



Canadian Cancer Society  
Société canadienne du cancer

## Di che cosa ci occupiamo

Grazie al lavoro dei nostri volontari e del nostro staff e alla generosità dei nostri donatori, la Canadian Cancer Society sta aprendo la strada nella lotta contro il cancro. La Canadian Cancer Society:

- finanzia eccellenti ricerche su tutti i tipi di cancro
- sostiene una politica indirizzata al pubblico attenta alla salute
- promuove stili di vita attenti alla salute per aiutare a ridurre il rischio di cancro
- fornisce informazioni sul cancro
- sostiene le persone che convivono con il cancro

Contattateci per ottenere informazioni sul cancro, per collegarvi con i nostri servizi di supporto o per effettuare una donazione.



Canadian Cancer Society  
Société canadienne du cancer

Eliminiamo il cancro una volta per tutte  
1 888 939-3333 | [www.cancer.ca](http://www.cancer.ca)

Queste informazioni generali sono state preparate dalla Canadian Cancer Society. Non intendono sostituire il consiglio di un operatore sanitario qualificato.

Il materiale contenuto in questa pubblicazione può essere copiato o riprodotto senza autorizzazione; tuttavia, deve usata la seguente citazione:

*Diagnosi precoce e screening: Scheda informativa per le donne.*  
Canadian Cancer Society 2008.

Early Detection and Screening: Facts for women - Italian XXXXXX © XXX 2008

# Diagnosi precoce e screening

*Scheda informativa per le donne*



Eliminiamo il cancro una volta per tutte  
1 888 939-3333 | [www.cancer.ca](http://www.cancer.ca)

## Diagnosi precoce e screening

### *Scheda informativa per le donne*

È difficile dire perché ad una persona viene il cancro e ad un'altra no. Può sembrare che il cancro non possa essere evitato, ma si possono fare cose per ridurre i rischi di contrarre la malattia. Innanzi tutto si può vivere uno stile di vita salutare e prendersi cura della propria salute.

Questo opuscolo descrive quattro tumori comuni nelle donne che possono essere individuati precocemente con esami di screening o chiedendo al vostro medico di controllare eventuali avvisaglie e sintomi: **al seno, cervicale, coloretale e alla pelle**. Molti sintomi possono essere causati da problemi che sono molto meno seri del cancro. Consultate il vostro medico per esserne sicuri. In caso di mancata prevenzione del cancro, il trattamento ha più possibilità di riuscita se viene individuato precocemente.

## Diagnosi precoce e screening

**Per diagnosi precoce** s'intende individuare il cancro in una fase precoce. Quando il cancro viene scoperto precocemente, è spesso più facile da curare. La conoscenza dei sintomi e visite mediche regolari aiutano ad individuare il cancro precocemente. Siate consapevoli del vostro corpo e non ignoratene i cambiamenti. Riportando subito i sintomi al proprio medico, si può affrontare il problema con tempestività.

**Lo screening** è l'individuazione precoce del cancro mediante esami o controllando la malattia quando non si ha alcun sintomo. Molti tipi di tumori non dispongono di un esame di screening, ma alcuni tumori possono essere scoperti ancor prima di notare che ci potrebbe essere qualcosa che non va. I test di screening possono aiutare a scoprire il cancro nelle fasi più precoci e trattabili. Alcuni esami di screening possono anche aiutare ad individuare condizioni precancerose che possono essere trattate prima che si sviluppi un tumore. Se un esame di screening rivela qualcosa di insolito, saranno necessarie visite di controllo.

I programmi di screening che offrono esami di screening per certi tipi di cancro sono disponibili in tutto il Canada. I programmi possono variare da provincia a provincia. Questi programmi di screening sono offerti a persone di gruppi d'età specifici che non hanno alcun'avvisaglia o sintomo di cancro. Se avete familiarità per un tumore specifico, potete essere più a rischio di sviluppare il cancro e potete essere sottoposti a test ad un'età più giovane o più spesso. Parlate con il vostro medico e fatevi consigliare un piano personale di esami.

È importante sapere che nessun esame di screening per il cancro è accurato al 100%. Per esempio, un test di screening può a volte rivelare la presenza di un tumore quando non c'è, oppure non rivelare la presenza del cancro quando è presente. Ma, nel complesso, gli esami di screening sono salvavita.

## Cancro al seno

Il cancro al seno comincia nelle cellule del tessuto mammario. Il tessuto mammario nelle donne si estende su un'area più ampia del solo seno. Si estende fino ad includere la clavicola e l'ascella passando per lo sterno nel centro del petto.

Il cancro al seno è il cancro più comunemente diagnosticato alle donne in Canada. Può anche riscontrarsi negli uomini ma molto raramente.

