabbronzanti, il cui utilizzo da parte dei minori va del tutto evitato.

La ricerca scientifica ci dice che alcune persone, più di altre, hanno maggiore possibilità di manifestare tumori della pelle (melanomi, carcinomi basocellulari e spinocellulari). Sono infatti più esposti i soggetti che hanno un elevato numero di nei, con prevalenza di forme atipiche, ed una familiarità di primo grado (genitori, fratelli/sorelle/figli) con questi tumori.

Gli individui di pelle chiara sono più a rischio di quelli con pelle scura, questo perché le persone di pelle scura producono più melanina, il pigmento che dà colore alla pelle e ai capelli, e protegge meglio la pelle dai danni delle radiazioni ultraviolette.

È bene sapere che il rischio di sviluppare tumori alla pelle aumenta se:

- › sei un fumatore;
- › hai avuto scottature indotte dal sole da bambino;
- › fai uso di lampade autoabbronzanti;
- › hai familiarità con tumori della pelle;
- › hai visto comparire sulla pelle dei nuovi nei o altre alterazioni (macchie, noduli ecc.) persistenti;
- › hai notato che i tuoi nei:
  - si sono ingranditi
  - sono diventati irregolari
  - hanno cambiato colore
  - sanguinano spontaneamente

Per accorgersi tempestivamente che qualche cosa non va sulla nostra pelle è molto importante l'auto-osservazione: invitiamo ciascuna persona a praticare periodicamente un completo autoesame cutaneo, anche chiedendo l'aiuto di un familiare per le aree che non è possibile ispezionare direttamente (cuoio capelluto, dorso e glutei).

Prevenzione però non significa solo diagnosi precoce, ma anche attenzione, fin dalla prima infanzia, ai fattori di rischio che possono rendersi responsabili dell'insorgenza di questi tumori e conseguente adozione di comportamenti utili per limitarli. Essere consapevoli dei rischi connessi all'esposizione solare e dei benefici

derivanti dall'uso di un'adeguata protezione, così come evitare l'utilizzo delle lampade autoabbronzanti, consentirà di ridurre il rischio di sviluppare un tumore della pelle.

Per fornire indicazioni sui corretti stili di vita, con l'avvio della campagna di prevenzione, è stata pubblicata una guida divulgativa, consultabile sul sito internet del Fondo.

Per la forte incidenza di queste patologie, che se prese in tempo possono essere gestite nel migliore dei modi e senza conseguenze invalidanti, la campagna di prevenzione mette a disposizione di iscritti e familiari di età compresa fra 30 e 60 anni un **questionario online** per valutare il grado di rischio verso i tumori della pelle. Nel caso l'esito delle risposte al questionario evidenzia un rischio elevato, i partecipanti potranno sottoporsi ad una **visita dermatologica con epiluminescenza** a titolo gratuito.

La campagna di prevenzione sarà attiva dal **22 gennaio 2018**: il questionario online dovrà essere compilato entro il 31 maggio 2018, mentre la visita dermatologica gratuita potrà essere fruita sino a tutto il 30 giugno 2018.

Il Comitato Scientifico