



# Uniti contro il cancro del seno

Principali domande e risposte

Un'informazione della Lega contro il cancro



# SOMMARIO

<b>Rischio di cancro del seno</b>	<b>3</b>
<b>La diagnosi precoce</b>	<b>7</b>
<b>Cosa può fare Lei personalmente?</b>	<b>12</b>
<b>Indirizzi utili</b>	<b>17</b>
<b>Informazioni complementari</b>	<b>22</b>

# RISCHIO DI CANCRO DEL SENO

## Qual è la frequenza del cancro del seno?

Nelle donne il cancro del seno è la malattia oncologica più frequente. Ogni anno in Svizzera 5500 donne circa si ammalano di cancro del seno, ogni giorno sono più di 15.

## Anche gli uomini si ammalano di cancro del seno?

Sì. Secondo le statistiche ogni anno tra gli uomini si registrano in Svizzera tra i 30 e i 40 casi di cancro del seno.

## Possono ammalarsi di cancro del seno anche giovani donne?

La maggior parte delle donne che si ammalano di cancro del seno hanno già passato la menopausa. Ma anche giovani donne possono esserne affette. Al momento della diagnosi una donna su cinque ha meno di 50 anni.

## Quante donne affette dal cancro del seno sopravvivono alla malattia?

In Svizzera, cinque anni dopo la diagnosi l'80 per cento delle donne affette da questa forma di cancro è ancora in vita. Se il cancro del seno viene diagnosticato precocemente, le probabilità che un trattamento abbia maggior successo sono in generale più elevate.

## Quali fattori fanno aumentare il rischio di ammalarsi di cancro del seno?

I principali fattori di rischio per il cancro del seno nelle donne sono:

- l'età: con l'avanzare dell'età aumenta anche il rischio di ammalarsi di cancro;
- parenti strette (madre, sorella, figlia), che si sono ammalate di cancro del seno;
- predisposizione ereditaria al cancro del seno: nel 5–10 per cento delle donne con cancro del seno la malattia è riconducibile ad una predisposizione ereditaria (p. es. la mutazione del gene BRCA);
- radioterapia nelle vicinanze del seno (per es. per il trattamento di un linfoma);

- una terapia ormonale combinata (estrogeni e progestinici) di diversi anni per trattare i disturbi della menopausa, o una contraccezione attuale o praticata negli ultimi 10 anni con preparati ormonali («pillola»);
- sovrappeso dopo la menopausa;
- consumo di alcool.

## Come fa una donna a sospettare un cancro del seno?

Alcune delle donne affette dalla malattia notano inizialmente un nodulo indolore oppure un indurimento nel seno. Si può notare un cambiamento del colore, della forma o delle dimensioni del seno e/o del capezzolo. A volte delle perdite di liquido dal capezzolo possono far pensare che ci si possa trovare di fronte a un caso di cancro del seno. È raro che ci sia una tensione o un dolore che interessi tutto il seno – diversamente da quello che succede durante le mestruazioni. Questi sintomi però possono essere dovuti ad altre cause. Quando una donna nota delle alterazioni, dovrebbe comunque rivolgersi a un medico per chiarire la situazione.

## **Una donna può avere il cancro del seno senza nessun sintomo o dolore?**

Nei primi stadi della malattia il cancro del seno non provoca in genere nessun disturbo. Nella maggior parte dei casi è possibile individuare questi primi stadi ricorrendo ad una mammografia.

## **Ci sono medicinali grazie ai quali è possibile ridurre il rischio di ammalarsi di cancro del seno?**

Effettivamente esistono medicinali con i quali è possibile ridurre il rischio di ammalarsi di cancro del seno. A causa dei loro effetti collaterali questi medicinali vengono prescritti soltanto a donne con un rischio notevolmente elevato: a quelle che hanno già avuto un tumore al seno per ridurre il rischio di una recidiva e alle donne con un rischio molto elevato di ammalarsi di cancro del seno a causa di una predisposizione ereditaria.

