

SI E' PARLATO DI PREVENZIONE DEI TUMORI CON IL DOTT. ELVIO QUADRINI

Il Club Lions Sora-Isola ha spiegato agli studenti il "Progetto Martina"

Qualche giorno fa il Club Lions Sora-Isola del Liri ha incontrato i ragazzi delle terze medie dell'Istituto Comprensivo "Cicerone" per parlare della prevenzione dei tumori, un service tradizionale dei Lions denominato progetto "Martina" in ricordo di una ragazza con quel nome che fu colpita da un tumore al seno e che durante la malattia insistette per far informare ed educare i giovani ad avere maggiore cura della propria salute. Il Club è stato accolto in modo veramente squisito dalla dirigente scolastica, prof.ssa **Gaita Reali**, che ha presenziato l'incontro fino alla fine, mostrando vivo interesse per l'iniziativa dei Lions, affermando che il tema si sposa e si integra benissimo con l'educazione alla salute che normalmente si svolge a scuola. E' intervenuto prima il presidente del Club di Sora-Isola del Liri-Arpino, **Bernardo Maria Giovannone**, spiegando ai ragazzi chi sono i Lions e la cause umanitarie, sociali e sanitarie sulle quali sono impegnati in tutto il mondo. Egli ha specificato che l'associazione è costituita da volontari che sacrificano un poco del loro tempo e delle loro energie, anche economiche, per aiutare chi è in difficoltà e per spronare le giovani generazioni a crescere serene con un sano stile di vite e di convivenza civile. E' intervenuto poi il dott. **Elvio Quadrini** che ha parlato in modo minuzioso e con

grande professionalità sulla prevenzione dei tumori, catturando l'attenzione e la curiosità dei ragazzi a tal punto che in aula non si sentiva neanche il più piccolo rumore. Egli ha parlato soprattutto di un corretto stile di vita che contempla sia una corretta alimentazione che una sistematica attività fisica da praticare almeno tre o quattro volte a settimana attraverso salutari camminate e da non confondere con la pratica di uno sport agonistico. Ha spiegato, inoltre, di prestare molta attenzione ad una alimentazione varia e non eccessiva, evitando di consumare cibi elaborati, troppo grassi, fritti e pieni di conservanti e coloranti. Ha inoltre sottolineato l'uso eccessivo, e quindi nocivo per la salute, del sale, dello zucchero, del caffè e dell'alcol. Il dott. Quadrini ha anche parlato degli screening, da fare per prevenire malanni più seri, come la mammografia, il pap test, il Psa per i maschi oltre i 45- 50 anni, il test per il papilloma virus e così via di seguito. Un incontro veramente utile per i ragazzi che hanno fatto al dottore numerose domande sul tema, finalmente contenti di essersi confrontati con un esperto in presenza e non più online. «*Nei prossimi giorni organizzeremo nuovi incontri con altre scuole del comprensorio, a partire dal comune di Sora*» così ha reso noto il Presidente del Club Lions Sora-Isola del Liri-Arpino **Bernardo Maria Giovannone**.

ARTICOLO NON CEDIBILE AD ALTRI AD USO ESCLUSIVO DEL CLIENTE CHE LO RICEVE - 9612



