



Consiglio Nazionale delle Ricerche



**ISTITUTO DI NEUROSCIENZE**  
Pisa Padova Milano Cagliari



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA



**Prevenire il tumore con l'aiuto di una App**

*Si chiama "A third less" e fornisce indicazioni sull'alimentazione da seguire e sull'attività fisica da svolgere attraverso contenuti multimediali. È stata realizzata da un team coordinato dall'Istituto di Neuroscienze del Cnr, con il supporto dell'Università di Padova e dell'Istituto Oncologico Veneto e sponsorizzato da Takeda*

Avere a disposizione sul proprio cellulare indicazioni utili a prevenire il tumore. È possibile grazie a "A third less", la App multiplatforma (Ios, Android, Windows Phone) attiva e scaricabile gratuitamente. A realizzarla il Consorzio di ricerca Luigi Amaducci, tramite un team coordinato dall'Istituto di neuroscienze del Consiglio nazionale delle ricerche (In-Cnr) e composto anche da Università di Padova (Dipartimento di Neuroscienze; Unità operativa di riabilitazione ortopedica), Istituto Oncologico Veneto e azienda Openview, con la sponsorizzazione di Takeda.

"L'applicazione offre un aiuto nella riduzione del rischio di ammalarsi, fornendo indicazioni sull'alimentazione da seguire, sull'attività fisica da praticare e aiutando a mantenere il peso forma. Ogni utente ha un suo avatar che deve trasformare in un 'supereroe' della salute, inserendo nella App informazioni circa i cibi che assume e lo sport che pratica", spiega Stefania Maggi dell'In-Cnr, coordinatrice del board del progetto insieme a Gaetano Crepaldi e a Marianna Noale. Secondo l'analisi condotta dal World Cancer Research Fund/American Institute for Cancer Research circa un terzo delle più comuni forme di tumore potrebbe essere evitato attraverso uno stile di vita sano, con vantaggi anche per la prevenzione di altre malattie, prime tra tutte quelle cardiovascolari. Da qui, il nome dell'app 'A third less'. "Le scelte nutrizionali possono influenzare la formazione del cancro a diversi livelli, ad esempio interferendo nella proliferazione, differenziazione e morte delle cellule, nell'espressione degli oncogeni e degli oncosoppressori. Anche una regolare attività fisica sembra associata a un ridotto rischio di tumori del colon e della mammella e a una diminuzione del rischio per prostata, polmone e utero", prosegue Maggi.

Varie le funzionalità fornite dalla App: profilazione dell'utente per identificare gli stili di vita, così da poter consigliare gli esercizi da fare e i piatti da cucinare tramite brevi video. All'applicazione sono collegati anche il portale web di approfondimento, nel quale vengono ulteriormente spiegati i 'consigli pratici' forniti da "A third less" e viene ospitato il blog del progetto. È stata creata, inoltre, una pagina Facebook dedicata all'iniziativa, per condividere i contenuti del blog e per ospitare materiale proveniente da altre fonti che trattano temi analoghi.

"Il nostro team riabilitativo è impegnato da anni nell'ambito della prevenzione e trattamento delle patologie oncologiche, la battaglia contro queste ultime risulta essere oggi una delle più grandi sfide per preservare la salute della nostra società. Per tale motivo abbiamo contribuito con entusiasmo alla realizzazione della App "A third less", commenta Stefano Masiero, ordinario di Medicina fisica e riabilitativa del dipartimento di Neuroscienze dell'Università di Padova. "È un dispositivo comodo, interattivo, personalizzato, facile da utilizzare in ogni ambito e rivolto all'intera popolazione. Incoraggia l'attività fisica mediante un suggerimento pratico di esercizi quotidiani. Il nostro auspicio, e la nostra sfida, è che questa nuova App, innovativa e ambiziosa nella sua concezione, incontri le esigenze e le aspettative di coloro che ne usufruiranno, diventando uno strumento utile nel miglioramento degli stili di vita, in particolare nel campo della prevenzione oncologica".

“Siamo orgogliosi di aver contribuito, con un partner d’eccellenza come il Cnr, allo sviluppo di questa applicazione, che conferma quanto sia necessario l’impegno nel campo della prevenzione e il mettere al centro di questa il paziente”, afferma Alfonso Gentile, direttore medico di Takeda Italia.

Roma, 27 settembre 2017

**La scheda**

**Chi:** Istituto di Neuroscienze del Cnr, Takeda, Università di Padova, Istituto oncologico veneto, Openview

**Che cosa:** App multiplatforma *A third less* per la prevenzione del tumore

**Per informazioni:** Stefania Maggi, e-mail: [stefania.maggi@in.cnr.it](mailto:stefania.maggi@in.cnr.it) tel. 049/8211746,

**Ufficio Stampa Cnr:** Rita Bugliosi, tel. 06/49932021, -3383, e-mail: [rita.bugliosi@cnr.it](mailto:rita.bugliosi@cnr.it)