

**federfarma**  
**federazione nazionale unitaria**  
**dei titolari di farmacia italiani**

Roma, 16 aprile 2024  
Uff.-Prot.n° US.SM/6860/169/F7/PE  
Oggetto: Firma protocollo AIRC – Federfarma  
Avvio campagna informativa  
“Insieme per la prevenzione”

ALLE ASSOCIAZIONI PROVINCIALI

ALLE UNIONI REGIONALI

**SOMMARIO:**

***Federfarma e AIRC hanno firmato un protocollo di collaborazione che conferma la partnership con AIRC nella campagna Nastro Rosa e dà il via al nuovo progetto “Insieme per la prevenzione”, volto a diffondere la cultura della prevenzione primaria e secondaria attraverso le farmacie del territorio.***

La collaborazione tra Federfarma nazionale e Fondazione AIRC per supportare la ricerca sul cancro si rafforza con un Protocollo d'intesa di durata triennale. Il documento, firmato dal Presidente Marco Cossolo e dal Consigliere Delegato di Fondazione AIRC Daniele Finocchiaro, conferma la collaborazione di Federfarma alla storica campagna Nastro Rosa AIRC per la sensibilizzazione sul tumore del seno e avvia il nuovo progetto “Insieme per la prevenzione”.

Nata nel 2018, la collaborazione tra Federfarma e Fondazione AIRC è stata riconosciuta anche con il premio AIRC “*Credere nella ricerca*” assegnato a ottobre 2023 dal Presidente della Repubblica, Sergio Mattarella, durante la Cerimonia di apertura dei Giorni della Ricerca.

La nuova iniziativa “Insieme per la prevenzione” consiste nella realizzazione congiunta e diffusione di materiali informativi sulle abitudini e sui comportamenti più opportuni da adottare per ridurre il rischio di cancro. I contenuti saranno messi a disposizione delle farmacie associate a Federfarma, che a loro volta potranno veicolarli ai cittadini direttamente in farmacia oppure attraverso i propri canali digitali. In particolare, la diffusione dei messaggi on line potrà avvenire agevolmente grazie alla piattaforma Farma Social Connect, disponibile al seguente link <https://farmasocialconnect.it/>.

Grazie alla loro presenza capillare sul territorio, le farmacie possono sensibilizzare un gran numero di persone sull'importanza di adottare stili di vita sani ed effettuare screening al fine di prevenire il cancro. Aderire al progetto è dunque un'importante azione di responsabilità sociale per diffondere la cultura della prevenzione.

**Notizie, informazioni, aggiornamenti sul mondo della farmacia ogni giorno su  
la [web TV di Federfarma](#)**



Proprio al tema della prevenzione è dedicato il primo dépliant “Previene il cancro ogni giorno” (all. n.1) che illustra come intervenire sui principali fattori di rischio evitabili - Fumo, Alcool, Sole, Sovrappeso, Obesità – possa aiutare a prevenire l’insorgenza di tumori.

Le farmacie sono invitate a stampare il dépliant e a distribuirlo ai cittadini. Per dare massima diffusione ai messaggi della campagna, possono inoltre rilanciare sui propri canali social i post pubblicati da Federfarma e disponibili, in forma personalizzata, sulla piattaforma Social Farma Connect (<https://farmasocialconnect.it>).

Le Organizzazioni in indirizzo sono invitate a promuovere il progetto “Insieme per la prevenzione”, con il quale Federfarma e AIRC intendono sottolineare il ruolo centrale della farmacia quale presidio sanitario vicino ai cittadini e interlocutore di prossimità privilegiato sui temi della prevenzione e dell’informazione sanitaria.

Cordiali saluti.

