



LUNA INTERNAȚIONALĂ DE CONȘTIENȚIZARE A CÂNCERULUI DE SÂN

Octombrie 2023

*”Depistează. Tratează. Vindecă.
Învinge cancerul de sân,
pas cu pas!”*

**PROIECT DE INFORMARE ASUPRA
CAMPANIEI NAȚIONALE**



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII

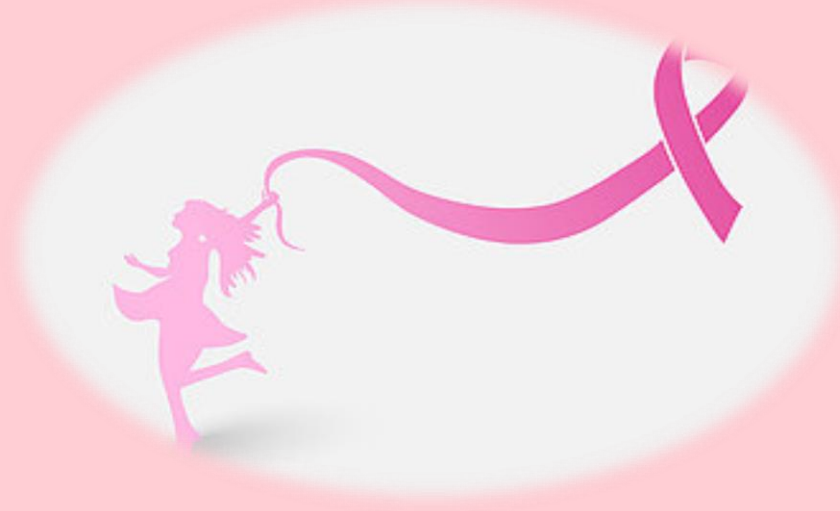


INSTITUTUL NAȚIONAL
DE SĂNĂTATE PUBLICĂ



Luna internațională de conștientizare a cancerului de sân

octombrie 2023



Conform datelor Agenției Internaționale pentru Cercetare în domeniul Cancerului (IARC) din cadrul Organizației Mondiale a Sănătății (OMS), la nivel mondial, cancerul de sân cu peste 2.26 milioane de cazuri estimate (11,7%), a devenit în 2020, pentru prima dată, cel mai frecvent tip de cancer depășind cancerul pulmonar (2,20 milioane, 11,4%). [1]

1. International Agency for Research on cancer - Global Cancer Observatory: Estimated new breast cancer cases, both sexes, World, 2020 – [aici](#)



Luna internațională de conștientizare a cancerului de sân octombrie 2023

În Europa, cancerul de sân este cea mai frecventă localizare dintre toate tipurile de cancer la femei (25,8 %), cu un număr de 531 086 cazuri noi, mult peste cancerul de colon (11,6%; 238 106 cazuri noi) și cancerul de plămân (7.9 %; 162 480 cazuri noi) [2]

