



## Conseguenze tardive del cancro: prevenirle, riconoscerle e trattarle

**Le conseguenze tardive di un cancro possono incidere molto pesantemente sulla vita di una persona. Tuttavia, più si conoscono, più si è in grado di prevenire, riconoscere e trattare queste conseguenze, che rientrano tra i bersagli dell'assistenza a lungo termine dopo la terapia.**

Grazie ai progressi della medicina, l'aspettativa di vita della popolazione si sta allungando e più le persone invecchiano, più è probabile che si ammalino di cancro. I miglioramenti nella diagnosi precoce e nel trattamento dei tumori contribuiscono ad aumentare le guarigioni o perlomeno a prolungare la sopravvivenza con la malattia. Questi progressi concernono anche le persone che si sono ammalate di cancro già da giovani o in età infantile.

Se finora i ricercatori erano impegnati soprattutto a studiare i meccanismi di insorgenza dei tumori e le terapie per curarli con efficacia, negli ultimi tempi stanno dedicando sempre più attenzione alle conseguenze a lungo termine del cancro e delle sue terapie (le cosiddette «conseguenze tardive»). Le conseguenze tardive possono essere transitorie o persistere per tutta la vita.

### **Cosa significa *cancer survivorship*?**

Il termine inglese *cancer survivorship* (in italiano «sopravvivenza al cancro») deriva direttamente da *cancer survivor*: i «sopravvissuti al cancro» sono tutte le persone che in passato hanno avuto una diagnosi di cancro. Chi sopravvive per più di cinque anni dopo la diagnosi viene spesso designato «sopravvissuto a lungo termine al cancro».

I *cancer survivor* possono essere persone guarite o malate (cronici) di cancro. In entrambi i casi, però, possono essere ugualmente colpiti da conseguenze croniche. Pertanto la situazione dei sopravvissuti può essere molto diversa da individuo a individuo: si va dalla totale assenza di disturbi alla sofferenza per la malattia, per la terapia e/o per le loro conseguenze tardive. Quasi sempre il problema ha ripercussioni anche sui familiari.

### **Quali sono le conseguenze tardive del cancro?**

I possibili disturbi variano da persona a persona. Il rischio che ne deriva dipende dal tipo di tumore e di trattamento. Inoltre, sembrano recitare un ruolo anche fat-

tori come la predisposizione, lo stile di vita e gli influssi ambientali.

Le conseguenze tardive si distinguono in fisiche, psichiche e sociali. Nel riquadro sottostante sono riportate le conseguenze più frequenti dei tumori e delle loro terapie; sono possibili sovrapposizioni e interazioni tra i diversi ambiti.

### **Quando compaiono le conseguenze tardive del cancro?**

Le prime conseguenze possono manifestarsi già durante la malattia e la terapia. Oppure si mostrano in un secondo tempo, ossia mesi o anni dopo la fine dei trattamenti. Possono trascorrere persino decenni: alcuni disturbi compaiono dopo 30 anni o anche dopo. In questi casi è possibile che non li si metta più in relazione al tumore avuto così tanti anni prima. Inoltre, talvolta le conseguenze tardive del cancro non sono distinguibili

#### **Conseguenze tardive fisiche, psichiche e sociali**

- Danni al cuore, ai polmoni e ai reni
- Disturbi della fertilità e della sessualità
- NEffetti indesiderati su pelle, mucose e denti
- Linfedema
- Danni ai nervi (neuropatia)
- Disturbi dell'udito e della vista
- Disturbi del metabolismo e della funzione tiroidea
- Perdita di massa ossea e muscolare
- Comparsa di un nuovo cancro («secondo tumore»)
- Stanchezza cronica associata al cancro, o *cancer related fatigue* (CrF)
- Ansia, depressione e dolore cronico
- Disturbi della concentrazione e della motricità fine
- Alterazione dell'immagine corporea
- Problemi familiari, professionali e finanziari

da disturbi e malattie concomitanti, tipici dell'invecchiamento anche in chi non ha mai avuto un tumore.

Alcuni sopravvissuti al cancro non subiscono limitazioni, o sono solo di lieve entità, e possono riprendere una vita normale dopo la terapia. Altri, invece, prima o poi soffrono di gravi problemi, che possono essere di natura passeggera o permanente, tendere a migliorare o anche a peggiorare con il tempo.

