

LILT e food bloggers assieme per la prevenzione

Dal 17 al 25 marzo p.v. si celebra l'XI edizione della Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica, uno dei principali appuntamenti della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori.

Istituito con Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri, l'evento ha come obiettivo informare, sensibilizzare e rendere tutti consapevoli che la Prevenzione rappresenta oggi lo strumento più efficace per vincere i tumori. A partire da una sana e corretta alimentazione. Una nutrizione sbagliata, infatti, è la causa maggiore dell'insorgenza del cancro: incide per ben il 35% dei casi.

Eppure prevenire, curare e guarire dal tumore si può. Numerose pubblicazioni scientifiche dimostrano che un'alimentazione adeguata - povera di carne e ricca di alimenti vegetali - può aiutarci a prevenire il cancro. Come, per esempio, la nostra Dieta Mediterranea, celebre per le sue virtù salutari, modello nutrizionale riconosciuto in tutto il mondo e i cui ingredienti principali sono frutta fresca e verdura, pesce, legumi e olio extra vergine d'oliva, il re della Dieta Mediterranea, **simbolo storico della Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica della LILT**, alleato del nostro benessere per le sue qualità protettive, non solo nei confronti delle malattie cardiovascolari e metaboliche, ma anche per vari tipi di tumore.

Recentemente importanti studi scientifici hanno appurato che le persone che **consumavano una quantità significativa di olio extra vergine d'oliva presentavano un rischio minore** di sviluppare una neoplasia, in particolare dell'apparato digerente e del carcinoma della mammella.

Quest'anno la LILT celebra i suoi 90 anni di attività a favore soprattutto della Prevenzione e di impegno per diffondere sani e corretti stili di vita. Se oggi la guaribilità del cancro in Italia ha raggiunto percentuali del 60 % questo è grazie anche al "lavoro" costante di migliaia di donne e uomini della LILT.

Ecco perché per questa edizione della Settimana Nazionale per la Prevenzione vi è un regalo speciale per tutti Voi. Dodici tra le più importanti blogger di cucina, hanno donato alla LILT fantasiosi menù e ricette stuzzicanti.

Troverete il tutto nell'opuscolo, sul sito www.lilt.it, sulla pagina facebook della LILT Nazionale, assieme alle foto dei loro visi sorridenti e pieni di entusiasmo, ai nomi, evocativi e accattivanti, dei loro blog da dove, ogni giorno, sosterranno la LILT per questa importante Campagna di sensibilizzazione per vincere il cancro.

Grazie anche al generoso contributo della Regione Puglia, il simbolo della Settimana per la Prevenzione, l'olio extra vergine di oliva, sposa la cucina delle *blogger* che hanno dedicato alla LILT i loro menù.

Inoltre dal 17 al 25 marzo p.v. i volontari della LILT si mobileranno per essere presenti numerosi nelle maggiori piazze italiane e offrire la bottiglia di olio extra vergine di oliva - in cambio di un modesto contributo a sostegno delle attività promosse dalla LILT e delle dotazioni di apparecchiature diagnostiche - assieme ad un utile opuscolo ricco di informazioni sui corretti stili di vita.

I 395 Punti Prevenzione (Ambulatori) LILT resteranno aperti e medici, operatori sanitari, volontari saranno a disposizione di tutta la popolazione.

Per conoscere giorni e orari di apertura dei punti Prevenzione/Ambulatori LILT, chiamate il **numero verde SOS LILT 800-998877**.

Per ulteriori informazioni consultate il sito www.lilt.it