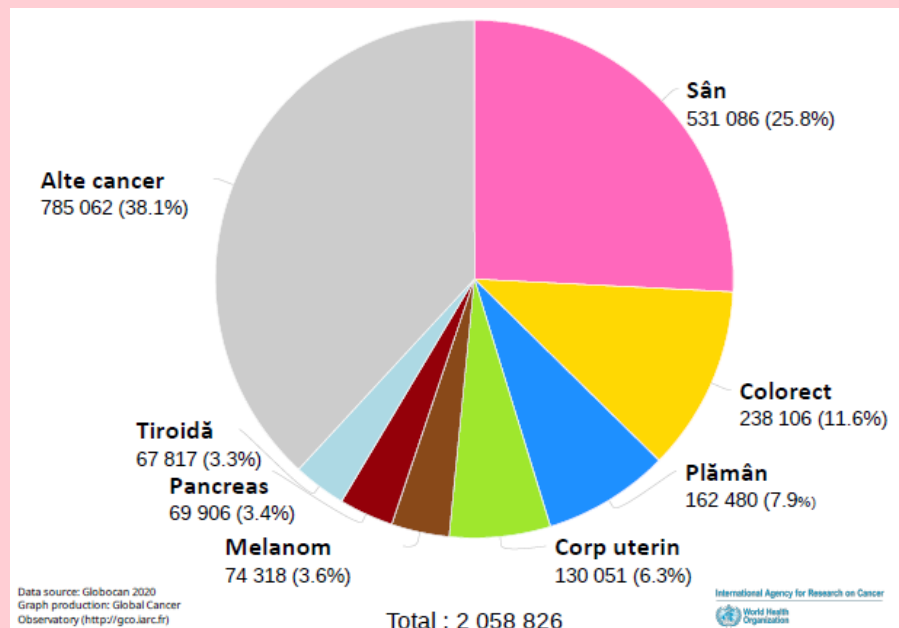


Fig 1. Distribuția numărului estimat cazuri noi de cancer pe localizări, la femeile de toate vârstele, în Europa, 2020



Luna internațională de conștientizare a cancerului de sân octombrie 2023

În România, cancerul de sân ocupa în 2020, prima poziție în rândul femeilor, cu o pondere a cazurilor noi de 26,9% (12 085 cazuri noi), la mare distanță de cancerul de colon (11,8%; 5 331 cazuri noi) și cancerul de col uterin (7.5 %; 3 380 cazuri noi).[3]

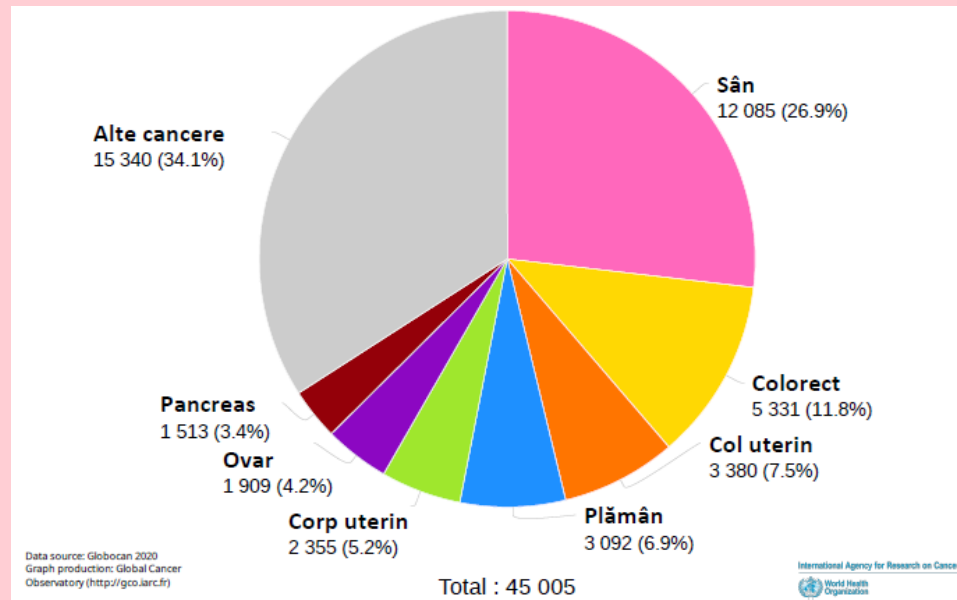


Fig 2. Distribuția numărului de cazuri noi de cancer pe localizări, la femeile de toate vârstele, în România, 2020

Scăderea riscului de apariție a cancerului mamar



Mănâncă sănătos



Nu fuma



**Limitează consumul
de alcool**



Fă exerciții regulat



**Limitează tratamentul
hormonal**



**Controlează-ți
greutatea**



Alăptează



**Mergi la medic dacă
observi modificarea sânilor**



**Limitează expunerea
la poluanți**

Depistează. Tratează. Vindecă. Îvinge cancerul de sân, pas cu pas!

