

Come sostenere l'Associazione Diventa Volontario

Contatta la segreteria al n. **338 1595306**

Diventa Socio

Puoi iscriverti on-line dal sito WEB

www.associazionecontromelanoma.it

Fai una Donazione

tramite bonifico bancario presso

BANCA POPOLARE DI LAJATICO

IBAN IT75W0523214000000030119341

o tramite bollettino di C/C postale

C/C POSTALE 69928661 intestato a:

ASSOCIAZIONE CONTRO IL MELANOMA ONLUS

Destina il 5 per mille ad ACM

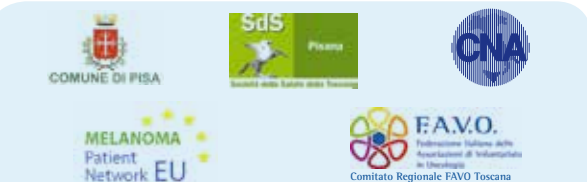
C.F. 93055240506

ACM è una O.N.L.U.S., pertanto puoi usufruire dei benefici fiscali previsti dalle vigenti leggi.

SPONSORS



PATROCINI



CHI SIAMO

Siamo un gruppo di volontari: pazienti, parenti, amici, medici e simpatizzanti che, raccogliendo il testamento morale del compianto Prof. Giorgio Bronzetti, si impegnano dal 2004 a perseguire obiettivi diretti a prevenire il melanoma e a curare efficacemente chi ne è affetto.

ATTIVITA' NEI NOSTRI PRIMI 10 ANNI

Ogni anno abbiamo organizzato incontri sul melanoma tra esperti e popolazione della Toscana, della Lombardia e della Romagna. Ogni anno, grazie a medici e insegnanti volontari, abbiamo informato circa 1.000 bambini e ragazzi delle scuole di primo e secondo grado della Toscana sull'importanza di proteggere la pelle dai raggi UV.

Ogni anno abbiamo organizzato corsi e convegni sul tema del melanoma.

Ogni anno, con l'aiuto di medici specialisti volontari, abbiamo effettuato oltre 500 visite di screening.

Abbiamo acquistato strumenti di diagnostica avanzata e assegnato 10 borse di studio per giovani ricercatori che hanno pubblicato importanti studi sul melanoma.

Abbiamo collaborato con acconciatori di Pisa e provincia per la prevenzione del melanoma del cuoio capelluto.

Nell'Aeroporto di Pisa abbiamo distribuito ai viaggiatori in transito verso i paesi tropicali volantini con consigli utili per esporsi al sole con sicurezza.

Informiamo i malati sui loro diritti verso enti e istituzioni.

Forniamo consulenze sui trattamenti innovativi e sui protocolli internazionali di ricerca clinica in collaborazione con organizzazioni nazionali ed internazionali (CESVOT, F.A.V.O., IMI, MPNE).

SEDE LEGALE E OPERATIVA

c/o Unità di Oncologia Medica

Azienda Ospedaliera Universitaria Pisana - Santa Chiara

Via Roma, 67 - 56126 Pisa

mobile +39 338 1595306

www.associazionecontromelanoma.it

e-mail: **info@acmp.it**

Associazione Contro il Melanoma O.N.L.U.S.



SIAMO IMPEGNATI A

- Parlare di melanoma senza pregiudizi
- Educare all'esposizione al sole
- Pianificare visite di prevenzione su soggetti a rischio
- Aggiornare gli operatori sanitari
- Raccogliere fondi per sostenere la ricerca
- Curare al meglio le persone affette da melanoma

Cos'è il melanoma

È il più pericoloso dei tumori cutanei e ha origine dai melanociti, cellule che producono la melanina, il pigmento che conferisce il colore della pelle e la protegge dal danno dei **RAGGI ULTRAVIOLETTI (UV)**. Negli ultimi 40 anni, in Italia, il numero di nuovi casi di melanoma è aumentato di 13 volte negli uomini e 8,5 volte nelle donne. Nel nostro Paese l'incidenza attuale è di circa 19 casi ogni 100.000 abitanti. Grazie alle campagne di informazione e alle visite di prevenzione sono aumentate soprattutto le diagnosi di melanomi sottili per la maggior parte guaribili con l'asportazione chirurgica. Se non diagnosticato per tempo il melanoma è difficilmente guaribile nonostante negli ultimi anni siano stati immessi sul mercato nuovi farmaci molto attivi nella cura della malattia metastatica. I melanomi più pericolosi sono quelli nodulari magari dello stesso colore della pelle, che insorgono sul dorso degli uomini anziani che trascurano di portarli all'attenzione del medico.

