

Affrontare il tumore al seno e le malattie cardiovascolari a colpi di pagaia. Torna il CardioBreast Dragon Boat Festival

Torna (e raddoppia) il CardioBreast Dragon Boat Festival, la manifestazione sportiva e di sensibilizzazione dell'Istituto Nazionale di Ricerche Cardiovascolari e della Federazione Italiana Dragon Boat. In questa seconda edizione farà tappa in Lazio, Veneto, Toscana e Puglia, grazie al supporto di diverse associazioni di pazienti oncologici e cardiologici e al contributo non condizionato di Daiichi Sankyo Italia

Roma, 13 settembre 2023 – Dopo il grande successo dell'anno scorso, il **16 settembre** torna il **CardioBreast DragonBoat Festival**, l'iniziativa promossa dall'Istituto Nazionale Ricerche Cardiovascolari (INRC) per sensibilizzare il grande pubblico sull'importanza della prevenzione cardiovascolare primaria e per spiegare i benefici di uno sport come il Dragon Boat, anche per le donne operate di tumore al seno. Quest'anno la manifestazione farà tappa in 4 regioni (Lazio, Veneto, Toscana e Puglia), grazie alla collaborazione della Federazione Italiana Dragon Boat, la partecipazione della Fondazione Italiana per il cuore (FIPC) e Onco Beauty Onlus, il patrocinio dell'Associazione Nazionale Donne Operate al Seno (ANDOS) e della Lega Italiana per la lotta contro i tumori (LILT), e il contributo incondizionato di Daiichi Sankyo Italia.

Il CardioBreast Dragon Boat Festival inizierà il 16 settembre con la tappa a Trevignano Romano (RM) per proseguire il 23 settembre a Peschiera del Garda (VR), l'8 ottobre a Collesalveti (LI) e terminare a Bari (BA) il 14 ottobre. In ognuna delle giornate il pubblico potrà assistere alla gara amichevole di due squadre Dragon Boat femminili costituite da donne operate di tumore al seno che, al termine dell'esibizione, condivideranno le loro esperienze di vita e sportive. Per tutta la durata della manifestazione, dalle 11.00 alle 15.00, un camper INRC sarà a disposizione degli spettatori per **screening cardiologici gratuiti**, con controlli della funzionalità cardiaca, elettrocardiogramma, monitoraggio pressorio e controllo del quadro lipidico.

*“Le malattie cardiovascolari e le neoplasie causano circa i due terzi di tutti i decessi a livello mondiale e condividono spesso gli stessi fattori di rischio, allo stesso tempo sappiamo che la pratica regolare di attività fisica porta a una riduzione del rischio di malattie cardiovascolari del 40-50%, riducendo inoltre il rischio di diabete mellito e ipertensione arteriosa. - spiega il **Prof. Francesco Fedele**, presidente dell'Istituto Nazionale per le Ricerche Cardiovascolari - Tutte evidenze che l'anno scorso hanno ispirato questo progetto che ha avuto grande risonanza e partecipazione. Un successo che in questa edizione si arricchisce di nuovi partner e ulteriori tappe, consentendoci di ampliare l'attività di promozione della prevenzione attraverso i controlli periodici e i corretti stili di vita “.*

Lo sport ideale per le donne operate di tumore al seno

Il **Dragon Boat** è uno sport che si pratica su imbarcazioni particolari che a poppa e prua ricordano le sembianze di un Drago e possono ospitare fino a 20 atleti. La competizione avviene tra squadre femminili, maschili o miste, che remano al ritmo di un tamburino che siede a prua, mentre il timoniere, a poppa, mantiene la rotta con una pagaia lungo circa 3 metri, fino a tagliare il traguardo posto al termine di un percorso che può arrivare fino a 1000 metri. Nato in Cina, Il Dragon Boat oggi è praticato in tutto il mondo, sia a livello agonistico che amatoriale, ma la ricerca scientifica ha dimostrato che questa disciplina è di particolare beneficio per le donne che hanno subito una mastectomia. *“Negli ultimi 20 anni sono nate centinaia di squadre di Breast Cancer Survivors e la Federazione è sempre al fianco di queste atlete e donne straordinarie, supportandole sia negli eventi agonistici che in quelli divulgativi - commenta il dott. **Antonio De Lucia**, psicologo-psicoterapeuta e Presidente della Federazione Italiana Dragon Boat – Soprattutto in questo Festival, che ha come protagonista una disciplina sportiva che aiuta la loro ripresa e rinascita, non solo dal punto di vista fisico ma anche psicologico e sociale, grazie al lavoro di squadra e alla solidarietà tra i membri del team”.*

