

**La frutta si è dimostrata molto protettiva (28 studi su 29) verso il cancro all'esofago, alla cavità orale e alla laringe.**

**Una marcato effetto protettivo del consumo di frutta e verdura è stato osservato nel tumore al pancreas e allo stomaco (26 studi su 30), come anche al coloretto e vescica (23 studi su 38).**

**Per quanto riguarda il tumore alla cervice, ovaie ed endometrio una significativa protezione è stato riscontrata in 11 studi su 13, inoltre per il tumore al seno l'effetto protettivo era forte e consistente con una meta analisi.**

**Appare chiaro che un aumento del consumo di frutta e verdura potrebbe portare dei benefici sostanziali alla salute pubblica.**