

■ EPIDEMIOLOGIA

Peculiarità femminili nel rischio di tumori da alcol

Il consumo di alcolici è fortemente associato alle neoplasie dell'apparato digerente e dell'apparato respiratorio superiore e, in misura minore, ai tumori del colon-retto, fegato, mammella e, per un elevato consumo (>5/6 bicchieri/die) stomaco e pancreas. Globalmente l'alcol è la seconda causa di tumori, dopo il tabacco, ed è responsabile di circa il 7% sia di tutti i tumori e delle morti. I rischi relativi per molti tumori sono analoghi per donne e uomini, tuttavia le donne tendono a bere meno. Inoltre, il tumore della mammella è molto più frequente nelle donne, pertanto, la quantificazione dell'associazione tra basse dosi di consumo di alcol e tumori noti per essere correlati all'alcol è importante soprattutto per la popolazione femminile.

Carlo La Vecchia, Dipartimento di Scienze Cliniche e di Comunità,

Università degli Studi di Milano ha affrontato il tema nel corso del congresso "Nutrimi" 2020.

► Le stime

La stima mondiale del numero totale di tumori associati all'alcol nelle donne è di oltre 230.000 di cui circa la metà di tumore della mammella, mentre i decessi sono 120.000, di cui 35.000 associati sempre al ca della mammella. Se la popolazione femminile evitasse elevati consumi di alcol, attenendosi ad un consumo moderato (non più di 1 bicchiere/die) circa l'85% dei 230mila casi di tumore potrebbe essere evitato. Un altro dato significativo che i tumori del primo tratto digerente e respiratorio sono frequenti solo nelle fumatrici, per cui se una donna consuma livelli moderati di alcol, ma non fuma, il rischio è trascurabile, men-

tre il rischio di tumore alla mammella associato all'alcol è presente anche nelle donne non fumatrici. Generalmente le donne bevono meno degli uomini, ma è importante considerare anche i consumi moderati: anche un solo bicchiere di alcol al giorno aumenta di circa il 4-5% il rischio relativo di tumore della mammella. L'alcol dunque è uno dei pochi fattori di rischio dove è possibile mettere in campo iniziative di prevenzione, rispetto ad altri fattori.

Un errore diffuso è ritenere che in Italia il consumo di alcol sia in aumento: in realtà insieme alla Francia, nel nostro Paese si assistito ad una sostanziale riduzione dei consumi negli ultimi 40 anni, tanto che dalla fine degli anni Ottanta il consumo è diminuito di circa il 75%. Questo perché un tempo si tendeva a bere alcol anche a pranzo, abitudine che nella maggior parte dei casi è stata abbandonata e perché in realtà le giovani generazioni consumano regolarmente meno alcol rispetto al passato, contribuendo così alla riduzione dei consumi.

Il messaggio da trasmettere alle donne è quello di perseguire una riduzione rientrando nel consumo moderato, anche perché l'alcol si diffonde quasi istantaneamente in tutti i tessuti corporei e siccome le donne tendono ad avere una massa corporea inferiore rispetto agli uomini i livelli di alcol nei tessuti è più alto.

Dati dalle metanalisi

I dati sul consumo moderato di alcol (1 bicchiere/die), sono stati ricavati da metanalisi o ri-analisi collaborative di selezionati tumori correlati all'alcol.

- **Cancro orofaringeo:** rischio relativo (RR) complessivo di carcinoma orofaringeo 1,21 (rispetto ai non bevitori o bevitori occasionali).
- **Carcinoma a cellule squamose dell'esofago:** RR 1.31-1.35.
- **Tumore mammario:** in una ri-analisi collaborativa sul ca mammario, i RR erano 1.01 ($p>0.05$) per le donne che hanno riportato un consumo di alcol <5 g/giorno e 1,03 ($p>0.05$) per coloro che ne hanno consumato 5-14 g/giorno. Il "Million Women Study" ha trovato un RR pari a 1.08 ($p<0.05$) per 3-6 bicchieri/settimana (da circa 4 a 8 g/giorno), rispetto ai non bevitori.



Attraverso il presente **QR-Code** è possibile ascoltare con tablet/smartphone il commento di Carlo La Vecchia