

- **La FEAD i Laboratoris Vilardell llancen la campanya Cuida't x5 per a afavorir la prevenció i el tractament del càncer en l'aparell digestiu**
- **Modificar o evitar els factors de risc, la detecció i el tractament precoç dels càncers de l'aparell digestiu redueixen la seva mortalitat**

**28 de maig de 2019-**. Quatre dels set càncers més comuns són de l'aparell digestiu. Per aquest motiu, el Dia Mundial de la Salut Digestiva promogut per l'Organització Mundial de Gastroenterologia, i que a Espanya promou la Fundació Espanyola de l'Aparell Digestiu (FEAD), es centra aquest any en el diagnòstic i tractament del càncer de gastrointestinal.

Segons dades proporcionades per l'OMS (Organització Mundial de la Salut), els tumors responsables del major número de defuncions a nivell mundial en 2018 van ser el càncer de pulmó (18,4% del total de morts per càncer), el càncer colorectal (9,2%), el càncer d'estómac (8,2%), el càncer de fetge (8,2%) i càncer d'esòfag (3,4%).

A aquest efecte i coincidint amb aquesta jornada, la FEAD i Laboratoris Vilardell posen en marxa la campanya "CuídateX5" amb l'objectiu d'ampliar el coneixement i conscienciar als ciutadans sobre la importància dels 5 tipus de càncer en l'aparell digestiu: estómac, pàncrees, fetge, còlon i esòfag, que s'engloben dins del càncer gastrointestinal.

A Espanya en 2017, segons l'INE (Institut Nacional d'Estadística), el número de morts per càncer digestiu es va distribuir de la següent manera: càncer colorectal 15.410, pàncrees 6.818, estómac 5.154, fetge 5.192 i esòfag 1.850 morts.

"Des de la Fundació Espanyola de l'Aparell Digestiu sabem que modificar o evitar els factors de risc, així com la detecció i el tractament precoç dels càncers de l'Aparell Digestiu són clau per a reduir la seva mortalitat. Per a això, és imprescindible conèixer millor la patologia i difondre les principals mesures preventives", explica la Dra. Mileidis Sant Joan Acosta, especialista en aparell digestiu i responsable del Comitè d'Activitats Fundacionals de la Fundació Espanyola de l'Aparell Digestiu (FEAD).

Per això, un dels objectius de la campanya "CuídateX5" és visibilitzar les 5 mesures clau per a la prevenció dels càncers de l'Aparell Digestiu que promou Codi Europeu contra el càncer, així com desenvolupar informació i continguts específics per a cada tipus de càncer començant pel càncer d'estómac.

### **Mesures preventives contra el càncer en l'aparell digestiu**

**1.- Evitar el consum de tabac:** al deixar de fumar, l'augment en el risc del càncer induït per fumar desapareix. L'avantatge és evident en el termini de 5 anys i és més marcat amb el pas del temps.

**2.- Dieta saludable i evitar l'obesitat:** és convenient consumir diàriament verdures i fruites, limitar el consum d'aliments que contenen greix d'origen animal (a excepció del peix), de productes lactis i altres derivats dels greixos (particularment àcids grassos saturats), limitar els

aliments hipercalòrics (rics en sucre o grassa) i les begudes ensucrades, evitar la carn processada i limitar el consum de carn vermella i d'aliments amb molta sal.

**3.- Realitzar exercici físic diàriament:** molts estudis constaten que l'activitat física regular està associada amb una reducció en el risc del càncer de còlon.

**4.- Moderar el consum d'alcohol:** existeixen evidències que el consum d'alcohol augmenta el risc del carcinoma de cèl·lules escatoses de l'esòfag i que el risc del càncer d'esòfag es redueix un 60% als 10 anys o més després de deixar de beure. Beure alcohol també s'associa fortament al risc de càncer de fetge a través del desenvolupament de cirrosi hepàtica. I també s'ha apreciat una correlació lineal amb la quantitat d'alcohol consumida i un risc elevat càncer colorectal.

**5.- Cribatge i vacunació:** existeix evidència que el cribatge del càncer colorectal en població de risc mitjà, amb prova de sang oculta en femta anual o biennal o colonoscòpia cada 10 anys, disminueix la incidència i la mortalitat per aquesta neoplàsia.

D'altra banda, atès que la infecció crònica pel virus de l'hepatitis B (VHB) explica la majoria dels càncers hepàtics i que existeix una vacuna eficaç enfront del virus de l'hepatitis B seria recomanable recomenar una vacunació universal.

### **Càncer gàstric, símptomes poc específics que dificulten el diagnòstic**

El càncer gàstric o d'estómac a Espanya té una incidència anual de prop de 7.865 casos (4.863 homes i 3.002 dones) i una mortalitat de 5.154 pacients. El risc de desenvolupar aquest tipus de càncer augmenta a partir dels 50 anys i aconsegueix el seu màxim nivell en la setena dècada de vida. A més de ser dues vegades més freqüent en homes que en dones, és el cinquè càncer més freqüent en homes.