La mortalità da melanoma si riduce soprattutto con la diagnosi precoce e la prevenzione.

La consapevolezza dei **FATTORI DI RISCHIO** e una prudente esposizione al sole possono ridurre il numero di nuovi casi.

Fattori di rischio

ENDOGENI

- Aver avuto una diagnosi di melanoma.
- Avere un parente di primo grado a cui sia stato riscontrato un melanoma.
- Avere occhi azzurri/verdi, capelli biondi/rossi, pelle chiara/lentiggini.
- Aver notato un cambiamento in uno dei propri nei (prurito / sanguinamento / cambiamento di colore / dimensioni / forma).
- Assumere farmaci fotosensibilizzanti o immunosoppressori.
- Avere più di 100 nei sul corpo.

ESOGENI

- Aver presentato scottature dopo esposizione al sole da piccolo.
- Esporsi al sole in maniera intensa e non graduale.

Modificando le nostre abitudini possiamo prevenire solo i **FATTORI DI RISCHIO ESOGENI** e ridurre così di circa il 50% la probabilità di sviluppare un melanoma nell'arco della vita.

Effetti dei raggi UV

RAGGI UV-A: rappresentano circa il 99% dei raggi UV che raggiungono la superficie terrestre. Stimolano un'abbronzatura lenta e duratura, ma penetrano in profondità nella pelle e sono i principali responsabili del danno a carico delle fibre elastiche a cui si deve la formazione di rughe.

RAGGI UV-B: stimolano la produzione di vitamina D nella pelle, ma un'esposizione incontrollata si associa a diverse patologie tumorali, e non solo, della pelle e degli occhi.

Sebbene fino all'80% dei melanomi insorga su cute sana, i controlli dermatologici sistematici permettono di diagnosticare con tempestività melanomi di nuova insorgenza o insorti su nei preesistenti.

La prevenzione in ACM

La prevenzione risulta più efficace su una popolazione selezionata per **FATTORI DI RISCHIO** dove si può diagnosticare un melanoma ogni 10-25 persone visitate, rispetto a una prevenzione effettuata su una popolazione non selezionata in cui si fa diagnosi di 1 melanoma ogni 500-850 persone. ACM organizza ogni venerdì pomeriggio, visite di controllo riservate ai Soci, presso gli ambulatori di Via Garibaldi n. 198 a Pisa, oppure presso altri ambulatori elencati sul sito. Ogni anno, prima dell'estate, ACM organizza visite di prevenzione gratuite aperte a tutti coloro che presentano **FATTORI DI RISCHIO** (CAMPAGNA ANNUALE CONTRO IL MELANOMA). E' gradita l'iscrizione ad ACM o un'offerta libera. Tutte le visite sono effettuate da medici specialisti volontari coadiuvati da soci di ACM.

La prenotazione delle visite, necessaria in ogni caso, dovrà essere effettuata on-line nell'apposita pagina del sito web: www.associazionecontromelanoma.it oppure telefonando ai nostri volontari nei giorni di lunedì e giovedì dalle 14,30 alle 16,30 al numero 3341630670.

10 CONSIGLI UTILI



Impara a conoscere la tua pelle e a notare le variazioni di colore e di superficie dei nei.



Controlla la tua pelle ogni 3-4 mesi con l'aiuto di un tuo familiare o di uno specchio nelle aree nascoste alla tua vista.



Ricorda di consultare il medico se noti qualche alterazione sulla tua pelle, se hai più di 100 nei o se a un tuo familiare è stato diagnosticato un melanoma.



Nelle giornate assolate indossa sempre una maglietta a maniche lunghe, un cappello e occhiali da sole.



Evita di esporti al sole tra le ore 11:00 e le 15:00 specie se hai occhi e capelli chiari e non ti abbronzii facilmente.



Mezz'ora prima di esporti al sole spalma una crema a filtro solare con indice di protezione medio-alto e ripeti l'operazione ogni due ore o dopo ogni bagno al mare o dopo la doccia. Tieni presente che la durata di esposizione al sole varia da persona a persona ed è influenzata dalle condizioni ambientali.



A tutte le età, evita l'esposizione intensa e privilegia l'esposizione graduale al sole.



Non esporre assolutamente al sole i neonati nei primi sei mesi di vita.



I bambini di età inferiore a 6 anni devono essere tenuti all'ombra tra le ore 11:00 e le 15:00.



Non fare uso di lettini o lampade abbronzanti a emissione di raggi UV a scopo estetico, specie se hai meno di 30 anni.