# LA DIAGNOSI PRECOCE

## Qual è lo scopo della diagnosi precoce?

Lo scopo degli esami di diagnosi precoce è di individuare il cancro del seno prima che compaiano i primi disturbi. Un tumore scoperto in uno stadio precoce comporta generalmente una probabilità più alta di sopravvivenza per le donne affette, e il trattamento di regola è più semplice e meno logorante.

## Che metodi esistono per esaminare il seno?

Per le donne di più di 50 anni, la mammografia è l'esame di prima scelta. In più vengono eventualmente effettuate delle ecografie, nei casi in cui i risultati della mammografia non siano chiari oppure in caso di ispessimento del tessuto ghiandolare. La tomografia a risonanza magnetica (MRI, MRT) viene utilizzata nei casi in cui i risultati non siano chiari e nelle donne giovani con un rischio molto elevato di cancro

del seno. Alle donne di ogni età si raccomanda di consultare il medico se notano alterazioni insolite del seno.

## **Che cos'è una mammografia?**

La mammografia è un esame radiologico del seno, che permette di individuare alterazioni patologiche del seno. Nelle donne dai 50 anni di età è il metodo principale di diagnosi precoce del cancro del seno.

## **I raggi X della mammografia sono nocivi?**

I raggi X possono essere nocivi. In una mammografia la dose dei raggi è minima. Gli specialisti considerano perciò che il beneficio della diagnosi precoce del cancro del seno sia molto superiore al rischio causato dall'esposizione alle radiazioni.

## **Che cosa significa screening mammografico?**

Gli screening mammografici vengono effettuati nel quadro di un programma che deve soddisfare chiare condizioni di qualità. I cantoni che



hanno già introdotto un programma di diagnosi precoce del cancro del seno invitano tutte le donne dopo i 50 anni di vita ad effettuare ogni due anni una mammografia per la diagnosi precoce della malattia.

## **Dove sono previsti programmi per la diagnosi precoce del cancro del seno?**

Attualmente sono attivi dei programmi nei cantoni Berna, Friburgo, Ginevra, Grigioni, Giura, Neuchâtel, San Gallo, Turgovia, Vaud e Vallese. Negli altri cantoni non esistono ancora dei programmi del genere. Tuttavia, in alcuni di essi sono già stati fatti diversi passi politici in questa direzione (situazione al giugno 2012).

## **Chi paga la mammografia per la diagnosi precoce?**

La mammografia per la diagnosi precoce è una prestazione obbligatoria a carico delle casse malati soltanto nel quadro di un programma o nel caso di elevato rischio di cancro del seno per precedenti familiari. Nei cantoni in cui non esiste un programma di screening mammo-

grafico, l'effettuazione di una mammografia viene decisa in accordo con il medico.

## **Quali sono gli effetti desiderati della diagnosi precoce del cancro del seno?**

Studi scientifici hanno dimostrato che con un programma di screening mammografico di qualità controllata è possibile prevenire decessi a causa del cancro del seno. Inoltre, se il tumore è scoperto in uno stadio meno avanzato, il trattamento di regola è più semplice e meno logorante.

## **Quali sono gli effetti indesiderati della diagnosi precoce del cancro del seno?**

Come in tutti gli esami, anche nel caso di una mammografia si possono ottenere risultati sbagliati. Può quindi succedere che delle donne debbano sottoporsi ad ulteriori esami che poi finiscono per risultare non necessari. Oppure che delle donne abbiano un tumore al seno che però non viene visualizzato o riconosciuto sulla mammografia.

Con una mammografia è possibile anche scoprire e di conseguenza curare tumori che non avrebbero mai causato problemi alla donna («eccesso di diagnosi»). Purtroppo oggi non è possibile prevedere quali tumori non rappresentano un pericolo. Sebbene la mammografia venga eseguita per il riconoscimento precoce, può anche darsi che evidenzi un tumore maligno già in uno stadio incurabile.

