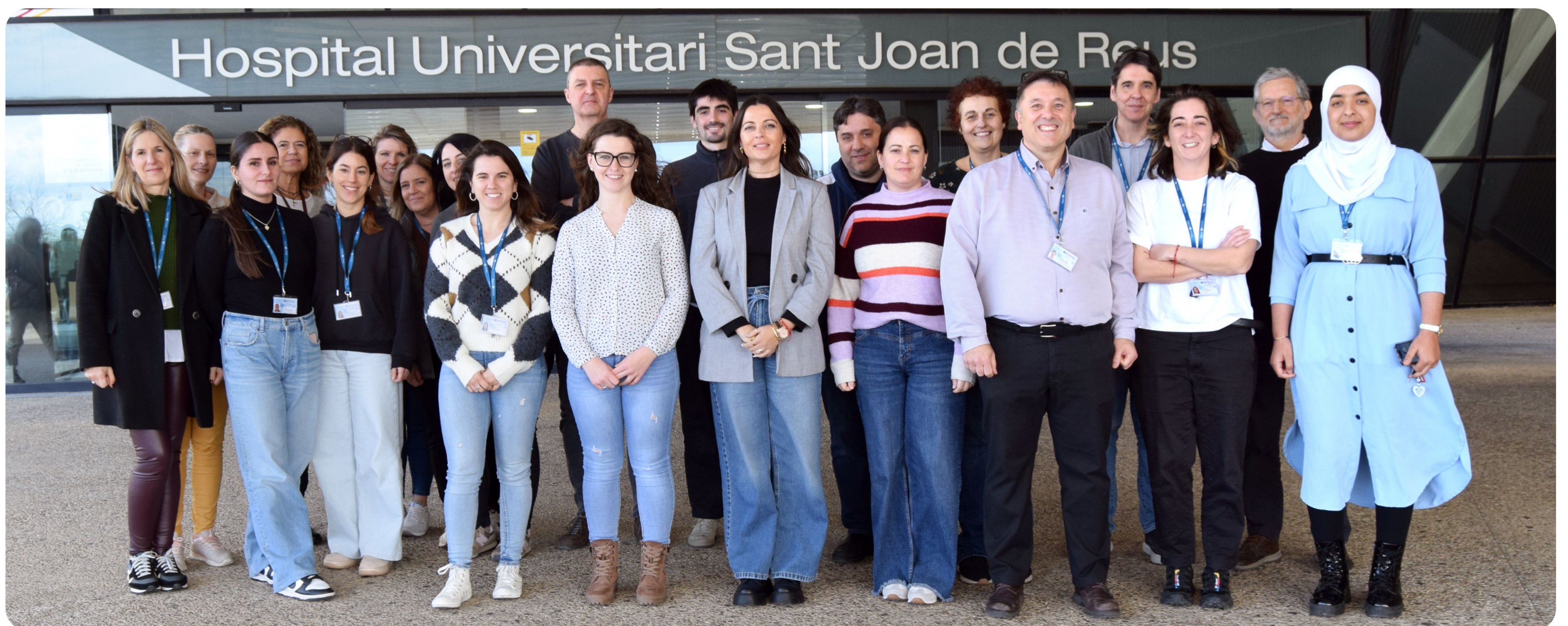




4 de febrer de 2025

Dia Mundial Contra el Càncer

L'any 2000 es va instaurar el 4 de febrer com el **Dia Mundial del Càncer**, amb l'objectiu d'augmentar la conscienciació i mobilitzar la societat per avançar en la prevenció i control d'aquesta malaltia.



Professionals del Servei d'Epidemiologia i Prevenció del Càncer de l'Hospital Universitari de Sant Joan de Reus

El càncer és un procés de creixement i disseminació incontrolat de cèl·lules. Pot aparèixer pràcticament en qualsevol part del cos. El tumor pot envair els teixits circumdants i pot provocar metàstasi en punts distants de l'organisme. Molts tipus de càncer es podrien prevenir evitant l'exposició de factors de risc comuns, com el fum del tabac.

