

La prevención y la detección precoz, claves del nuevo Código europeo contra el cáncer

- **El Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, con el apoyo de la Fundació Agrupació, ha presentado este martes el nuevo Código europeo contra el cáncer.**
- **El código pone de manifiesto cuáles son las 12 acciones que deben tenerse en cuenta si se quiere reducir el riesgo de padecer esta enfermedad, que actualmente es la primera causa de muerte entre los hombres y la segunda entre las mujeres.**
- **Los expertos afirman que hasta un 50% de los tumores se podrían prevenir.**

3 de febrero de 2015-. La Fundació Agrupació, en línea con su labor en el ámbito de la prevención y el fomento de hábitos saludables, ha apoyado al Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya en la presentación hoy del **nuevo Código europeo contra el cáncer**, actualizado recientemente por la Agencia Internacional de Investigación sobre el Cáncer de la Organización Mundial de la Salud (OMS-IARC). El documento destaca la **prevención y la detección precoz** como elementos clave en la lucha contra esta enfermedad, identificada como la **primera causa de muerte entre los hombres y la segunda entre las mujeres** y que, según los expertos, se podría prevenir en un 50% dels casos.

En el documento, que se revisó por última vez en 2003, se identifican las **12 acciones** que, apoyadas en evidencias científicas, se deben llevar a cabo para adoptar un estilo de vida saludable y reducir así el riesgo de padecer cáncer. La importancia de evitar el tabaco, la realización de actividad física diaria, la limitación del consum de alcohol o de la exposición excesiva al sol, el mantenimiento de un peso saludable, la participación en programas poblacionales de detección precoz de cáncer de mama, de cuello de útero y de colon y recto y la protección contra sustancias cancerígenas o en zonas de elevada radiación son algunas de las recomendaciones contempladas en el nuevo código. Esta última actualización incluye, además, algunos consejos nuevos como la habilitación de los hogares como espacios sin humo, la vacunación contra el papilomavirus humano, la promoción de la lactancia materna, la limitación del uso de la terapia de sustitución hormonal i la inclusión de los cereales integrales, las legumbres y la verdura, además de la fruta, en la categorización de alimentos saludables.

Durante el acto de presentación del nuevo Código europeo contra el cáncer, el director general de planificación e investigación en salud, **Carles Constante**, ha asegurado que *"aunque los datos demuestran que en Catalunya la mortalidad del cáncer ha disminuido en un 4,8% ens los últimos años, debemos continuar esforzándonos por transmitir a la población la necesidad de adoptar hábitos saludables para evitar la aparición de posibles tumores"*.

Por otro lado, la directora de la Fundació Agrupació, **Imma Playà**, ha afirmado que *"la prevención es la mejor herramienta para luchar contra esta enfermedad"*, y ha

apostado por la detección precoz para continuar disminuyendo las cifras de mortalidad. *“Desde la Fundació, impulsamos muchas iniciativas dirigidas precisamente a transmitir el papel central de la prevención a la hora de prevenir enfermedades como el cáncer”.*

Sobre la Fundació Agrupació

La **Fundació Agrupació** nació en el año 1993 para canalizar la acción social de **Agrupació** y convertir en hechos la sensibilidad y la implicación con sus 340.000 socios asegurados y con toda la sociedad, especialmente con la gente mayor, la infancia y la juventud y las personas discapacitadas.

La prevención es el eje troncal de la **Fundació Agrupació**, que fomenta hábitos saludables para evitar, retardar o paliar situaciones de dependencia física o psíquica y buscar al máximo la autonomía personal. De esta manera, la Fundació trabaja acerca de la alimentación, la actividad física y mental o las relaciones sociales. Además, promueve la formación a través de la realización de cursos y actividades formativas, a la vez que da apoyo a proyectos de investigación acerca de los colectivos con los que trabaja.