Depistat precoce și tratat corespunzător, cancerul de sân are o rată de supraviețuire la 5 ani de 99%!



Luna internațională de conștientizare a cancerului de sân octombrie 2023

Pentru că șansele de vindecare depind foarte mult de stadiul la momentul diagnosticării, majoritatea țărilor europene a adoptat programe eficiente de depistare precoce a cancerului de sân.

Cu toate acestea, în România, doar 9% dintre femei au participat la screening, față de 60% media europeană. [4]

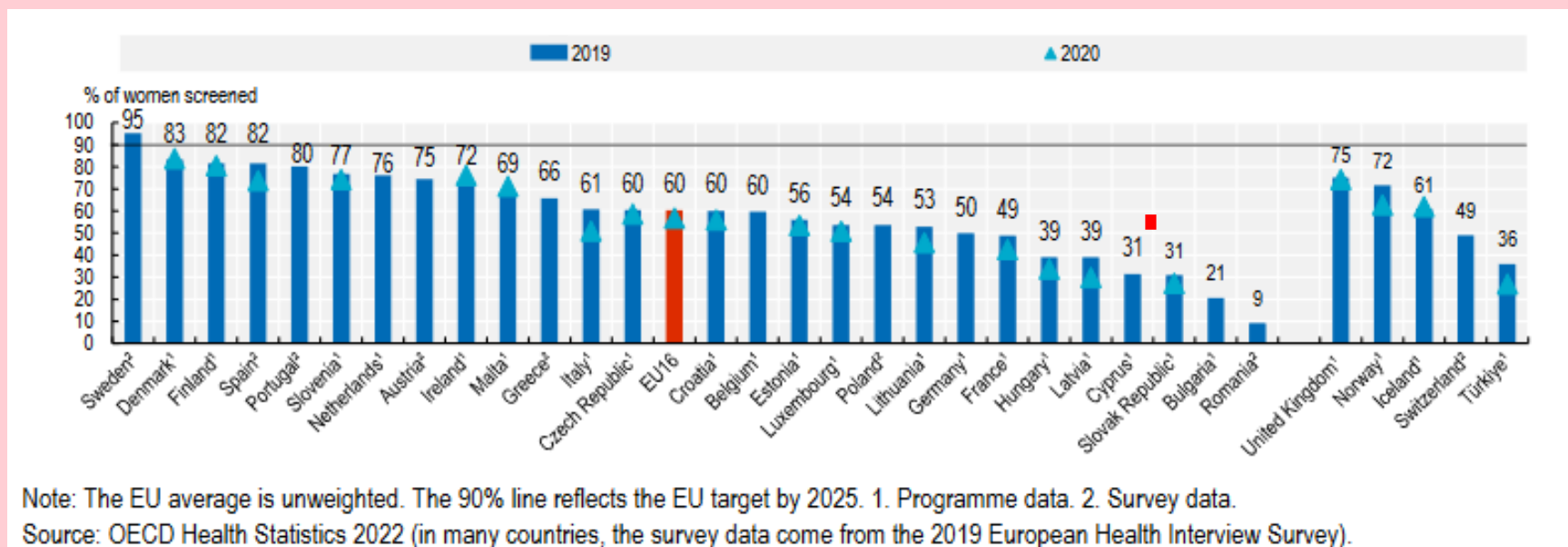


Fig.4 Distribuția procentuală a screening-ului mamografic la femeile cu vârsta cuprinsă între 50-69 de ani în perioada 2019 (sau cel mai apropiat an) și 2020

4. OECD - Comisia Europeană - Health at a Glance: Europe 2022 - State of Health in the EU Cycle pgs 162-163 - [aici](#)



TEMA CAMPANIEI

Importanța detectării precoce a cancerului de sân pentru îmbunătățirea succesului tratamentului și creșterea ratei de supraviețuire

GRUPURILE ȚINTĂ

- **Femei cu vârsta 50-69 de ani**
- **Profesioniști din sistemul de sănătate**
- **Populația generală**

SLOGANUL CAMPANIEI

” Depistează. Tratează. Vindecă. Îvinge cancerul de sân, pas cu pas!”



