

# Săptămâna Europeană de Luptă împotriva Cancerului

**25-31 MAI 2019**

**INFORMARE**



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII



INSTITUTUL NAȚIONAL  
DE SĂNĂTATE PUBLICĂ



CENTRUL NAȚIONAL DE EVALUARE ȘI  
PROMOVARE A STĂRII DE SĂNĂTATE



CENTRUL REGIONAL DE  
SĂNĂTATE PUBLICĂ TIMIȘOARA

# Săptămâna Europeană de Luptă împotriva Cancerului

- Campania Săptămâna Europeană de Luptă împotriva Cancerului (SELIC) are loc între 25 și 31 mai în fiecare an și se încheie cu Ziua Mondială Fără Tutun în data de 31 mai. Fumatul este de departe cea mai importantă cauză de cancer care poate fi prevenită.
- Pe perioada campaniei, factorii politici europeni și publicul larg se angajează în diferite activități legate de sensibilizarea cu privire la prevenirea cancerului, accesul la tratament și sprijin pentru pacienții și supraviețuitorii cancerului.
- **Cel puțin o treime** din cancerele frecvente sunt prevenibile.

# Săptămâna Europeană de Luptă împotriva Cancerului

Săptămâna Europeană de Luptă împotriva Cancerului se derulează pe parcursul a 7 zile în fiecare an, între 25 și 31 mai, și încurajează toată Europa să folosească această perioadă de timp pentru a intensifica comunicarea cu privire la problemele cele mai apropiate de inimile oamenilor și pentru a reflecta și a acționa în vederea obținerii unei Europe fără cancer.

Actuala Săptămână Europeană de Luptă împotriva Cancerului a fost relansată în anul 2011 de Asociația Europeană a Ligilor de Luptă contra Cancerului (ECL), ca parte a Acțiunii comune a Uniunii Europene numită „Acțiunea Parteneriatului European împotriva Cancerului (EPAAC)”, cofinanțată de Programul UE pentru Sănătate.

Acestă campanie înlocuiește campania anterioară EWAC care a avut loc în toată Europa între anii 1989 și 2005, coordonată tot de ECL cu implicarea a numeroase ligi membre. În timp ce vechile ediții ale EWAC aveau teme specifice în fiecare an, în prezent campania nu mai are teme specifice. Acest lucru se datorează faptului că s-a evaluat și confirmat în cadrul ligilor că țările preferă să-și aleagă propriile teme.



**25-31 MAI 2019**  
**Și cancerul poate fi prevenit!**



# Săptămâna Europeană de Luptă împotriva Cancerului

În România, **tema** campaniei Săptămâna Europeană de Luptă împotriva Cancerului 2019 este:

**„Tinerii de astăzi previn cancerul prin obiceiuri sănătoase”**

Sloganul campaniei este:

**„Și cancerul poate fi prevenit!”**

**Scopul** campaniei este să crească nivelul de conștientizare a populației și în special a tinerilor în privința modalităților prin care putem preveni cancerul, prin intermediul alegerilor pe care le facem.

# Săptămâna Europeană de Luptă împotriva Cancerului

În România, la nivelul județelor și în municipiul București, în perioada 25-31.05.2019, în cadrul Programului Național de Evaluare și Promovare a Sănătății și Educație pentru Sănătate, se va derula o campanie națională de informare, educare, comunicare privind prevenirea cancerului.

Campania națională este coordonată metodologic de Institutul Național de Sănătate Publică.

Pe plan local, activitățile vor fi implementate de Direcțiile de Sănătate Publică județene și a municipiului București.

În încheierea campaniei naționale, în data de 31 mai 2019, se celebrează Ziua Mondială Fără Tutun.



**25-31 MAI 2019**  
**Și cancerul poate fi prevenit!**



## Informații cheie despre cancer

- **9,6 milioane** de persoane mor prin cancer în fiecare an.
- **Cel puțin o treime** din cancerele frecvente sunt prevenibile.
- Cancerul este **a doua** cauză de deces în lume.
- **70%** din decesele prin cancer apar în țările slab-spre-mediu dezvoltate.
- Până la **3,7 milioane** vieți pot fi salvate în fiecare an, prin implementare cu resurse adecvate a strategiilor de prevenire, depistare precoce și tratament.
- Costul economic anual al cancerului este estimat la **1,16 trilioane \$**.

## Informații despre cancer

Povara globală prin cancer a crescut la 18,1 milioane cazuri noi și 9,6 milioane decese în anul 2018.

Unul din 5 bărbați și una din 6 femei fac boala, iar unul din 8 bărbați și una din 11 femei mor prin cancer.

Numărul de persoane în viață la 5 ani de la diagnosticul de cancer este de 43,8 milioane.