### Quanti sopravvissuti al cancro ci sono?

In Svizzera si stima che le persone cui è stato diagnosticato un cancro sull'arco della loro vita siano circa 320000. Gli specialisti presumono che il loro numero sia destinato ad aumentare rapidamente.

### Assistenza di breve e lungo termine dopo la terapia

#### Assistenza dei sopravvissuti al cancro in Svizzera

In Svizzera, l'assistenza medica dei pazienti malati di cancro e l'assistenza acuta dopo la terapia sono disciplinate dalla legge. Tuttavia, i controlli post-terapia regolati dalla legge e la copertura dei costi da parte delle casse malati sono spesso limitati nel tempo, sebbene per molti tumori gli specialisti raccomandino di proseguire gli esami di controllo per tutta la vita. Questa assistenza di lungo termine dopo la terapia, che si protrae oltre il periodo disciplinato dalla legge, finora non è stata chiaramente regolata in Svizzera. E nemmeno lo è stato il suo finanziamento.

#### Assistenza individuale e di lungo termine dopo la terapia

Un obiettivo dei controlli dopo la terapia regolati dalla legge è il riconoscimento precoce di eventuali recidive. Ma l'assistenza dopo il cancro non si limita a questo, bensì include finalità importanti come la prevenzione, il riconoscimento e il trattamento tempestivo delle conseguenze tardive della malattia. Pertanto gli esperti di *cancer survivorship* insistono sempre di più sulla necessità di un'assistenza dopo la terapia individuale, a lungo termine e completa per i sopravvissuti al cancro. Un simile accompagnamento sul lungo periodo contribuirebbe a migliorare la durata e la qualità della vita di ogni sopravvissuto. Gli esperti hanno già avanzato proposte su come strutturare un'assistenza a lungo termine dopo la terapia.

#### Cosa posso fare io stesso da sopravvissuto al cancro?

Non tutte le persone che hanno avuto un cancro hanno bisogno dell'identica assistenza a lungo termine. È essenziale conoscere il proprio tipo di tumore e la terapia somministrata: quali sono i rischi per la salute più frequenti durante o dopo il mio tumore? Dove posso trovare consulenza e sostegno? Ne parli con il Suo medico e l'équipe curante. A seconda della malattia e della situazione di vita, può essere utile ricor-

rere anche ad altri partner di riferimento e figure professionali. Nel riquadro sottostante proponiamo qualche esempio di domande da porre:

**Domande: partner di riferimento (oncologo, specialista, medico di famiglia, équipe curante, psico-oncologo, Lega contro il cancro, clinica di riabilitazione)**

- Posso scegliere, in accordo con il mio medico, una terapia associata a meno conseguenze tardive?
- Chi è responsabile della mia assistenza dopo la terapia? Chi coordina gli esami necessari?
- Come posso migliorare il mio stile di vita (per es. tramite l'attività fisica e lo sport, l'alimentazione, controllando il peso e rinunciando al fumo)?
- Cosa posso fare per prevenire o riconoscere precocemente recidive del tumore, conseguenze tardive o un secondo tumore?
- Quali conseguenze tardive possono concretamente manifestarsi dopo il mio cancro? Chi le cura?
- Come posso riconoscere tempestivamente e ridurre i rischi di malattie concomitanti?
- Chi si assume i costi dell'assistenza a lungo termine dopo la terapia?

### Per ulteriori informazioni e domande

- Linea cancro: 0800 11 88 11, [helpline@legacancro.ch](mailto:helpline@legacancro.ch)
- [www.legacancro.ch/regione](http://www.legacancro.ch/regione)
- Media: [media@legacancro.ch](mailto:media@legacancro.ch)

*Questa è un'informazione verificata del Krebsinformationsdienstes (KID), Centro tedesco di ricerca sul cancro. Stato: 15.01.2018 (fonti presso il KID). Ringraziamo il KID per la gentile autorizzazione a utilizzare la sua documentazione e ad adattarla per la Svizzera.*

### Impressum

Lega svizzera contro il cancro, Effingerstrasse 40, Casella postale, 3001 Berna Tel. 031 389 91 00, Fax 031 389 91 60 [www.legacancro.ch](http://www.legacancro.ch)

Questa guida informativa è disponibile su [www.legacancro.ch/shop](http://www.legacancro.ch/shop) in tedesco, francese e italiano.

© 2019, KID e Lega svizzera contro il cancro, Berna