Il cancro al seno può apparire a qualsiasi età ma la maggior parte dei casi riguarda donne di oltre 50 anni. Molte donne sono sopravvissute e stanno bene oggi perchè il loro cancro al seno è stato scoperto e trattato precocemente.

### Che cosa si può fare?

Gli esami più affidabili utilizzati per scoprire precocemente il cancro al seno sono:

- **la mammografia:** Rx del seno a basso dosaggio di radiazioni
- **l'esame clinico del seno (CBE):** esame fisico delle mammelle da parte di un operatore sanitario qualificato

I programmi di screening del seno variano a seconda delle province e dei territori. Il vostro medico può darvi maggiori informazioni sugli esami di screening o sui programmi offerti nella vostra zona.

Se avete:	Cosa fare:
40 anni o più	Fatevi fare un CBE da un operatore sanitario qualificato almeno ogni 2 anni.
da 40 a 49 anni	Parlate con il vostro medico del vostro rischio di cancro al seno, insieme ai benefici e rischi della mammografia.
da 50 a 69 anni	Fatevi una mammografia ogni 2 anni.
70 anni o più	Parlate con il vostro medico di quanto spesso dovrete fare gli esami per il cancro al seno.

Se confrontate alla media, alcune donne sono più a rischio di contrarre il cancro al seno. Parlate con il vostro medico del vostro rischio e fatevi consigliare un piano personale di esami. Potrebbe essere utile sottoporsi a visite prima o più spesso se:

- Avete avuto il cancro al seno in precedenza.
- Avete un'anamnesi positiva per biopsie al seno che rivelano certi cambiamenti alle mammelle, come un eccesso di cellule anormali non cancerose (*iperplasia atipica*).
- Avete familiarità per cancro al seno (soprattutto se diagnosticato a vostra madre, sorella o figlia prima della menopausa o se sono presenti mutazioni ereditarie in geni come i BRCA1 o BRCA2).

Dovreste inoltre prendere dimestichezza con la normale apparenza del vostro seno e come risulta alla palpazione in modo da poter notare eventuali cambiamenti, anche se vi sottoponete a visite regolari. Ricordatevi che il vostro seno potrebbe darvi una sensazione diversa alla palpazione in momenti diversi del ciclo mestruale. Appena prima delle mestruazioni i seni tendono ad avere più noduli. Il tessuto mammario cambia anche con l'età. Imparando quello che è normale per voi sarete più consapevoli di quali sono i cambiamenti per i quali dovrete consultare il medico.

## A cosa prestare attenzione

Per la maggior parte delle donne, il riscontrare un nodulo al seno è il segnale più comune di tumore al seno. Il dolore è di solito sintomo di una condizione benigna: nondimeno si dovrebbe consultare il medico. La maggior parte dei noduli non sono tumori. Queste avvisaglie e sintomi potrebbero essere causati da cancro al seno o da altri problemi al seno. Consultate il medico se avete:

- un nodulo o gonfiore nell'ascella
- cambiamenti nella dimensione o forma del seno
- pelle increspata o raggrinzita - a volte chiamata *pelle a buccia d'arancia*
- arrossamento, gonfiore e aumento del calore alla mammella interessata
- un capezzolo introflesso - capezzolo retratto all'indietro
- incrostazione o desquamazione del capezzolo



## Cancro cervicale

Il cancro cervicale comincia nelle cellule della cervice. Di solito cresce molto lentamente. Prima che il cancro cervicale si sviluppi, le cellule della cervice cominciano a mutare diventando anormali. Queste cellule anormali sono precancerose, cioè non sono tumorali. I mutamenti precancerosi della cervice sono chiamati *displasia cervicale*.

La displasia cervicale ed il cancro cervicale nelle fasi precoci spesso non danno alcun sintomo. I test di screening regolari possono aiutare ad individuare la displasia od il cancro cervicale prima che si sviluppino i sintomi. Di solito entrambi possono essere trattati con esito positivo quando vengono diagnosticati precocemente.

Il rischio di sviluppare il cancro cervicale aumenta se si diventa attivi sessualmente ad una giovane età o se si ha un certo numero di partner sessuali. Questi fattori aumentano il rischio di esposizione all'HPV (il papilloma virus umano). L'HPV è un gruppo di virus che possono essere passati facilmente da persona a persona tramite contatto sessuale. Le infezioni da HPV sono comuni e di solito scompaiono senza alcun trattamento perchè il sistema immunitario elimina il virus. Solo certi tipi di HPV possono causare dei cambiamenti nelle cellule della cervice che a volte producono il cancro cervicale.