El càncer és la **principal causa de mort a escala mundial**. Se li atribueixen 8,2 milions de morts ocorregudes en tot el món. Els que més morts causen cada any són els càncers de **pulmó, fetge, estómac, còlon i mama**. La prevenció i la detecció primerenques són fonamentals per parar l'augment alarmant de la incidència d'aquesta malaltia. L'accés a programes de **detecció precoç** o **cribratge de càncer** poden reduir la mortalitat.



El càncer es pot prevenir

Segons l’OMS, a Europa, com a mínim **un 33% dels càncers en els homes i un 44% dels càncers en les dones es poden prevenir**. Això vol dir que, dels més de 4.000.000 de nous casos de càncer anuals, **més d’1.500.000 són evitables**.

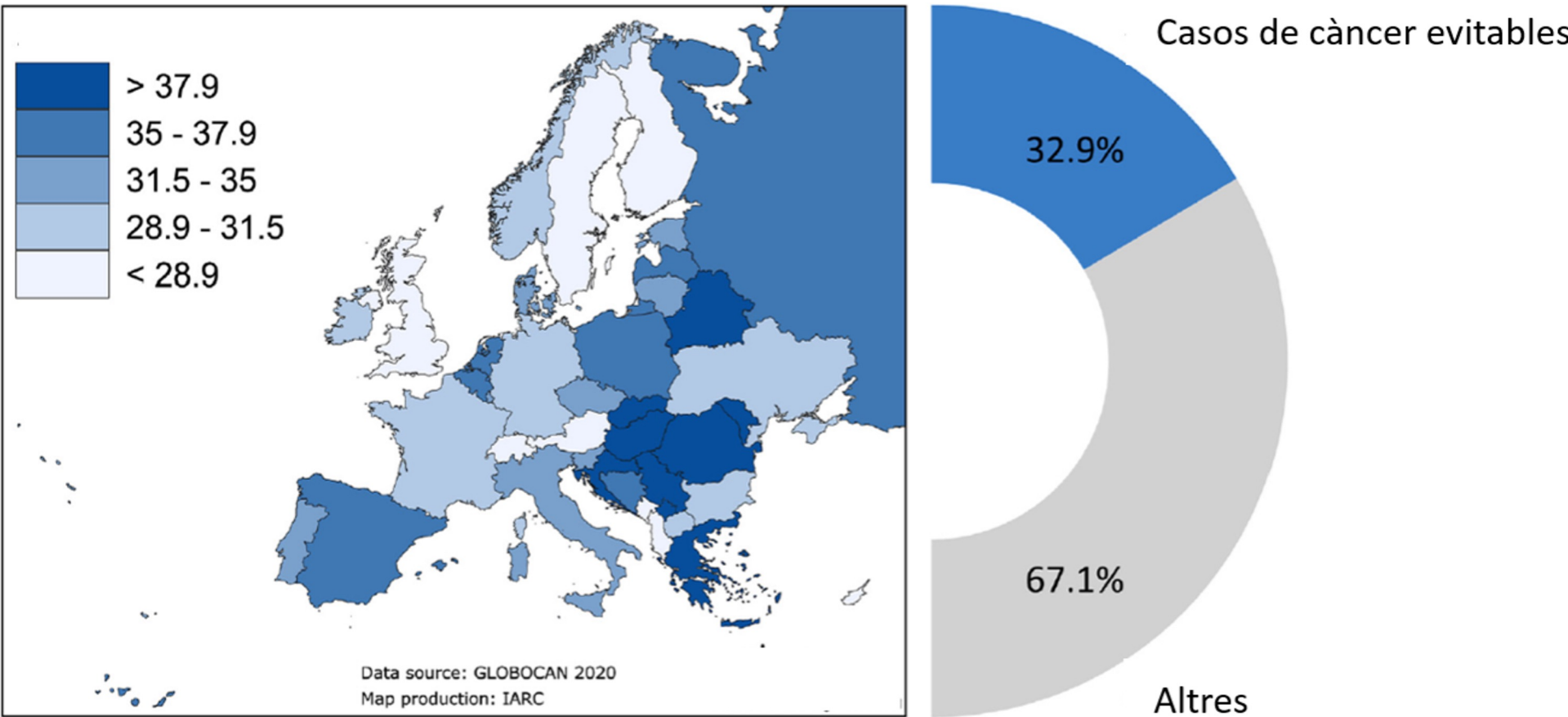
En les dones es poden evitar gairebé 840.000 càncers cada any i en els homes uns 700.000.