### **Raccomandazione della Lega contro il cancro**

La Lega svizzera contro il cancro raccomanda e sostiene i programmi di screening mammografico eseguiti in conformità alle direttive europee sulla qualità. La Lega svizzera contro il cancro assume quindi una posizione analoga a quella dell'Organizzazione mondiale della sanità (OMS).

# COSA PUÒ FARE LEI PERSONALMENTE?

**Il cancro del seno può colpire qualsiasi donna. Le donne possono però contribuire a mantenere minimo il rischio di cancro del seno e a fare in modo che – nel caso – la malattia sia individuata il più presto possibile.**

## **Informazione e consulenza**

Si faccia consigliare dal Suo medico se rientra nel gruppo di donne il cui rischio di essere affette dal cancro è elevato:

- casi di cancro del seno tra parenti (madre, sorella, figlia);
- predisposizione ereditaria al cancro del seno e/o al cancro dell'ovaia;
- tumore maligno delle ovaie.

## Diagnosi precoce del cancro del seno

In molti cantoni (vedi p. 9) sono attivi dei programmi in cui le donne dai 50 anni di età vengono invitate ogni due anni a sottoporsi quasi gratuitamente a una mammografia per la diagnosi precoce. La partecipazione è facoltativa.

Ponderi benefici e rischi individuali prima di decidere se sottoporsi o no allo screening mammografico. Se nel Suo cantone non esiste un programma, affronti il discorso della diagnosi precoce del cancro del seno con il Suo medico.

## Preparati ormonali

L'assunzione di determinati preparati ormonali può accrescere il rischio di cancro del seno.

- Prima di decidere di ricorrere a preparati ormonali per prevenire una gravidanza e/o per trattare i disturbi della menopausa, se ne faccia spiegare esattamente dal Suo

medico i vantaggi e i rischi. Potrebbero esserci delle alternative che si addicono meglio al Suo caso.

- Se assume un preparato ormonale, si sottoponga regolarmente a un controllo medico.

## Allattamento

Alcuni studi indicano che le donne che hanno allattato a lungo corrono un rischio lievemente inferiore di cancro del seno.

## L'autoesame del seno

L'autoesame del seno è un metodo semplice per individuare eventuali alterazioni del seno.

Esso non sostituisce però in alcun modo un esame medico o una mammografia per la diagnosi precoce del cancro del seno. Negli studi non è stato possibile dimostrare che l'autoesame regolare comporti una diminuzione dei casi di decesso dovuti al cancro del seno.

Ciò nonostante non è escluso che nei singoli casi una donna possa approfittare dell'autoesame regolare del seno.

## In caso di disturbi rivolgersi al medico

Se dovesse notare delle alterazioni inconsuete al seno, si rivolga il più rapidamente possibile al medico per farle esaminare:

- noduli o indurimenti al seno o nelle ascelle;
- alterazioni delle dimensioni, della forma o del colore del seno;
- alterazioni cutanee, per esempio arrossamenti o retrazioni;
- retrazione del capezzolo oppure perdite sanguinolente dal capezzolo;
- dolori o tensioni diverse da quelle abituali legate alle mestruazioni.

## Vivere in modo sano

Cerchi di adottare lo stile di vita più sano possibile. In questo modo ridurrà il rischio di molte malattie:

- evitare il sovrappeso;
- fare sufficiente attività fisica;
- consumare alcool in piccole dosi e non quotidianamente;
- mangiare in modo equilibrato e variato, con molta frutta e verdura;
- non fumare.