SCOPUL CAMPANIEI

Creștea gradului de informare și conștientizare în rândul grupurilor țintă ale campaniei cu privire la importanța detectării precoce și a tratamentului cancerului de sân.



OBIECTIVELE CAMPANIEI

Creșterea numărului de femei informate cu privire la importanța detectării precoce, prin screening, a cancerului de sân.

Creșterea numărului de femei informate și conștientizate cu privire la rata ridicată de supraviețuire în cazul cancerului de sân detectat precoce și tratat corespunzător.

Creșterea numărului de profesioniști în sănătate care informează și consiliază femei din grupul țintă al campaniei cu privire la importanța participării la programul național de screening pentru detectarea cancerului de sân.



Luna internațională de conștientizare a cancerului de sân
octombrie 2023

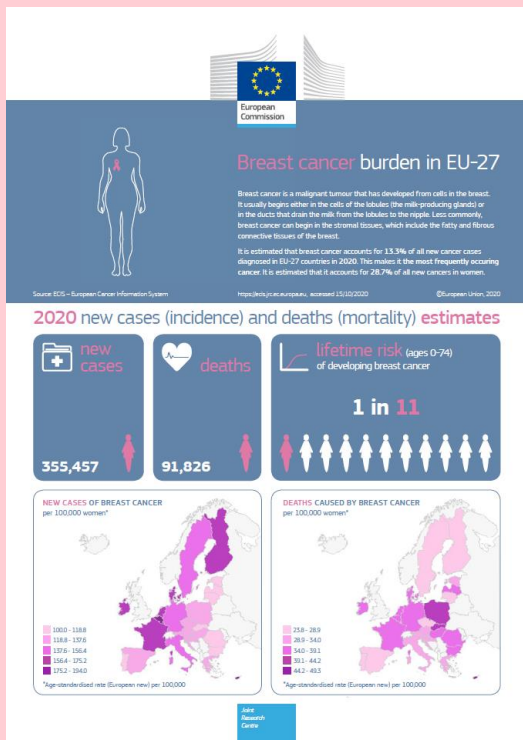
PERIOADA DE DERULARE A CAMPANIEI

**1-31 OCTOMBRIE
2023**



Luna internațională de conștientizare a cancerului de sân octombrie 2023

Materiale suport utilizate în campanie



<https://ecis.jrc.ec.europa.eu/factsheets.php>

Female breast cancer has become the most commonly diagnosed cancer type in the world, with **2.26 million cases diagnosed in 2020**, exceeding the number of new cases of lung cancer for the first time.

Things to avoid to reduce your risk:

- Alcohol
- Tobacco
- Obesity and overweight
- Unhealthy diet
- Inactivity

International Agency for Research on Cancer
World Health Organization

https://www.iarc.who.int/wp-content/uploads/2021/09/BCAM_Tile_03_zoom.jpg

International Agency for Research on Cancer
World Health Organization

Codul European Împotriva Cancerului

12 CĂI DE A VĂ REDUCE RISCUL APARIȚIEI CANCERULUI

- Nu fumați. Nu utilizați nicio formă de tutun.
- Eliminați fumatul acasă. Sprijiniți politicile în favoarea interzicerii fumatului la locul de muncă.
- Luați măsuri pentru a avea o greutate corporală sănătoasă.
- Fiți activ fizic în viața de zi cu zi. Limitați perioadele de timp petrecute stând așezat.
- 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.
- În cazul în care consumați alcool de orice fel, limitați-vă consumul. Pentru prevenirea cancerului este mai bine să nu beți alcool deloc.
- Evitați expunerea exagerată la soare, în special în cazul copiilor. Utilizați produse de protecție solară. Nu utilizați aparate de bronzat.

<https://cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/ro/>