



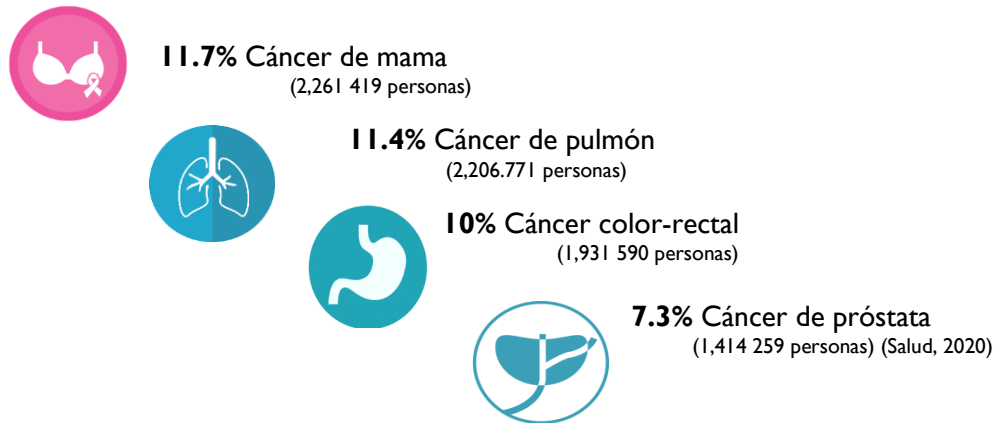
Día mundial contra el cáncer

El 4 de febrero de cada año, se conmemora la **lucha mundial contra el Cáncer**, con la finalidad de reflexionar sobre las preguntas: ¿Qué hacer? ¿Cómo prevenirlo? ¿Cuándo actuar?, mismas que pueden marcar la diferencia en la lucha contra esta enfermedad. La Unión para el Control Internacional del Cáncer (UICC, por sus siglas en inglés) establece la campaña “**Cerrar la brecha de atención**” para reducir las desigualdades que existen en el acceso a servicios oncológicos de calidad en todo el mundo. (Organización Mundial de la Salud , 2022)

¿Qué es el cáncer?

El cáncer, “es un término que designa un amplio grupo de enfermedades que pueden afectar a cualquier parte del organismo; también se habla de «tumores malignos» o «neoplasias malignas” (OMS 2017). Una característica del cáncer es la multiplicación rápida de células anormales que se extienden más allá de sus límites habituales invadiendo partes adyacentes del cuerpo o propagarse a otros órganos, proceso denominado metástasis, siendo la principal causa de muerte por cáncer. (OMS, 2023)

La Organización Mundial de la Salud (OMS), reportó que el cáncer fue la principal causa de muerte en el mundo para el 2020, siendo el cáncer de mama, pulmón, colon, recto y próstata los de mayor frecuencia.



Además, las infecciones oncogénicas, entre ellas las causadas por los virus de las hepatitis o el papiloma humano, ocasionan aproximadamente el 30% de los casos de cáncer en los países de ingresos bajos y medianos. Muchos casos se pueden curar si se detectan a tiempo y se tratan eficazmente. (Marion Piñero, 2020)

¿Cómo reducir la carga de morbimortalidad por cáncer?

Reducir los factores de riesgo y aplicar las medidas preventivas específicas a través de la detección precoz, la atención y el tratamiento adecuado de los pacientes. Si se diagnostica a tiempo y se trata adecuadamente, las probabilidades de curación de muchos tipos de cáncer son elevadas.

¿Cómo reducir el riesgo?



Evitar consumir tabaco.



Mantener un peso corporal saludable.



Elegir una alimentación saludable que favorezca frutas y hortalizas.

Mantener un estilo de vida físicamente activo.