# INDIRIZZI UTILI

**Linea cancro** 0800 11 88 11, il servizio di consulenza personale gratuito

**E-mail** [helpline@legacancro.ch](mailto:helpline@legacancro.ch),  
la consulenza gratuita online

**Forum** [www.forumcancro.ch](http://www.forumcancro.ch), la piattaforma di scambio per pazienti e congiunti

## La lega contro il cancro le offre aiuto e consulenza

### **Krebsliga Aargau**

Tel. 062 834 75 75

[www.krebsliga-aargau.ch](http://www.krebsliga-aargau.ch)

### **Krebsliga Graubünden**

Tel. 081 252 50 90

[www.krebsliga-gr.ch](http://www.krebsliga-gr.ch)

### **Krebsliga beider Basel**

Tel. 061 319 99 88

[www.klbb.ch](http://www.klbb.ch)

### **Ligue jurassienne contre le cancer**

tél. 032 422 20 30

[www.liguecancer-ju.ch](http://www.liguecancer-ju.ch)

### **Bernische Krebsliga**

#### **Ligue bernoise contre le cancer**

Tel. 031 313 24 24

[www.bernische-krebsliga.ch](http://www.bernische-krebsliga.ch)

#### **Ligue neuchâteloise contre le cancer**

tél. 032 721 23 25

[www.liguecancer-ne.ch](http://www.liguecancer-ne.ch)

#### **Ligue fribourgeoise contre le cancer**

#### **Krebsliga Freiburg**

tél. 026 426 02 90

[www.liguecancer-fr.ch](http://www.liguecancer-fr.ch)

### **Krebsliga Ostschweiz**

Tel. 071 242 70 00

[www.krebsliga-ostschweiz.ch](http://www.krebsliga-ostschweiz.ch)

### **Krebsliga Schaffhausen**

Tel. 052 741 45 45

[www.krebsliga-sh.ch](http://www.krebsliga-sh.ch)

#### **Ligue genevoise contre le cancer**

tél. 022 322 13 33

[www.lgc.ch](http://www.lgc.ch)

### **Krebsliga Solothurn**

Tel. 032 628 68 10

[www.krebsliga-so.ch](http://www.krebsliga-so.ch)

### **Thurgauische Krebsliga**

Tel. 071 626 70 00

[www.tgkl.ch](http://www.tgkl.ch)

### **Lega ticinese contro il cancro**

Tel. 091 820 64 20

[www.legacancro-ti.ch](http://www.legacancro-ti.ch)

### **Ligue vaudoise contre le cancer**

tél. 021 623 11 11

[www.lvc.ch](http://www.lvc.ch)

### **Ligue valaisanne contre le cancer** (Sion)

tél. 027 322 99 74

[www.lvcc.ch](http://www.lvcc.ch)

### **Krebsliga Wallis** (Brig)

Tel. 027 970 35 41

[www.krebsliga-wallis.ch](http://www.krebsliga-wallis.ch)

### **Krebsliga Zentralschweiz**

Tel. 041 210 25 50

[www.krebsliga.info](http://www.krebsliga.info)

### **Krebsliga Zug**

Tel. 041 720 20 45

[www.krebsliga-zug.ch](http://www.krebsliga-zug.ch)

### **Krebsliga Zürich**

Tel. 044 388 55 00

[www.krebsligazuerich.ch](http://www.krebsligazuerich.ch)

### **Krebshilfe Liechtenstein**

Tel. 00423 233 18 45

[www.krebshilfe.li](http://www.krebshilfe.li)

## Ulteriori organizzazioni

### Gruppo «Sostegno pazienti EOC»

Centro di Senologia EOC, tel. 079 605 12 60,  
sostegno.senologia@gmail.com

### «Vivre comme avant»

Association d'aide aux femmes atteintes  
d'un cancer du sein,  
tél. 032 435 60 75, mobile 079 638 84 27,  
doudou.ljc@bluewin.ch, www.vivre-comme-avant.ch

### Marrainage Cancer du Sein

permanence 7/7, 365 jours/365  
Genève: tél. 078 622 37 44, marrainage@savoirpatient.ch  
Valais: tél. 079 840 16 66, marrainage@savoirpatient.ch  
Vaud: tél. 021 623 11 30, marraines.cancerdusein@gmail.com

