

# Societat

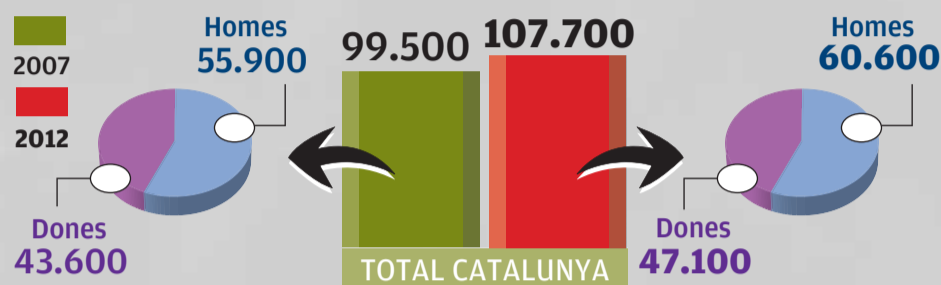


**Cuiners implicats amb el Casal dels Infants**

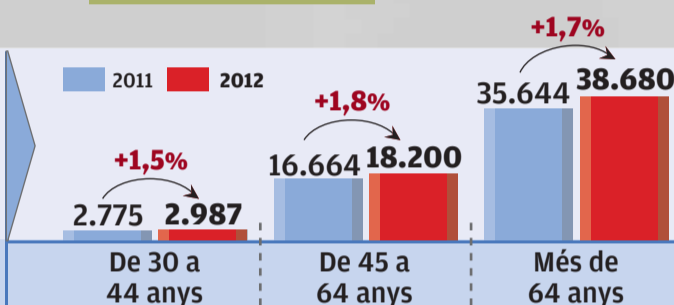
La campanya Tapa Solidària, amb la participació de 79 restaurants, recull 19.000 euros

Salut Una lluita contínua

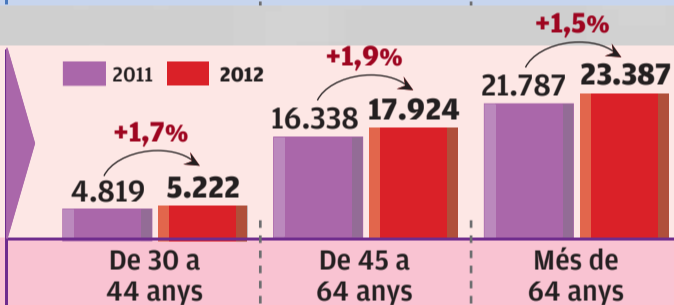
## La prevalença del càncer a Catalunya



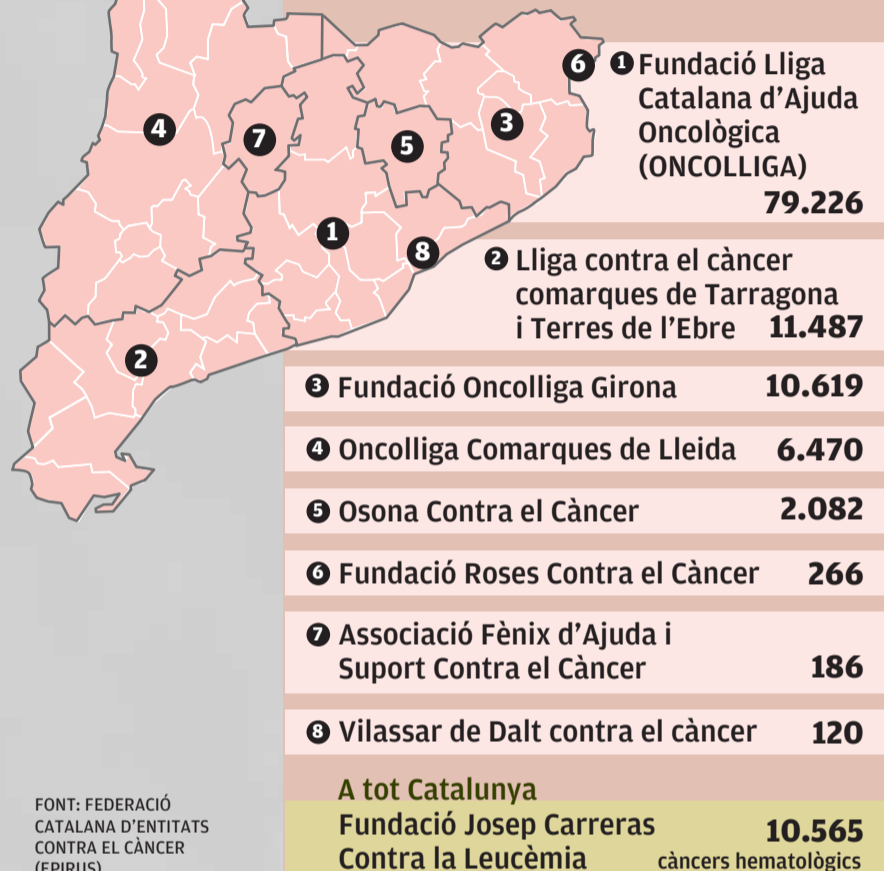
### Homes supervivents als 5 anys



### Dones supervivents als 5 anys



## Prevalença de supervivents per associacions (any 2012)



FONT: FEDERACIÓ CATALANA D'ENTITATS CONTRA EL CÀNCER (EPIRUS)