## *Che cosa si può fare?*

Alle prime esperienze sessuali, richiedere un pap test ogni 1-3 anni (consultate le linee guida sullo screening come previsto nella vostra provincia e i risultati dei vostri test precedenti). Un pap test è un esame di laboratorio effettuato sulle cellule della cervice per individuarne eventuali cambiamenti. Tale test può individuare i cambiamenti precocemente, prima che il cancro si sviluppi.

Continuate a sottoporvi al pap test anche se avete interrotto la vostra attività sessuale.

Discutete con il vostro medico se è il caso di sottoporvi al pap test a seguito di un'eventuale isterectomia (rimozione dell'utero, della cervice e, qualche volta, delle ovarie).

Durante il pap test, potreste fare anche un esame pelvico. Si tratta di un esame fisico degli organi all'interno del bacino attraverso la vagina. Il medico inserisce un dito con guanto dentro la vagina per controllare se nella cervice e negli organi pelvici c'è qualcosa di insolito. Lo scopo non è di controllare la presenza di cancro cervicale, ma di individuare eventuali altri problemi.

Si consiglia di usare un preservativo durante l'attività sessuale per evitare un'infezione da HPV.

Consigliamo inoltre la vaccinazione anti-HPV tra i 9 ed i 26 anni di età. Questo protegge contro alcune infezioni da HPV che causano più del 70% dei casi di cancro cervicale e la maggior parte dei tipi di verruche genitali. Il vaccino dovrebbe essere usato insieme allo screening del cancro genitale e non in sostituzione dello screening.

## *A cosa prestare attenzione*

Le seguenti avvisaglie e sintomi possono essere causati dal cancro cervicale o da altri problemi di salute. Consultate il medico se avete:

- emorragie anormali o secrezione con macchie di sangue dalla vagina tra un ciclo mestruale e l'altro
- cicli mestruali insolitamente lunghi o pesanti
- perdite di sangue dopo un rapporto sessuale
- dolore durante il rapporto sessuale
- perdite acquose dalla vagina
- maggiore quantità di perdite dalla vagina
- perdite di sangue dalla vagina dopo la menopausa



## Cancro coloretale

La maggior parte dei tumori coloretali comincia nelle cellule che rivestono la parte interna del colon e del retto. È il terzo tumore più comune in Canada sia per gli uomini che per le donne. Il tumore coloretale spesso cresce lentamente ed in modo prevedibile. Potrebbe non causare alcun sintomo nelle fasi precoci perchè nella parte inferiore dell'addome (sotto la zona dello stomaco) un tumore ha tanto spazio per crescere ed espandersi. Gli esami di screening aiutano a rilevare il cancro coloretale prima che se ne sviluppino i sintomi. Di solito può essere trattato con esito positivo quando viene diagnosticato precocemente.

### *Che cosa si può fare?*

Se avete 50 anni o più, è consigliato un esame per la ricerca del sangue occulto fecale (FOBT) almeno ogni 2 anni. Quest'esame controlla la presenza di sangue nelle feci visibile solo al microscopio. Il sangue nelle feci non è sempre sintomo di cancro. Potrebbero esserci altre cause - per esempio, polipi (escrescenze carnose non cancerose), ulcere o anche emorroidi.

Se l'FOBT rivela tracce di sangue nelle feci, fra i test di controllo consigliati s'incluse:

- **Colonoscopia:** un test che consente al medico di vedere il rivestimento dell'intero colon usando un tubo sottile e flessibile con una luce ed una videocamera all'estremità.
- **Sigmoidoscopia:** un test che consente al medico di vedere il rivestimento del retto e la parte inferiore del colon usando un tubo sottile e flessibile con una luce ed una videocamera all'estremità.

- **Clisma al bario con doppio contrasto:** una radiografia del colon e del retto che usa un colorante speciale (chiamato bario) che aiuta il medico a vedere il rivestimento del colon più chiaramente.

Se confrontate alla media, alcune donne sono più a rischio di contrarre il cancro coloretale. Parlate con il vostro medico di quando e quanto spesso dovrete sottoporvi ai test se avete:

- un genitore, fratello, sorella o figlio con cancro coloretale (soprattutto se il parente lo ha contratto prima dei 45 anni d'età)
- anamnesi personale di cancro coloretale
- una diagnosi precedente di malattia infiammatoria intestinale o polipi
- una condizione ereditaria come una poliposi adenomatosa familiare (FAP) o cancro del colon ereditario non poliposico (HNCC)

### *A cosa prestare attenzione*

Le seguenti avvisaglie e sintomi possono essere causati dal cancro coloretale o da altri problemi di salute. Consultate il medico se avete:

- un senso di malessere generale all'addome (gonfiore, senso di pienezza, crampi)
- un cambiamento nelle abitudini intestinali, come diarrea o costipazione, senza alcun motivo apparente
- sangue nelle feci (rosso vivo o molto scuro)
- feci che sono più assottigliate del solito
- un urgente bisogno di andare di corpo
- una sensazione che la vescica non si è completamente svuotata

- nausea o vomito
- affaticamento (sentirsi molto stanchi)
- perdita di peso

## Cancro alla pelle

I diversi tipi di cancro alla pelle (a cellule basali, cellule squamose e melanoma) cominciano in diversi tipi di cellule della pelle. I carcinomi della pelle a cellule basali e cellule squamose sono molto comuni in Canada ma entrambi i tipi possono essere trattati facilmente e con esito positivo.