Nombres de càncers evitables segons el tipus de càncer i el sexe, i percentatge de càncers evitables sobre els casos diagnosticats en cada tipus de càncer i sexe

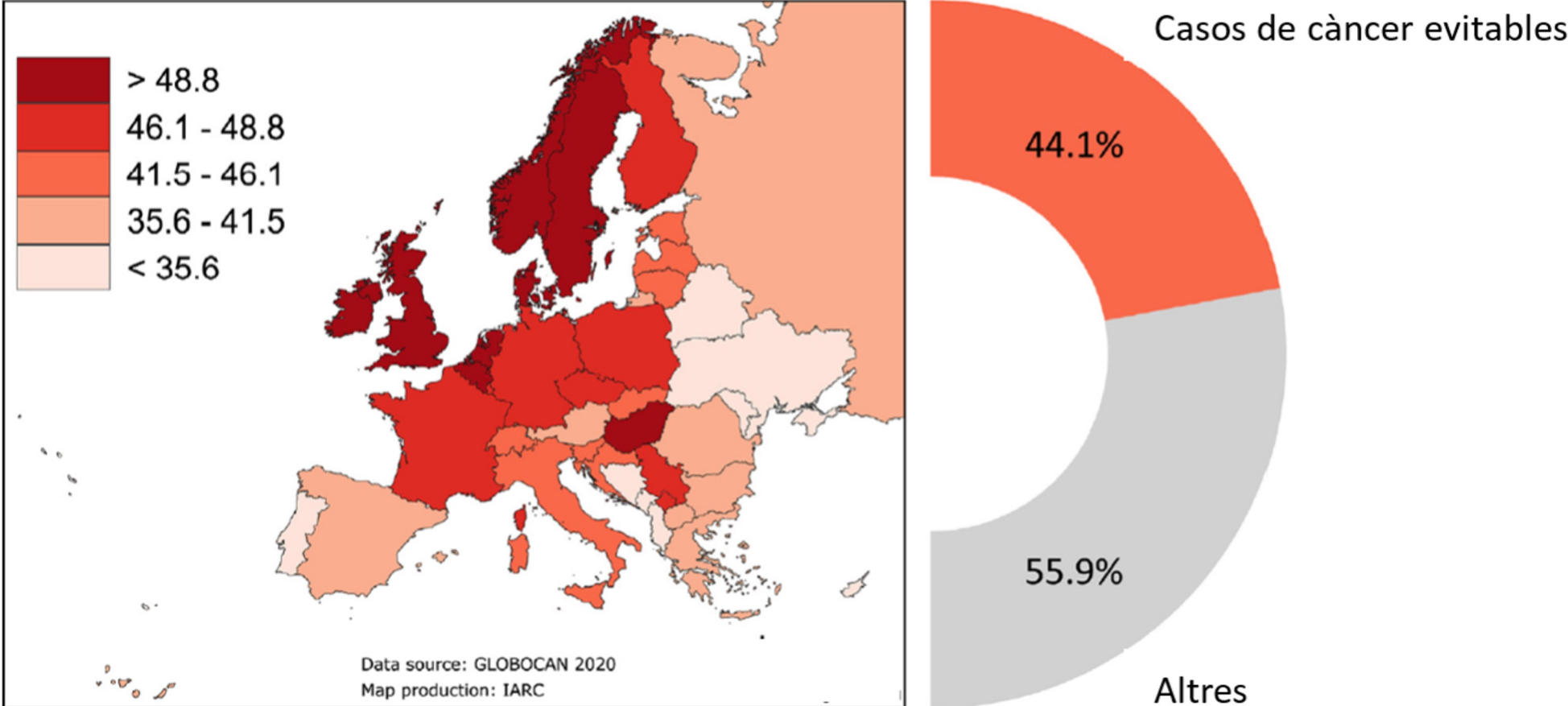
Tipus de càncer	Homes		Dones		Total	
	Càncers evitables	%	Càncers evitables	%	Càncers evitables	%
Còlon i recte	165.802	58,96	136.076	57,25	301.878	58,18
Pulmó	144.333	45,89	105.886	65,3	250.219	52,49
Mama			237.946	44,89	237.946	44,89
Melanoma de pell	60.235	79,14	52.491	70,83	112.726	75,04
Bufeta urinària	77.253	49,41	27.502	58,23	104.755	51,46
Ronyó	52.932	62,15	34.519	66,31	87.451	63,73
Estómac	49.449	59,14	27.011	51,68	76.460	56,27
Cos uterí			67.211	51,76	67.211	51,76
Pàncrees	20.570	29,35	31.411	45,01	51.981	37,16
Fetge	33.468	57,88	15.957	54,27	49.425	56,67
Llavi, cavitat oral i faringe	29.812	59,35	14.330	57,72	44.142	58,81
Esòfag	27.987	69,38	9.697	77,24	37.684	71,24
Coll uterí			35.655	61,35	35.655	61,35
Ovari			32.823	49,43	32.823	49,43
Laringe	24.411	69,93	3.375	68,77	27.786	69,79
Mesotelioma	8.942	88,59			8.942	88,59
Bufeta biliar	1.792	46,23	5.557	63,99	7.349	58,51
Total	696.986		837.446		1.534.432	

