

Approccio integrato al cancro

di Francesco Bottaccioli*

Alla fine di Novembre oncologi, psicologi e medici di varie specializzazioni si sono incontrati in due importanti convegni: il primo a Brescia, organizzato dalla Società italiana di Psico-oncologia e dalla Società italiana di Psiconeuroendocrinoimmunologia, il secondo a Cesena organizzato dall' Istituto Scientifico Romagnolo per lo studio e la cura dei tumori.

Il filo rosso dei due incontri è stato la necessità di superare una visione ristretta della prevenzione e della cura del cancro, anche perché le statistiche sono a dirci che i progressi sono molto lenti e in gran parte attribuibili non tanto a un drastico miglioramento delle cure quanto a cambiamenti comportamentali, come è evidente dalla riduzione della mortalità per cancro al polmone nei maschi, conseguente alla riduzione del vizio del fumo.

Susan Lutgendorf, dell'Università dell'Iowa e Presidente dell' American Psychosomatic Society, ha presentato la significativa mole di studi scientifici che dimostrano il legame tra stress, depressione, ansia e peggioramento della prognosi sia in termini di qualità della vita che di sopravvivenza. In uno di questi studi, realizzati dal gruppo di David Spiegel, psichiatra della Stanford University, si è dimostrato che donne con cancro al seno metastatico, che nel primo anno di post-trattamento sono state efficacemente curate per la depressione, hanno un tempo di sopravvivenza media che è più del doppio di quelle che non avevano risolto la sintomatologia depressiva : 4,5 anni di sopravvivenza contro 2,1. Del resto, due meta-analisi recenti legano la depressione e l'isolamento sociale al peggioramento della sopravvivenza in malati di cancro.

Franco Berrino, leader nel campo dell'alimentazione nella prevenzione e nella terapia del cancro, ha presentato gli ultimi grandi studi epidemiologici internazionali che dimostrano in modo inequivocabile il legame tra obesità, ipertensione, iperglicemia e in generale quella che si chiama sindrome metabolica e insorgenza e progressione del cancro.

Ma quali sono i meccanismi con cui stress, depressione ed alimentazione ipercalorica e iperglicemica possono influire sulla prognosi della malattia? Stress e cattiva alimentazione provocano infiammazione e squilibrio immunitario.

Un incremento della produzione di neurotrasmettitori e ormoni dello stress, da un lato, può causare un aumento della proliferazione cellulare, mediata dall'incremento dei fattori di crescita e , dall'altro lato, con l'aumento del cortisolo, può provocare una disregolazione della risposta immunitaria con aumento delle attività dei circuiti immunitari TH2 e TH17 che risultano essere inadatti a distruggere le cellule maligne. Anzi, lo sbilanciamento della risposta immunitaria verso il TH2-TH17 causa un'inflammatione inefficace che porta allo sviluppo e alla diffusione delle metastasi.

Per questo è urgente apprendere un nuovo modo di curare le persone con cancro mettendo l'accento sulle risorse di guarigione che ha l'organismo colpito dalla malattia e quindi integrando la gestione dello stress, la buona alimentazione e la regolare attività fisica alla terapia chirurgica e farmacologica standard.

Le ricerche internazionali e anche nostre dimostrano che un breve corso di apprendimento di tecniche antistress è in grado di ridurre fortemente la sintomatologia ansioso-depressiva con benefici sulle Natural Killer e sulle altre cellule immunitarie che possono proteggerci dal cancro.

Al tempo stesso, è fondamentale ridurre il carico di tossicità indotto dalle terapie oncologiche non solo con la ricerca di farmaci più selettivi, ma anche riducendo la quantità di farmaci che vengono somministrati per gli effetti collaterali della malattia e della stessa terapia: dolore, nausea, vomito, astenia. È qui che possono dare il loro importante contributo terapie complementari come l'agopuntura, la fitoterapia, l'omeopatia, il riequilibrio scientificamente mirato della flora batterica intestinale pesantemente devastata dai farmaci.

Insomma, un miglioramento rilevante nella cura delle persone con cancro, senza attendere il farmaco del miracolo, è a portata di mano, se le strutture oncologiche italiane vorranno praticarlo.

**Presidente on. Società Italiana di Psiconeuroendocrinoimmunologia*

PUBBLICATO SU LA REPUBBLICA DEL 10.12.2013. RIPRODUZIONE RISERVATA