### *Che cosa si può fare?*

La migliore maniera per prevenire il cancro alla pelle è quella di proteggersi dal sole. Ecco alcuni consigli su come esporsi al sole in tutta sicurezza:

- Proteggete voi stessi e la vostra famiglia particolarmente tra le 11 del mattino e le 4 del pomeriggio quando i raggi del sole hanno la massima intensità, o in qualunque altro momento della giornata quando l'indice UV è 3 o superiore. State all'ombra - sotto gli alberi, un tendone od un ombrellone - e cercate di programmare le attività all'aria aperta prima delle 11 del mattino o dopo le 4 di pomeriggio.
- Copritevi le braccia, le gambe e la testa. Scegliete abiti che siano ampi, a trama fitta e leggeri. Non dimenticate il cappello per proteggere la testa, il viso, le orecchie ed il collo.
- Usate una crema solare con un fattore di protezione solare (SPF) 15 o superiore. Non dimenticate di applicare la protezione solare nei giorni nuvolosi e durante l'inverno.

- Portate gli occhiali da sole per aiutare a prevenire danni agli occhi. Scegliete occhiali con schermatura uniforme, lenti medio-scure e protezione UVA e UVB.
- Evitate l'uso di apparecchiature per l'abbronzatura. Proprio come il sole, le lampade abbronzanti e le lampade solari producono raggi ultravioletti che possono causare scottature solari, danneggiare la pelle ed aumentare il rischio di cancro alla pelle.
- Controllate la vostra pelle regolarmente. Acquisite familiarità con la vostra pelle e riferite eventuali cambiamenti al vostro medico.

### *A cosa prestare attenzione*

Le seguenti avvisaglie e sintomi possono essere causati dal cancro alla pelle o da altri problemi alla pelle. Consultate il medico se avete:

- nevi congeniti o nei che cambiano forma, colore o dimensione
- ferite che non guariscono
- parti di pelle che sanguinano, causano prurito o diventano arrossate e gonfie



## Come ridurre il rischio di contrarre il cancro

I media riportano innumerevoli informazioni sulla salute, alcune delle quali sono ambigue o perfino contrastanti. Quello che sappiamo è che si può ridurre l'eventualità di contrarre il cancro facendo scelte salutari ogni giorno. Almeno la metà di tutti i tumori possono essere prevenuti mediante uno stile di vita salutare e politiche che proteggono la salute dei canadesi. Potete:

- Non fumare ed evitare il fumo passivo.
- Mangiare da 5 a 10 porzioni di verdura e frutta al giorno. Scegliere alimenti ad alto contenuto di fibre e a basso contenuto di grassi. Se consumate bevande alcoliche, limitatevi a meno di una bevanda al giorno.
- Fate attività fisica regolarmente. Questo vi aiuterà anche a mantenere un giusto peso corporeo.
- Proteggete voi stessi e la vostra famiglia dal sole, particolarmente tra le 11 del mattino e le 4 del pomeriggio quando i raggi del sole hanno la massima intensità, o in qualunque altro momento della giornata quando l'indice UV è 3 o superiore. Controllate regolarmente la vostra pelle e riferite eventuali cambiamenti al vostro medico.
- Seguite le linee guida per lo screening del cancro. La conoscenza della vostra familiarità per il cancro aiuterà voi ed il vostro medico a decidere quale programma personale di esami scegliere.
- Andate dal medico o da un altro operatore sanitario se notate un cambiamento nel vostro normale stato di salute.
- Seguite le istruzioni per la salute e la sicurezza sia a casa che sul luogo di lavoro quando utilizzate, conservate o smaltite materiali pericolosi.

## Informatevi sempre meglio

Se volete saperne di più sulla diagnosi precoce e lo screening:

- Chiamate un esperto del nostro servizio informazioni al numero verde **1 888 939-3333** dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 18.00.
- Inviateci un'e-mail all'indirizzo **info@cis.cancer.ca**.
- Visitate il nostro sito web **www.cancer.ca**.
- Contattate l'ufficio locale della Canadian Cancer Society.