El càncer gàstric pot ser tipus adenocarcinoma (95%) o altres tumors com a limfomes, sarcomes i melanomes que són infreqüents. "Un dels majors perills del càncer gàstric és que al no produir símptomes o que aquests són poc específics, el diagnòstic es realitza en etapes avançades o arriba com a conseqüència de proves relacionades amb altres malalties, per la qual cosa el control dels factors de risc com a tractament de la infecció per *Helicobacter pylori*, evitar una dieta rica en sal i no fumar ni consumir alcohol són fonamentals per a reduir la seva prevalença", explica la Dra. Mileidis Sant Joan Acosta.

Els símptomes del càncer gàstric més freqüents són pèrdua de pes, dolor abdominal, canvis de ritme intestinal, pèrdua d'apetit, anèmia o hemorràgia digestiva que es manifesta per femta negra o vòmits amb sang. Altres símptomes menys freqüents són nàusees i vòmits, sensació de plenitud precoç (sensació d'estar ple havent dinat molt poc) i el cansament o ascites (acumulació de líquid en l'abdomen). Per a la interpretació dels diferents símptomes és necessari una història clínica realitzada per un metge.

És important destacar el diagnòstic i tractament de la infecció per *Helicobacter pylori* en la prevenció del càncer gàstric, principalment en aquells pacients amb familiars de primer grau amb càncer gàstric. D'igual manera, la conservació dels aliments en frigorífics i una millor cocció d'aquests, les dietes riques en fruites i verdures i no consumir tabac ni alcohol són mesures preventives que redueixen les probabilitats de desenvolupar càncer gàstric i que justifiquen la tendència del descens en les últimes dècades a Espanya.

Davant la sospita de càncer gàstric, el diagnòstic requerit en la majoria dels casos és una gastroscòpia amb presa de biòpsia. A més, es completa l'estudi d'extensió amb proves amb TAC

abdominopélvic, tomografia d'emissió de positrons PET, ecoendoscopia i en alguns casos és necessari realitzar una laparoscòpia.

“La detecció precoç del càncer gàstric que permet iniciar el tractament el més aviat possible és molt important per a aconseguir bons resultats” explica la Dra. Sant Joan Acosta. Si el diagnòstic i el tractament del càncer es realitzen abans que es dissemini a altres parts fora de l'estómac, la taxa de supervivència a 5 anys és del 67%. No obstant això, si el càncer s'ha disseminat cap als teixits o els òrgans circumdants o els ganglis limfàtics regionals, la taxa de supervivència a 5 anys és del 31%. Si el càncer s'ha disseminat a una part distant del cos, la taxa de supervivència a 5 anys disminueix fins al 5%.

### **Fundació Espanyola de l'Aparell Digestiu (\*FEAD)**

La Fundació Espanyola de l'Aparell Digestiu (\*FEAD) és una institució privada sense ànim de lucre, creada i promoguda per la Societat Espanyola de Patologia Digestiva (\*SEPD) i sotmesa al protectorat del Ministeri d'Educació i Ciència. Entre els seus objectius principals destaquen promocionar la salut digestiva de la població espanyola, realitzar campanyes de prevenció de les malalties digestives mitjançant l'educació sanitària de la població, donar suport a la recerca en \*gastroenterologia i promoure la formació de qualitat dels professionals sanitaris en aquesta especialitat. Compta amb el suport i col·laboració dels més de 2.840 especialistes socis de la Societat Espanyola de Patologia Digestiva (\*SEPD).

Més informació <http://www.saludigestivo.es>

### **Laboratoris Vilardell**

Laboratoris Vilardell va ser fundada en 1934 pel Dr. Joan Vilardell Garriga en la rebotiga de la Farmàcia Vilardell, situada a Barcelona i, des de llavors, la companyia ha passat de generació en generació. És una empresa de caràcter familiar amb 85 anys d'història que treballa per a millorar la qualitat de vida i el benestar de les persones oferint solucions especialitzades per al benestar digestiu.

Més informació: <http://www.labvilardell.com>

### **Bibliografia**

Societat Espanyola d'Oncologia Mèdica (\*SEOM). Les xifres del Càncer a Espanya 2019.

Societat Espanyola d'Oncologia Mèdica (\*SEOM). Les xifres del Càncer a Espanya 2018.

Prevenció del Càncer. Pla Integral d'Oncologia a Andalusia 2007-2012.

Societat Espanyola d'Oncologia Mèdica (\*SEOM). Càncer gàstric.

Diagnòstic i tractament de la infecció per \*Helicobacter \*Pylori. \*semFyc.

**Per a més informació i gestió d'entrevistes:**



Montse Llamas (636 820 201) [mllamas@alaoeste.com](mailto:mllamas@alaoeste.com)

Sonia \*Joaniquet (663 848 916) [sjoaniquet@alaoeste.com](mailto:sjoaniquet@alaoeste.com)



**vilardell**