### Association Savoir Patient (ASAP)

Réseau Cancer du Sein  
Agir ensemble pour améliorer les soins et la qualité de vie.  
Tél. 022 379 49 76/78, rcs@savoirpatient.ch,  
www.savoirpatient.ch

### «Leben wie zuvor»

Schweizer Verein für Frauen nach Brustkrebs,  
Tel. 061 711 91 43, info@leben-wie-zuvor.ch,  
www.leben-wie-zuvor.ch

**Brustoperierte Frauen** (Zentralschweiz)  
Kontaktstelle: Krebsliga Zentralschweiz,  
Tel. 041 210 25 50, [info@krebsliga.info](mailto:info@krebsliga.info)

**English Speaking Cancer Association (ESCA)**  
Office: Phone 022 791 63 05, Helpline  
(outside of office hours): Phone 079 531 55 11,  
[info@cancersupport.ch](mailto:info@cancersupport.ch), [www.cancersupport.ch](http://www.cancersupport.ch)

**English Speaking Cancer Support Group in Basel**  
[cancersupportbasel@gmail.com](mailto:cancersupportbasel@gmail.com),  
[www.cancersupportbasel.wordpress.com](http://www.cancersupportbasel.wordpress.com)

**Europa Donna Svizzera**  
Il forum svizzero del cancro al seno,  
tel. 041 480 47 15, [sekretariat@europadonna.ch](mailto:sekretariat@europadonna.ch),  
[www.europadonna.ch](http://www.europadonna.ch)

**swiss cancer screening**  
Federazione svizzera dei programmi di screening  
del cancro  
Effingerstrasse 40, casella postale 8219,  
3001 Berna, tel. 031 389 93 52,  
[www.swisscancerscreening.ch](http://www.swisscancerscreening.ch)

Qui può trovare gli indirizzi dei programmi di diagnosi precoce, l'opuscolo «Lo screening mammografico – La diagnosi precoce del cancro del seno aumenta le possibilità di guarigione» e ulteriori informazioni sulla diagnosi precoce del cancro del seno.

# INFORMAZIONI COMPLEMENTARI

## Se desidera saperne di più

Opuscolo «Uniti contro il cancro del seno –  
Fattori di rischio e diagnosi precoce»

## Possibilità per ordinare l'opuscolo

- Telefono 0844 85 00 00 (tariffa locale)
- [shop@legacancro.ch](mailto:shop@legacancro.ch)
- [www.legacancro.ch/opuscoli](http://www.legacancro.ch/opuscoli)
- Lega contro il cancro del suo Cantone

# Impressum

## **Editore**

Lega svizzera contro il cancro, Effingerstrasse 40,  
casella postale 8219, 3001 Berna, tel. 031 389 91 00,  
fax 031 389 91 60, info@legacancro.ch,  
www.legacancro.ch, CCP 30-4843-9

## **Responsabile del progetto**

Barbara Iseli Sczepanski, direttrice del programma  
di prevenzione Cancro del seno, Lega svizzera  
contro il cancro, Berna

## **Redazione**

Dr. med. Eva Ebnöther, Zollikon

## **Supervisione**

Dr. med. Karin Huwiler e la  
Commissione di esperti Cancro del seno,  
Lega svizzera contro il cancro, Berna

## **Foto**

Claude Stahel, Zurigo

## **Creazione**

Wassmer Graphic Design, Zäziwil

## **Stampa**

Stämpfli SA, Berna

Il presente opuscolo è disponibile anche in lingua  
albanese, francese, inglese, tedesca e serba/  
croata/bosniaca.

© 2009, 2010, 2011, 2012, 2013

Lega svizzera contro il cancro, Berna

Quinta edizione riveduta

LSC / 8.2013 / 6000 I / 3408



**lega contro il cancro**

Uniti contro il cancro del seno



[www.legacancro.ch/cancrodelsenno](http://www.legacancro.ch/cancrodelsenno)