**Evitare la carne rossa e quella lavorata è benefico anche dopo la diagnosi del cancro al colon**

*19.5.2017*

Secondo un nuovo studio della ***University of California San Francisco*** le persone con cancro al colon di fase III hanno risultati migliori quando evitano determinati prodotti a base di carne, consumano più piante e hanno un peso corporeo sano.

I ricercatori hanno analizzato la dieta e gli stili di vita di 992 pazienti con tumore al colon di fase III in un periodo di sette anni.

Quelli con un indice di massa corporea compresa tra 18,5 e 24,9 kg / m2 che facevano esercizio fisico e seguivano una dieta ricca di frutta, verdura e cereali integrali e povera di carni rosse e carni trasformate, avevano una maggiore sopravvivenza globale ed una maggiore sopravvivenza libera da malattie, rispetto ai pazienti che non avevano soddisfatto questi parametri.

*Van Blarigan E, Fuchs CS, Niedzwiecki D. (2017, May) American Cancer Society (ACS) Nutrition and Physical Activity Guidelines after colon cancer diagnosis and disease-free (DFS), recurrence-free (RFS), and overall survival (OS) in CALGB 89803 (Alliance). Paper presented at the 2017 American Society of Clinical Oncology (ASCO) Annual Meeting, Chicago, IL.*