# Més càncer, més sup

**TRACTAMENT** Tot i que cada any es diagnostiquen 33.700 casos de càncer a Catalunya, el nombre de supervivents augmenta un 1,7% **SUPORT** Calen més recursos per facilitar el retorn a la quotidianitat i per saber gestionar les emocions

Redacció  
BARCELONA

La millora en prevenció, la detecció precoç, el diagnòstic i el tractament del càncer han comportat els últims anys un augment de la supervivència a la malaltia. L'any 2007 hi havia a Catalunya 55.949 homes i 43.677 dones que havien sobreviscut al càncer, i les últimes dades, que són del 2012, ja parlen de 60.606 homes i 47.172 dones. Un estudi que va presentar ahir la Federació Catalana d'Entitats Contra el Càncer (Fecec) constata que l'augment anual del nombre de su-

pervivents és d'un 1,6% en les dones i d'un 1,7% en els homes. Una bona notícia, tot i que cada any es diagnostiquen 33.700 casos nous, dels quals 200 són en menors de 15 anys.

L'estudi *Supervivents de càncer a Catalunya*, elaborat per la Fecec amb el suport metodològic del pla director d'oncologia i la col·laboració de la consultora Epirus, va més enllà de l'avaluació quantitativa i precisament per aquest increment del nombre de persones que conviuen amb un diagnòstic de càncer –més de 107.000 l'any 2012– planteja la necessitat de donar-los recursos

tant per encaixar l'experiència viscuda com per reorganitzar la vida per tornar a la normalitat. "Un de cada dos homes i una de cada tres dones desenvoluparan un càncer al llarg de la seva vida", va advertir el president de la Fecec, el doctor Ramon Miralles, que també va insistir en la dada positiva que la mortalitat ha baixat un 2% en els últims deu anys.

Pel que fa a les vivències personals de persones que han acabat un tractament oncològic, l'informe descriu que la malaltia i el tractament poden deixar seqüeles físiques i emocionals, que van des de canvis

## Un escull especialment evident als països empobrits

L'*Informe mundial del càncer 2014*, que ahir, Dia Mundial Contra el Càncer, va publicar l'ONU, mostra que el càncer ja és la principal causa de mort al món. I les perspectives són que la malaltia no deixarà de créixer. Es calcula que l'any 2012 uns 8,2 milions de persones van morir a causa del càncer. "L'augment del nombre de casos de càncer al món planteja un obstacle important per al desenvolupament i el benestar del ser humà", va plantejar el director de l'Agència Internacional per a la Investiga-

ció Sobre el Càncer (IARC), el doctor Christopher Wid. I va afegir-hi: "Cal adoptar mesures immediates per fer front a aquesta crisi humana que afecta, sense excepcions, les comunitats del món."

A diferència dels països desenvolupats, una gran proporció dels casos de càncer als països empobrits es deu a infeccions, com ara el virus del papil·loma humà. A mesura que aquests països adopten estils de vida més occidentals, a més, hi augmenta el tabaquisme, el consum d'alcohol i la falta d'acti-

vitat física, tres aspectes que són reconeguts factors de risc de tenir càncer. L'IARC alerta també que en països amb ingressos baixos hi ha el risc que el càncer sature els sistemes sanitaris i obstaculitzi el creixement econòmic.

Un aspecte en què insisteixen els experts en la malaltia és que les solucions pràctiques per reduir el nombre de morts s'han de basar en la prevenció, és a dir, en la conscienciació sobre els factors de risc i alhora en la millora dels programes de detecció del càncer.

## L'APUNT

### Ara en diuen trilingüisme

Raül Garcia i Aranzueque

L'Assemblea de Docents de les Illes Balears es va endur ahir el primer premi Martí Gasull a l'exemplaritat en la defensa de la llengua. L'haurien pogut guanyar també, merescudament, els altres dos finalistes, però la votació popular s'ha decantat pels herois de les Illes que, contra tot pronòstic i tòpic, han despertat la societat balear i han deixat en evidència el nyap del pla

lingüístic de José Ramón Bauzá. En diuen trilingüisme, però tothom ho sap i és profecia, que del que es tracta és d'arraconar el català allà, aquí i arreu. La prova: les 150.000 famílies valencianes que no poden escolaritzar els fills en la seva llengua, mentre que cinc famílies sí que poden canviar trenta anys d'escola en català. Si els deixem, és clar.



