

I FATTORI DI RISCHIO NEL CARCINOMA MAMMARIO

FATTORI DI RISCHIO PER IL CARCINOMA MAMMARIO

A) INDICATORI DEMOGRAFICI E SOCIOLOGICI

- Età
- Popolazioni occidentali ricche
- Classi socio-culturali agiate
- Migrazione in Paesi ricchi in età prepubere o puberale

B) FATTORI COSTITUZIONALI, FISIOLGICI E RIPRODUTTIVI

- Famiglie ad alto rischio
- Elevato peso alla nascita
- Menarca precoce
- Statura elevata
- Nulliparità*
- Primigravidanza tardiva
- Età ai figli successivi
- Mancanza di latte o allattamento breve
- Età alla menopausa (vita fertile lunga)
- Obesità o sovrappeso in menopausa
- Elevati livelli sierici di testosterone e di estradiolo e bassi livelli di SHBG (in menopausa)

C) FATTORI AMBIENTALI

- Radiazioni ionizzanti (specie in età prepubere o puberale)
- Terapie ormonali per la menopausa
- Contraccettivi orali
- Dieta ricca (specie in età prepubere o puberale)
- Scarsa attività fisica (specie in età giovane)
- Consumo di alcool
- Dieta povera di frutta e verdura
- Dieta povera di fitoestrogeni
- La gravidanza aumenta il rischio per alcuni anni ma poi prevale l'effetto preventivo.

probabilità di sviluppare un carcinoma mammario invasivo in donne senza storia personale di carcinoma mammario

Età attuale	Intervalli di rischio (in anni)		
	+10	+20	+30
30	0.40%	1.85%	4.56%
40	1.47%	4.21%	7.53%
50	2.84%	6.25%	9.68%
60	3.67%	7.35%	9.54%

(basato sull' analisi dei dati del Surveillance, Epidemiology, and End Results (SEER) registry for 1997-1999)
 [Ries LA, Eisner MP, Kosary CL, et al.: SEER Cancer Statistics Review, 1973-1999. Bethesda, Md: National Cancer Institute, 2002. Last accessed March 18, 2004.]

Rischio di morte correlato all' età nel sesso femminile: carcinoma mammario verso tutte le altre cause

Età delle donne:	possibilità di decesso per carcinoma mammario nei successivi 10 anni	possibilità di decesso per qualsiasi altra causa nei successivi 10 anni
40-44	0.3% (1 ogni 333)	2.1% (1 ogni 48)
45-49	0.4% (1 ogni 250)	3.3% (1 ogni 30)
50-54	0.6% (1 ogni 167)	5.1% (1 ogni 20)
55-59	0.7% (1 ogni 143)	8.1% (1 ogni 12)
60-64	0.8% (1 ogni 125)	12.0% (1 ogni 8)
65-69	1.0% (1 ogni 100)	18.0% (1 ogni 6)
70-74	1.1% (1 ogni 91)	27.0% (1 ogni 4)
75-79	1.2% (1 ogni 83)	41.0% (1 ogni 2)
80-84	1.2% (1 ogni 83)	67.0% (2 ogni 3)
85+	1.1% (1 ogni 91)	79.0% (4 ogni 5)

(estratto da Woloshin & Schwartz, 1999)
 [Woloshin S, Schwartz LM: How can we help people make sense of medical data? Eff Clin Pract 2 (4): 176-83, 1999 Jul-Aug.]

IN CONCLUSIONE, PER PREVENIRE IL CARCINOMA MAMMARIO SI POSSONO DARE SOLO POCHE INDICAZIONI PRATICHE:

- innanzi tutto evitare esami radiologici non indispensabili nelle bambine, in particolare esami ripetuti della colonna vertebrale;
- in secondo luogo limitare nelle dosi e nel tempo il trattamento ormonale in menopausa, che è giustificato prescrivere solo per ragioni cliniche legate ai disturbi della menopausa, e solo eccezionalmente per ragioni preventive;
- in terzo luogo raccomandare attività fisica e uno spostamento della dieta verso alimenti vegetali poco raffinati (riducendo zuccheri e cereali raffinati, grassi raffinati e bevande alcoliche).