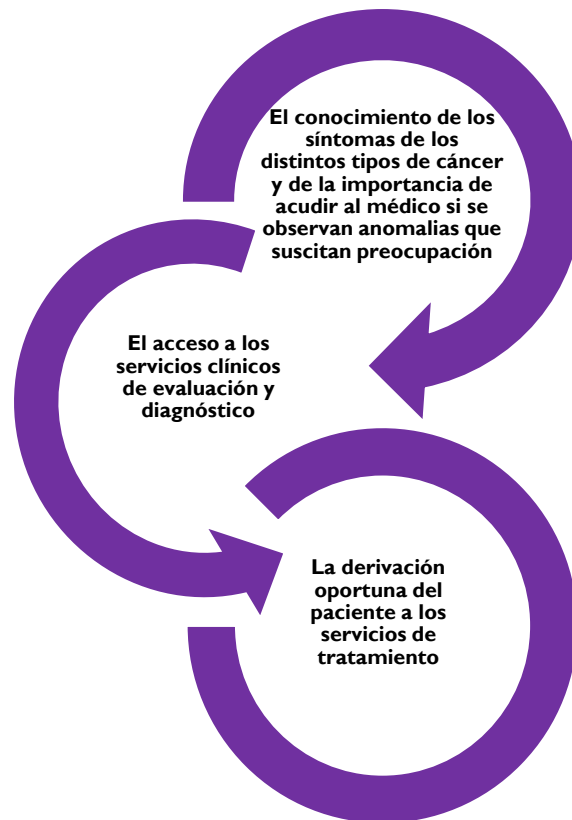
Evitar y/o reducir el consumo de alcohol.

Vacunarse contra el virus del papiloma humano y la hepatitis B, en caso de pertenecer a los grupos en los que se recomienda esta intervención.

Protegerse de la radiación ultravioleta (principalmente, por la exposición al sol y en los aparatos de bronceado artificial).

¿Cómo realizar un diagnóstico precoz?

El diagnóstico precoz consta de tres componentes:





¿Cuándo actuar?

Para ello los programas y servicios oncológicos con los que cuenta el Sistema de Atención Integral a la Salud (SAISUV), van desde la atención preventiva; diagnóstico y manejo oportuno, así como un tratamiento eficaz. El personal médico y de enfermería del SAISUV ha implementado estrategias de detección

mediante la exploración física y programas preventivos de salud reproductiva (cáncer de mama, cérvico uterino y próstata) a los derechohabientes de la Universidad Veracruzana.

Además, se ofertan programas de educación para la salud, donde se promueven estilos de vida saludables a través de la alimentación, ejercicio físico y salud mental para mejorar la salud, bienestar y prevenir diversas enfermedades crónico-degenerativas.

Bibliografía

Marion Piñero, L. M.-F. (2020). Ampliación de la vigilancia del cáncer infantil: hoja de ruta mundial. [https://academic.oup.com/jnci/article/113/1/9/5841218?login=true#:~:text=Revista%20del%20Instituto%20Nacional%20del%20C%C3%A1ncer](https://academic.oup.com/jnci/article/113/1/9/5841218?login=true#:~:text=Revista%20del%20Instituto%20Nacional%20del%20C%C3%A1ncer,9-15), 9-15.

OMS. (25 de enero de 2023). <https://www.who.int/>. Obtenido de <http://www.who.int/>: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs297/es/>

Organización Mundial de la Salud . (02 de febrero de 2022). <https://www.who.int/>. Obtenido de <https://www.who.int/>: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/cancer>

Salud, O. M. (04 de 02 de 2020). *International Agency for Resaearch on Cancer*. Obtenido de International Agency for Resaearch on Cancer: https://gco.iarc.fr/today/online-analysis-pie?v=2020&mode=cancer&mode_population=continents&population=900&populations=900&key=total&sex=0&cancer=39&type=0&statistic=5&prevalence=0&population_group=0&ages_group%5B%5D=0&ages_group%5B%5D=17&nb_items=7&group

Más información

saludpublicasais@uv.mx
www.uv.mx/saisuv/