#### Les frases

“La previsió per l'any 2020 és que la mortalitat es redueixi un 10%”

**Carles Constante**  
DIRECTOR GENERAL DE REGULACIÓ,  
PLANIFICACIÓ I RECURSOS SANITARIS

“Cal més atenció als supervivents, perquè en alguns aspectes no han estat ben atesos”

**Ramon Miralles**  
PRES. DE LA FEDERACIÓ CATALANA  
D'ENTITATS CONTRA EL CÀNCER

“No és el mateix un infant que supera un càncer i ha de tornar a escola, que un adult”

**Josep Maria Borràs**  
DIRECTOR DEL PLA DIRECTOR  
D'ONCOLOGIA DE CATALUNYA

“El missatge que poden recuperar la seva vida normal du a desamparament”

**Oriol Ramis**  
AUTOR DE L'ESTUDI 'SUPERVIVENTS  
DE CÀNCER A CATALUNYA'

# Guanyar perdent pes

**PROJECTE** · L'ICO Girona estudiarà els efectes dels canvis d'hàbits de salut en afectades de càncer de mama



Una dona se sotmet al control anual de la mamografia ■ EL PUNT AVUI / ARXIU

# ervivència

en les relacions familiars i de parella, fins a la pèrdua de la feina i situacions d'estigma social. En l'apartat laboral, alguns testimonis recollits relaten problemes per reincorporar-se a la feina, dificultats per adaptar-se al ritme de treball, situacions d'abús en la rescissió de contractes i necessitat de reorientació en el cas dels treballadors autònoms.

Un altre àmbit en què es viuen problemes és en el financer, on es troben impediments per obtenir crèdits bancaris o assegurances a causa de criteris “obsolets” sobre la supervivència de persones amb càncer. En el cas dels infants i joves, és evident que la preocupació és la reincorporació al món educatiu.

*Supervivents de càncer a Catalunya* descriu també que, entre els sentiments més generalitzats que experimenten les persones que han acabat el tractament, destaquen “la por de passar del triomf a la soledat”. Això vol

**Cada any es detecten uns 200 càncers en menors de 15 anys**

dir que, després de representar el centre d'atenció i de ser “herois”, tornen a ser “normals”. En la mateixa línia, destaca la necessitat de donar sentit a l'experiència viscuda, l'assumpció d'un canvi de valors personals i també de la relació amb els altres,

així com la por de ser víctimes d'un estigma social. Per tant, l'augment de la supervivència crea la necessitat d'oferir un suport que ajudi tant adults com infants en la nova situació. Un suport que, segons van plantejar ahir els experts, ha de possibilitar una elaboració emocional de l'experiència viscuda i la cobertura de necessitats concretes a través de consells dietètics i assessorament laboral i educatiu.

“També ens hem de preocupar per la gent que ha sobreviscut al càncer”, va indicar el director del pla director d'oncologia de Catalunya, Josep Maria Borràs, i tenir molt en compte, segons va apuntar, que la seva percepció de la vida canvia. ■

**Núria Astorch**  
GIRONA

**B**aixar un 10% de pes per mitjà d'una dieta mediterrània hipocalòrica i incorporar l'exercici físic en el seu dia a dia. Aquests són els principals reptes que hauran d'assolir setanta gironines afectades per càncer de mama en un fase molt incipient que prendran part d'un estudi d'àmbit català sobre l'impacte dels hàbits saludables en les recaigudes de la malaltia.

L'ICO Girona vol reclutar 170 malaltes de càncer de mama, la meitat de les quals, i de forma aleatòria, seguiran un programa estricte de dieta i exercici guiades per un nutricionista professor de l'INEF, i les altres setanta es limitaran a seguir els consells del seu oncòleg. I a totes elles se'ls farà un seguiment durant cinc anys. La coordinadora de l'estudi a l'ICO Girona, l'oncòloga Sonia del Barco, ha explicat que el projecte té com a objectiu posar en evidència que els canvis d'estil de vida ajuden a prevenir les recaigudes. “Hi ha estudis previs, duts a terme als Estats Units, que conclouen que, amb dieta i exercici, la taxa de recaiguda es pot reduir fins un 24%”, va indicar l'especialista.

En aquests moments, s'està en la fa-

se de reclutament de les participants en el programa i la idea és posar-lo en marxa entre aquest mes i el vinent. Les dones que segueixin el programa d'hàbits saludables s'han de comprometre no únicament a reduir el pes, sinó també a mantenir-lo igual durant els cinc anys de durada de l'estudi. Els primers sis mesos seran intensius perquè les participants hauran de fer tres dies a la setmana d'exercici en bicicletes estàtiques i de resistència. Per seguir el programa d'exercici físic, la Fundació Oncolliga ha posat a disposició de l'ICO un espai per fer-hi les classes. Sonia del Barco va presentar ahir públicament a Girona el projecte en un acte organitzat per l'Oncolliga amb motiu del Dia Mundial Contra el Càncer. L'estudi, que es farà basant-se en la participació de vuit institucions catalanes —entre ICO i centres hospitalaris— i en una mostra de 1.200 pacients, es pot tirar endavant gràcies a una beca FIS que ha obtingut de l'Institut Carlos III.

Els experts mantenen que alguns càncers es poden evitar si s'adopten hàbits de vida saludables. S'estima que entre cinc i set casos de càncer de cada deu estan relacionats amb certs factors de risc vinculats a l'estil de vida. El càncer de mama és el tipus de càncer que provoca més morts entre les dones. ■