În Europa se înregistrează 23,4% din cazurile de cancer și 20,3% din decesele prin cancer din lume, deși regiunea are doar 9,0% din populația mondială.

Cancerul reprezintă a 2-a cauză importantă de morbiditate și deces în Europa, cu estimări de mai mult de 4,5 milioane cazuri noi, de peste 2 milioane decese și de aproape 13 milioane cazuri prevalente, în anul 2018.

Deși peste 40% din decesele prin cancer pot fi prevenite, cancerul însumează 20% din totalul deceselor în Uniunea Europeană.

Sursa - OMS/IARC <https://www.who.int/cancer/PRGlobocanFinal.pdf?ua=1>

## Informații despre cancer

Conform Institutului Național de Sănătate Publică, prin Centrul Național de Statistică și Informatică în Sănătate Publică (CNSISP):

- În anul 2017 s-au înregistrat 59450 cazuri noi de cancer, comparativ cu 60710 cazuri noi în anul 2016.
- Numărul bolnavilor rămași în evidență în anul 2017 a fost de 479454, față de 471498 bolnavi rămași în evidență în anul 2016.
- În perioada ianuarie-martie 2018 s-au înregistrat 15832 cazuri noi de cancer comparativ cu 14633 cazuri noi de cancer, în aceeași perioadă a anului 2017.
- Numărul bolnavilor rămași în evidență în perioada ianuarie-martie 2018 a fost de 477296, față de 469645, în aceeași perioadă a anului 2017.
- Numărul înregistrat al deceselor prin tumori a crescut de la 51803 în anul 2016 la 51825 decese în anul 2017.
- Cancerul reprezintă a doua cauză de deces în România.



## Codul European Împotriva Cancerului

- Codul european împotriva cancerului (ECAC) este o inițiativă a Comisiei Europene și este elaborat de Agenția Internațională pentru Cercetare a Cancerului (IARC) a Organizației Mondiale a Sănătății.
- ECAC urmărește să informeze oamenii despre acțiunile pe care le pot lua pentru ei sau pentru familiile lor, pentru a reduce riscul de cancer.
- Oamenii de știință din domeniul cancerului din Europa au elaborat ECAC pe baza celor mai recente dovezi științifice privind prevenirea cancerului, prezentând douăsprezece recomandări pe care majoritatea oamenilor le pot urma fără niciun fel de abilități sau sfaturi speciale.
- Se estimează că aproape jumătate din toate decesele cauzate de cancer în Europa ar putea fi evitate dacă toată lumea ar urma recomandările.

# 12

Codul European  
Împotriva Cancerului

# 12

CĂI DE A VĂ REDUCE  
RISUL APARIȚIEI CANCERULUI

1

**Nu fumați.  
Nu utilizați nicio formă de tutun.**



2

**Eliminați fumatul acasă.  
Sprijiniți politicile în favoarea  
interzicerii fumatului la locul de  
muncă.**



3

**Luați măsuri pentru a avea o greutate corporală sănătoasă.**



4

**Fiți activ fizic în viața de zi cu zi.  
Limitați perioadele de timp  
petrecute stând așezat.**



5

## Adoptați o dietă sănătoasă:

- consumați din abundență cereale integrale, leguminoase, legume și fructe.
- limitați alimentele bogate în calorii (alimente cu conținut crescut de grăsimi sau zahăr) și evitați băuturile îndulcite.
- evitați carnea prelucrată; limitați carnea roșie și alimentele cu un conținut ridicat de sare.



6

**În cazul în care consumați alcool de orice fel, limitați-vă consumul. Pentru prevenirea cancerului este mai bine să nu beți alcool deloc.**





7

**Evitați expunerea exagerată la soare, în special în cazul copiilor.  
Utilizați produse de protecție solară.  
Nu utilizați aparate de bronzat.**



8

**La locul de muncă, respectați instrucțiunile privind sănătatea și securitatea în muncă pentru a vă proteja de substanțele cancerigene.**



9

**Aflați dacă sunteți expuși iradierilor cu niveluri ridicate de radon natural în locuința dumneavoastră. Luați măsuri pentru a reduce nivelurile ridicate de radon.**



10

## Pentru femei:

- alăptarea reduce riscul de cancer al mamei; dacă puteți, alăptați-vă copilul.
- terapia hormonală de substituție (THS) crește riscul apariției anumitor tipuri de cancer; limitați utilizarea THS.



11

**Asigurați participarea copiilor  
dumneavoastră la programele de  
vaccinare pentru:**

- hepatita B - pentru nou-născuți
- virusul papiloma uman (HPV) - pentru fete



12

## Participați la programele organizate de screening pentru cancer:

- colorectal (la femei și bărbați)
- mamar (la femei)
- de col uterin (la femei).

