

# LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

## Legnano cammina con la Lilt, gli oncologi: “L’attività fisica riduce il rischio di tumori e recidive”

Valeria Arini · Sunday, March 29th, 2026

Legnano cammina con la **LILT nella lotta contro i tumori**. Tanta partecipazione oggi, domenica 29 marzo, all’iniziativa della sezione locale della **LILT, associazione che si occupa di prevenzione, diagnosi precoce e assistenza ai malati oncologici**, percorrendo insieme il tragitto che da Villa Jucker porta al Parco Castello e ritorno. Sei chilometri e mezzo immersi nel verde per sensibilizzare sull’importanza dell’**attività fisica e del movimento nella prevenzione e nella cura delle malattie oncologiche**.



«Per noi lo stile di vita è importantissimo. Siamo contenti di essere qui in tanti oggi: ringrazio tutti i partecipanti, le associazioni, chi ha collaborato dando una mano operativamente, i volontari e gli sponsor che hanno camminato con noi», ha detto la presidente della LILT di Legnano, Silvana Gatti, soddisfatta per l’**ampia partecipazione**. Alle prime 200 persone, a cui sono stati distribuiti

gli zainetti marchiati LILT, si sono infatti uniti tantissimi altri camminatori. Tra i presenti a portare vicinanza e sostegno all'associazione c'erano anche il sindaco Lorenzo Radice e i due candidati sindaci alle prossime elezioni, Mario Almici e Federico Amadei, a testimonianza del fatto che **solidarietà e prevenzione** vanno oltre i colori politici.

A ribadire il valore della prevenzione sono stati anche i medici oncologi dell'ospedale di Legnano. L'**oncologa Elena Collovà, della Breast Unit dell'ospedale di Legnano**, ha sottolineato l'importanza della prevenzione primaria attraverso gli stili di vita, ovvero fare attività fisica regolare, evitare alcol e fumo e seguire una corretta alimentazione. «Specificatamente **nel tumore della mammella** – ha detto – è stato recentemente dimostrato, con dati scientifici, che **un'attività fisica regolare riduce in maniera significativa non solo il rischio di ammalarsi, ma anche, per chi si è già ammalato, il rischio di recidiva**».

«È bello essere qui in tanti oggi: è un segnale assolutamente significativo, con cui speriamo di sensibilizzare la comunità legnanese. Lo stile di vita – ha aggiunto **il dottor Massimiliano Cergnul** – è importante non solo per il tumore della mammella, ma **anche per quello del colon**, dove si è visto scientificamente che, anche in prevenzione secondaria, quindi in chi ha già avuto un tumore, **l'attività fisica regolare può ridurre l'incidenza di nuove recidive**. Siamo tutti contenti della partecipazione e speriamo che ogni anno i partecipanti siano sempre di più».

Accanto alla camminata, spazio anche alla solidarietà con l'esposizione dei lavori a maglia realizzati durante le attività dello Spazio Parentesi, che hanno contribuito alla raccolta di offerte a sostegno delle iniziative dell'associazione.

This entry was posted on Sunday, March 29th, 2026 at 3:13 pm and is filed under [Eventi, Legnano, Weekend](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.