Lo studio degli effetti della pratica di questo sport sulle pazienti oncologiche ha dimostrato che un esercizio fisico che il movimento della pagaia promuove il rilascio delle miochine che modulano la risposta

infiammatoria sistemica, inibendo la necrosi tumorale e limitando la formazione del linfedema. Questo processo attenua significativamente alcuni sintomi, riduce la sensazione di fatica nello svolgimento delle attività quotidiane e aiuta nel complesso la qualità della vita delle pazienti, migliorando la loro salute psicofisica. *“La diagnosi precoce e i grandi progressi della scienza nelle terapie antitumorali oggi consentono una consistente percentuale di guarigioni o di sopravvivenza, ma lo sforzo di aumentare il tempo di vita deve procedere di pari passo con l’impegno a migliorare la qualità della vita di queste pazienti, con quello che dovrebbe essere un approccio olistico alla cura, che si occupi anche del loro benessere psicologico, della riabilitazione e della socialità - dichiara dott.ssa **Flori Degrassi**, Presidente Associazione Nazionale Donne Operate al Seno. – per tale ragione supportiamo volentieri la promozione di questo sport che ha dimostrato di essere di grande aiuto nel percorso che le donne devono seguire dopo l’operazione chirurgica e la malattia”.*

La prevenzione cardiovascolare

L'attività fisica è un elemento imprescindibile per la salute psicofisica e svolge un ruolo chiave nella prevenzione cardiovascolare, sia per gli uomini che per le donne. Attività aerobiche come il Dragon Boat, a bassa intensità e di lunga durata sono particolarmente indicate per migliorare la funzionalità cardiaca. Questo tipo di esercizio, se condotto correttamente e con controlli periodici, può avere numerosi effetti benefici sul corpo, come il miglioramento della circolazione sanguigna, respiratoria, metabolica e dell'umore. *“Siamo entusiasti di unirvi a questo progetto di sensibilizzazione di così ampio respiro - chiosa **Emanuela Folco**, Presidente della Fondazione Italiana per il Cuore – perché sebbene le terapie oggi disponibili per il trattamento delle malattie cardiovascolari abbiano fatto passi da gigante, siamo consapevoli che da sole non bastano, non sempre, e non ci stancheremo mai di ribadire che la prevenzione cardiovascolare primaria, che comprende controlli periodici e uno stile di vita salutare, è la nostra prima difesa, e la corretta informazione resta uno strumento imprescindibile”.*

Le tappe del Dragon Boat Festival

16/09/2023 LAZIO Trevignano Romano (RM) - piazza del Molo.

In questa tappa la ASL di Civitavecchia mette a disposizione anche un truck per lo screening mammografico che sarà posizionato in via Bernardino Francesconi 2.

23/09/2023 VENETO Peschiera del Garda (VR) – Porto Vecchio

08/10/2023 TOSCANA Stagno Collesalveti (LI) – Corso Italia

14/10/2023 PUGLIA Bari (BA)- Waterfront San Girolamo

Per maggiori informazioni visita www.dragonboatfestival.it

La prima tappa a Trevignano Romano

Alla tappa laziale, che partirà da Piazza del Molo di Trevignano Romano, parteciperanno membri delle squadre Dragon Boat di Abbraccio Rosa, ANDOS Civitavecchia e della LILT di Latina.

Per gli spettatori, oltre al camper messo a disposizione dall'INRC per gli screening cardiologici gratuiti, la ASL di Civitavecchia offrirà il suo ambulatorio mobile per **screening mammografici**, kit per screening per tumore al colon-retto, prelievo del sangue per test HCV, pap test e HPV test. Il truck sarà posizionato in via Bernardino Francesconi 2.

Per informazioni e modalità di accesso e prenotazione agli screening gratuiti, contattare direttamente la ASL al numero verde 800539762, attivo dal lunedì al venerdì dalle ore 8.00 alle ore 13.00 e il martedì e giovedì anche dalle ore 14.30 alle ore 16.30.

Ufficio Stampa DreamCom

Valeria Carbone Basile

Tel: +39 339 1704748

valeria.carbonebasile@gmail.com