La proporció de casos evitables varia segons el país

Fracció evitable (%). Homes



Fracció evitable (%). Dones





D'acord amb les dades del registre de càncer de Tarragona que porta a terme el Servei d'Epidemiologia i Prevenció del Càncer, a la província de **Tarragona es podrien evitar com a mínim 1.901 càncers.**

Càncers evitables a l'any a la província de Tarragona

Tipus de càncer	Càncers diagnosticats	Càncers evitables
Còlon i recte	858	499
Pulmó	594	311
Mama	592	266
Bufeta urinària	410	211
Fetge	153	87
Ronyó	112	71
Melanoma de pell	92	69
Llavi, cavitat oral i faringe	109	64
Estómac	103	58
Cos uterí	105	54
Pàncrees	138	51
Laringe	63	44
Esòfag	61	43
Ovari	65	32
Bufeta biliar	36	21
Coll uterí	25	15
Mesotelioma	6	5

Com es pot reduir el nombre de càncers incidents?

- Eliminant el **consum de tabac** (responsable del 28% dels càncers en homes i del 10% en les dones).
- Reduint **l'obesitat i el sobrepès**.
- Portant una **vida físicament activa**.
- Tenint una **dieta saludable** (menjant molts llegums, cereals, fruites i verdures, i evitant les begudes ensucrades i la carn processada).
- Reduint el **consum d'alcohol**.
- Evitant **l'excés de sol**, especialment en infants.
- Assegurant que els infants es vacunin contra els **virus de l'hepatitis B** i el del **papil·loma**.
- Limitant l'ús de **tractaments hormonals** substituïtoris.
- Participant en els programes de **detecció precoç de càncer**.

Per saber més sobre aquestes recomanacions, podeu consultar el **Codi Europeu Contra el Càncer** a través d'aquest codi QR

