

Día contra el cáncer: ejercicio de responsabilidad social

El proyecto 'UJI sense fum' busca favorecer espacios que faciliten la realización de las conductas promotoras de salud

CRISTINA
Giménez*



Un año más, casi como un acto reflejo, la Conmemoración del Día Mundial contra el Cáncer y el 4 de febrero, nos recuerda el impacto que esta enfermedad está teniendo en la sociedad y, seguramente, la experiencia directa en nuestro entorno más cercano y, tampoco sería de extrañar, desde nuestra propia vivencia personal.

En cualquiera de estas formas, probablemente, seremos conscientes de en qué medida el cáncer, tal y como señala la Sociedad Española de Oncología Médica (2023), supone una de las principales causas de morbi-mortalidad a nivel estatal que, según los pronósticos, podría incrementarse. Factores como el envejecimiento de la población o la mejora de la detección precoz podrían ser algunas causas que faciliten la visibilización de dicho incremento. Pero también existen otras, como las relacionadas con los estilos de vida que no por ser comunes, conllevan un menor riesgo, como el consumo de alcohol o tabaco que ha sido relacionado con el 22% de los fallecimientos por cáncer; así como unos incorrectos hábitos nutricionales o el sedentarismo que fomentarían la aparición de la obesidad. Ésta se ha vinculado

a nivel global con al menos 7 tipos de cáncer. Una vez más, la evidencia científica consolida la importancia y veracidad de información que ya conocíamos (como el papel que algunos estilos de vida pueden jugar en la aparición y evolución del cáncer) aunque, lamentablemente, no consiga que los modifiquemos.

Para esto, también el conocimiento científico ha demostrado que hacen falta más ingredientes, desde la motivación para el cambio hasta contar con un entorno promotor de salud, en el que po-

damos ejercer el derecho a cuidar de nuestro bienestar. Así que, por ejemplo, será necesario que una persona que consuma tabaco incremente su capacidad para posponer su deseo de fumar, pero también que conviva en un entorno social que posibilite disfrutar de los espacios sin humo y facilite otras alternativas. No por parecer más lejanos a los cambios bioquímicos que el cáncer genera en nuestro organismo, los determinantes sociales de la salud son menos importantes para su abordaje.

Desde este marco, iniciativas

como el proyecto *UJI sense fum*, en el que la Universitat Jaume I colabora con la Asociación Española contra el Cáncer (AECC), buscan favorecer espacios que faciliten la realización de las conductas promotoras de salud, en concreto, fomentar entornos donde el humo ambiental no condicione la salud global. Según un estudio que recoge la AECC, el humo del tabaco podría llegar a afectar hasta 8 metros a la redonda y el impacto del 14% de la nicotina de una colilla, podría perdurar hasta un día después de haberse apagado. Para aprovechar las facilidades del entorno, la iniciativa también busca fortalecer las competencias de autocuidado de las personas, que serían necesarias para reforzar sus estilos de vida saludables y transformar aquellos que no lo fueran, por ejemplo, mediante programas de deshabituación tabáquica. Más allá de sus objetivos, esta y otras muchas iniciativas, suponen un paso más para consolidar las estrategias de intervención intersectoriales que la evidencia nos dice que son las más efectivas, pero que no siempre llegamos a poner en práctica.

compartido la alegría, al descubrir ciertos avances en los tratamientos que han mejorado la expectativa y la calidad de vida. Quién sabe si al leer estas líneas, la vida nos ha permitido experimentar ambas (bastante probable teniendo en cuenta las estadísticas) y hemos podido comprobar en primera persona la importancia que, en todos los procesos, ha tenido el apoyo social de quienes tenemos cerca y que, seguramente, nos ha ayudado a sostener otros momentos complicados de nuestra vida.

También desde la evidencia científica, el apoyo social es una de las variables que ha mostrado de manera más inequívoca su importancia en el abordaje de la salud y la enfermedad. Así que sería deseable, seguramente exigible, que quienes estamos cerca (o lejos), con independencia de la posición que ocupemos y nuestros conocimientos, incluso de nuestra propia experiencia con la enfermedad, nos preocupemos y ocupemos de apoyar a quienes conviven con el cáncer en primera persona. Más allá de los números, los factores de riesgo, los sistemas de evaluación y las propuestas terapéuticas, el cáncer tiene tantas caras y realidades como personas lo experimentan y sería deseable, probablemente exigible, que permitamos que todas sean visibles y apoyemos socialmente, desde aquellos lugares a los que tengamos acceso, a cada una de ellas. ≡

*Directora académica UJI Hàbitat Saludable



El apoyo social es una de las variables que ha mostrado de manera más inequívoca su importancia en el abordaje de la enfermedad