



AYUDA AL PACIENTE ONCOLÓGICO

Promoción de la **Salud** y la Prevención del **Cáncer**

SOCIEDAD
ANTICANCEROSA
DE VENEZUELA
J-00056059-5



Elaborado por:
Departamento de Educación y Prevención de la Sociedad Anticancerosa de Venezuela.
Dra. Oriana Brito Gallardo. Radioterapeuta Oncólogo. Promotora de la Salud.
Diseño Gráfico: Jesús Rafael Herrera
(agosto 2021)

Promoción de la Salud y la Prevención del Cáncer

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define promoción de la salud como "el proceso que permite a las personas incrementar el control sobre su salud". Para crear condiciones que garanticen la salud y el bienestar para todos, se utiliza un enfoque participativo donde colaboran los individuos, las organizaciones, las comunidades y las instituciones. Por lo tanto, la promoción de la salud fomenta cambios en el entorno que ayudan a promover y proteger la salud.



Nota: La promoción va más allá del campo médico e implica factores ambientales, económicos, biológicos y de estilo de vida (Universidad Internacional de Valencia, 2018).

Entre los objetivos de la promoción de la salud podemos mencionar: transformar las condiciones de vida que puedan estar influyendo negativamente sobre la salud. Estimular hábitos saludables de vida. Posibilitar el acceso a oportunidades de información, económicas, científicas y tecnológicas que favorezcan el control sobre la propia salud, entre otros (Universidad Internacional de Valencia, 2018).

¿Cómo podemos promocionar la salud?



Hay muchas maneras de promocionar la salud entre las cuales podemos nombrar: aumento de las áreas verdes, y así incentivar a las personas a realizar actividad física al aire libre. Campañas antitabaco, que tienen por objetivo evitar o eliminar la adicción al tabaco. Estimular a la población a que incorpore a su vida una alimentación saludable, equilibrada y creativa. Realizar charlas para la prevención de enfermedades no transmisibles (Universidad Internacional de Valencia, 2018).

¿Por qué es importante la promoción de la salud en el área de oncología?

El cáncer se clasifica como una Enfermedad No Transmisible (ENT), que se refiere a un grupo de enfermedades que no son causadas por una infección aguda, da como resultado consecuencias para la salud a largo plazo y con frecuencia crean una necesidad de tratamiento y cuidados prolongados en el tiempo. Se incluyen no solo el cáncer sino las enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, lesiones y trastornos de la salud mental (Organización Panamericana de la Salud, 2019).

Muchas ENT se pueden prevenir mediante la reducción de los factores de riesgo comunes, tales como: el consumo de tabaco, el consumo nocivo de alcohol, la inactividad física y comer alimentos poco saludables (Organización Panamericana de la Salud, 2019).

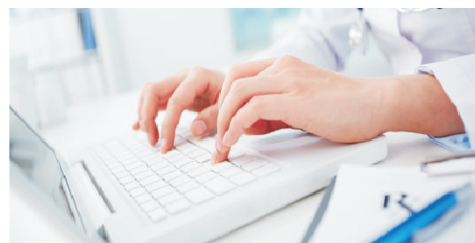


Las ENT matan a 41 millones de personas cada año, lo que equivale al 71% de las muertes que se producen en el mundo. En la Región de las Américas, son 5,5 millones las muertes por ENT cada año (Organización Panamericana de la Salud, 2019).

Con respecto al cáncer, en 2020 afectó a 19,3 millones de personas y cobró la vida de diez millones de vidas en el mundo, convirtiéndose en la segunda causa de muerte, de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS), y advirtiendo que en las próximas décadas los nuevos casos aumentarían casi un 50% más en 2040.

El Departamento de Educación y Prevención de la Sociedad Anticancerosa de Venezuela, a través de la sección de Promoción de Salud, realiza diversas actividades cuya finalidad es reducir la incidencia y mortalidad del cáncer en nuestro país, que consisten en:

- Charlas y talleres a distancia y presencial dirigidas a instituciones públicas y privadas en el área de prevención del cáncer, bienestar, nutrición y estadísticas del cáncer en Venezuela.
- Adaptándonos a la modalidad online, realizamos Foro chats vía Whatsapp y Telegram sobre las temáticas antes expuestas.
- Se realizan artículos y entrevistas en el ámbito oncológico, tratando no solo lo relacionado con lo médico sino lo emocional, psicológico y nutricional de los pacientes, a través de nuestro portal www.ayudaalpacienteoncologico.org
- Elaboración de dípticos e infografías de los tipos de cáncer con mayor incidencia y mortalidad en Venezuela, entre ellos, el cáncer de mama y cuello uterino en la mujer y cáncer de próstata y pulmón en el hombre, los cuales son divulgados en la página web www.cancervenezuela.org.
- Utilizando la plataforma Instagram se realizan "Lives" dos veces al mes donde se tocan temáticas sobre la prevención del cáncer dirigidas a todo público. Para ello, contamos con la colaboración de excelentes médicos especialistas, nutricionistas y psicólogos que comparten sus conocimientos y experiencias.
- A través del programa www.lalancherademihijo.org se educan a docentes y niños en edad preescolar y escolar en la prevención de las enfermedades relacionadas con la malnutrición y específicamente el cáncer. Tomando en cuenta que a temprana edad es cuando se desarrollan los hábitos alimentarios que van a permanecer a través de todas las etapas de la vida.



Educar y Prevenir



Como promotora de salud tengo el privilegio de trabajar en el desarrollo de entornos favorables a la salud y promover conductas de autocuidado. La esencia del autocuidado es el control del individuo sobre su salud, el empoderamiento, un derecho de todas las personas, que debe fomentarse al máximo hasta el final de la vida.

Para finalizar, les comparto un proverbio africano que dice:

“Para educar a un niño es necesaria toda una tribu. Para fomentar el autocuidado de las personas es necesaria la implicación de toda la sociedad”. (Muñoz, 2013).



Referencias

1. Organización de Naciones Unidas. 2021. **El cáncer mató a diez millones de personas en 2020, la mayoría en países de renta baja y media.** [Documento en línea] Disponible: <https://news.un.org/es/story/2021/02/1487492#:~:text=En%202020%20alcanz%C3%B3%20a%2019,50%25%20m%C3%A1s%20altos%20en%202040>. [Consulta: 2021, agosto 10].
2. Organización Mundial de la Salud. 2020. **Promoción de la salud.** [Documento en línea] Disponible: . [Consulta: 2021, agosto 10].
3. Universidad Internacional de Valencia. 2018. **Promoción de la salud: definición, objetivos y ejemplos.** [Documento en línea] Disponible: <https://www.universidadviu.com/int/actualidad/nuestros-expertos/promocion-de-la-salud-definicion-objetivos-y-ejemplos> [Consulta: 2021, agosto 10].
4. Muñoz, E. 2013. **La importancia del autocuidado, también en personas con dependencia.** [Documento en línea] Disponible: http://educacionpapps.blogspot.com/2013/05/la-importancia-del-autocuidado-tambien_24.html. [Consulta: 2021, agosto 10].