IL SEGRETARIO  
(Dott. Roberto TOBIA)

IL PRESIDENTE  
(Dott. Marco COSSOLO)

All. n.1 – dépliant “Previene il cancro ogni giorno”

*Questa circolare viene resa disponibile anche per le Farmacie sul sito [www.federfarma.it](http://www.federfarma.it), contemporaneamente all’inoltro tramite e-mail alle organizzazioni territoriali.*

Notizie, informazioni, aggiornamenti sul mondo della farmacia ogni giorno su  
la [web TV di Federfarma](#)



# Previene il cancro ogni giorno



federfarma



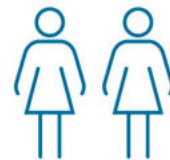
Insieme per la prevenzione

**4** casi di cancro su 10 si possono prevenire

Nel mondo si potrebbero risparmiare le morti per cancro di



1 uomo su 2



1 donna su 3

## Intervenendo sui principali fattori di rischio evitabili:

### FUMO

- Cerca il **centro antifumo** più vicino a te;
- Chiama il **numero verde** 800-554-088;
- **Evita sigarette elettroniche** (e-cig) e prodotti sostitutivi del tabacco (HTP);
- **Chiedi consiglio al tuo medico.** Potrà prescriverti farmaci o trattamenti sostitutivi (es. cerotti e gomme da masticare) per ridurre la dipendenza;
- **Continua a farti aiutare fino a 12 mesi dopo aver smesso**, per ridurre il rischio di ricadute.



### ALCOL

- Non esistono quantità di alcolici a **rischio zero**;
- Cerca di **non tenere scorte di alcolici** in casa;
- Prova a **sostituire** gradualmente cocktail, vino e birra con **bevande analcoliche**.

### SOLE

- Scegli la **crema solare** in base al tuo fototipo. Se hai la pelle chiara, deve avere almeno 30 come fattore di protezione;
- Applica la crema **mezz'ora prima** dell'esposizione, rimettila ogni due e controlla che non sia scaduta;
- Proteggiti dal sole indossando **cappello, abiti leggeri e occhiali da sole**;
- Usa la crema anche quando hai una **buona abbronzatura**.

# SOVRAPPESO O OBESITÀ



federfarma



Insieme per la prevenzione

## Mangia bene:

- **Evita** il più possibile **cibi troppo zuccherati, carni rosse e processate**. Attenzione alla dieta di bambini e adolescenti!
- **Segui una dieta mediterranea**: 5 porzioni di frutta e verdura al giorno, preferisci le proteine vegetali come legumi e i carboidrati integrali, condisci con olio di oliva. Carne e latticini con moderazione.

## Muoviti:

- Se fai un lavoro sedentario, **cerca di alzarti e sgranchirti le gambe** ogni volta che puoi;
- Se puoi, non usare la macchina e **muoviti a piedi o in bicicletta**;
- **Pratica sport aerobici** (es. corsa, ciclismo, nuoto);
- L'ideale è fare ogni settimana **3 volte esercizi intensi di ca. 40 min + 2 volte rafforzamento muscolare**.



Per restare aggiornati: [airc.it/newsletter](https://airc.it/newsletter)

## LA MISSIONE DI AIRC

Dal 1965 Fondazione AIRC si impegna a:

- **Finanziare progetti di ricerca sul cancro** svolti presso laboratori universitari, ospedali e istituti scientifici;
- **Sensibilizzare e informare l'opinione pubblica** sui progressi compiuti dalla ricerca oncologica e sull'importanza della prevenzione e della diagnosi precoce;
- **Perfezionare la preparazione di giovani ricercatori** attraverso borse di studio e progetti speciali;
- **Sostenere IFOM**, l'istituto di oncologia molecolare di AIRC, fornendogli le risorse necessarie per il suo piano di sviluppo.

## IL TUO 5X1000 AD AIRC

Più ricercatori al lavoro, più risultati scientifici, tempi più rapidi. Affrontiamo il cancro. Insieme.

Per sostenere la ricerca contro il cancro nella tua dichiarazione dei redditi devi semplicemente scrivere il **Codice Fiscale AIRC: 80051890152** nello spazio "Finanziamento della ricerca scientifica e dell'università".

**AFFRONTIAMO IL CANCRO.  
INSIEME**

Info su: [airc.it/5per1000](https://airc.it/5per1000)

