

La prevenció i la detecció precoç, claus del nou Codi europeu contra el càncer

- **El Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, amb el suport de la Fundació Agrupació, ha presentat aquest dimarts el nou Codi europeu contra el càncer.**
- **El codi posa de manifest quines són les 12 accions que s'han de tenir en compte si es vol reduir el risc de patir aquesta malaltia, que actualment és la primera causa de mort entre els homes i la segona entre les dones.**
- **Els experts afirmen que fins a un 50% dels tumors es podrien prevenir.**

3 de febrer del 2015-. La Fundació Agrupació, en línia amb la seva tasca dins l'àmbit de la prevenció i el foment d'hàbits saludables, ha donat suport al Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya en la presentació avui del **nou Codi europeu contra el càncer**, actualitzat recentment per l'Agència Internacional de Recerca sobre el Càncer de l'Organització Mundial de la Salut (OMS-IARC). El document destaca la **prevenció i la detecció precoç** com a elements clau a l'hora de lluitar contra aquesta malaltia, identificada com la **primera causa de mort entre els homes i la segona entre les dones** i que, segons els experts, es podria prevenir en un 50% dels casos.

En el document, que va ser revisat per darrera vegada l'any 2003, s'identifiquen les **12 accions** que, recolzades en evidències científiques, s'han de dur a terme per adoptar un estil de vida saludable i reduir així el risc de patir càncer. La importància d'evitar el tabac, la realització d'activitat física diària, la limitació del consum d'alcohol o de l'exposició excessiva al sol, el manteniment d'un pes saludable, la participació en programes poblacionals de detecció precoç de càncer de mama, de coll d'úter i de còlon i recte i la protecció contra substàncies cancerígenes o en zones d'elevada radiació són algunes de les recomanacions contemplades en el nou codi. Aquesta darrera actualització inclou, a més, alguns consells nous com l'habilitació de les llars com a espais sense fum, la vacunació contra el papil·lomavirus humà, la promoció de la lactància materna, la limitació de l'ús de la teràpia de substitució hormonal i la inclusió dels cereals integrals, les llegums i la verdura, a més de la fruita, dins la categorització d'aliments saludables.

Durant l'acte de presentació del nou codi europeu contra el càncer, el director general de planificació i recerca en salut, **Carles Constante**, ha assegurat que *"tot i que les dades demostren que a Catalunya la mortalitat per càncer ha disminuït un 4,8% ens els darrers anys, ens hem de continuar esforçant per transmetre a la població la necessitat d'adoptar hàbits saludables per evitar l'aparició de possibles tumors"*.

Per la seva banda, la directora de la Fundació Agrupació, **Imma Playà**, ha afirmat que *"la prevenció és la millor eina per lluitar contra aquesta malaltia"*, i apostat per la detecció precoç per continuar disminuint les xifres de mortalitat. *"Des de la Fundació, impulsem moltes iniciatives encaminades precisament a transmetre als assistents el paper central de la prevenció a l'hora d'evitar l'aparició de malalties com el càncer"*.

Sobre la Fundació Agrupació

La **Fundació Agrupació** va néixer l'any 1993 per tal de canalitzar l'acció social d'Agrupació i convertir en fets la seva sensibilitat i implicació amb els seus 300.000 socis assegurats i amb tota la societat, especialment amb la gent gran, infància i joventut i les persones discapacitades. La prevenció és l'eix troncal de la Fundació Agrupació, que fomenta hàbits saludables per tal d'evitar, retardar o pal·liar situacions de dependència física o psíquica i buscar al màxim l'autonomia personal. D'aquesta manera, la Fundació treballa sobre l'alimentació, l'activitat física i mental o les relacions socials. A més, promou la formació a través de la realització de cursos i activitats formatives, a la vegada que dóna suport a projectes de recerca i d'investigació sobre els col·lectius amb què treballa.