

El CNPC en INMOA celebra su segundo aniversario y lanza un ambicioso plan anual de prevención

Noticias 24hs | 09-02-2025 | 18:40



El Centro Nacional de Prevención del Cáncer (CNPC), parte del Instituto Médico de Oncología Avanzada (INMOA), celebró su segundo aniversario con un evento que reunió a más de 100 asistentes en Madrid. En un ambiente participativo y cercano, la jornada reforzó un mensaje esencial: la prevención salva vidas y puede marcar la diferencia en la lucha contra el cáncer.

Como parte de su compromiso con la salud pública, el CNPC presentó su programa anual de prevención ¿12-0 La Prevención vence al cáncer?, un plan diseñado para concienciar a la población y ofrecer herramientas para adoptar hábitos saludables. Cada mes se abordará un factor de riesgo diferente, proporcionando información y estrategias para reducir la incidencia del cáncer.

La próxima cita del programa será el 20 de febrero a las 18:30 h en la sede del CNPC (Calle Santa Leonor, 19, Madrid), con una charla sobre el tabaquismo titulada ¿El impacto del tabaco en la salud: cómo dejar de fumar y recuperar el bienestar?. El evento estará a cargo del Dr. José Ramón Calvo, experto internacional en extabaquismo, quien ofrecerá consejos y herramientas para aquellos que desean dejar de fumar y mejorar su calidad de vida.

Un evento de reflexión y esperanza

Durante la celebración, la Dra. Elisabeth Arrojo presentó el Ágora de la Salud y Felicidad Consciente, un espacio pionero enfocado en el bienestar físico, mental y emocional. Esta iniciativa nace de la experiencia del CNPC en sus primeros años y busca acercar la ciencia de la prevención a la vida cotidiana.

Uno de los momentos más emotivos de la jornada fue la presentación del libro ¿Desde mis cicatrices: las claves de salud y bienestar que el cáncer me enseñó?, escrito por la propia Dra.

Arrojo. En esta obra, la autora relata su experiencia con el cáncer, no solo como médica, sino también como hija y paciente.

¿Este libro es una invitación a reflexionar sobre lo que realmente importa y a descubrir que, incluso en los momentos más difíciles, siempre podemos encontrar luz y renacer con más fuerza?, expresó la Dra. Arrojo, destacando que las cicatrices no son señales de derrota, sino mapas de resiliencia y transformación.

Pequeños cambios, grandes resultados

El CNPC enfatizó que hasta un 40% de los casos de cáncer y un 80% de las enfermedades cardiovasculares y metabólicas pueden prevenirse adoptando hábitos de vida saludables. La alimentación equilibrada, el ejercicio físico y la gestión del estrés son herramientas fundamentales para una vida plena y saludable.

Como parte de esta visión integral, también se presentó el Hub de Neuroconsciencia, un espacio donde la ciencia y la práctica consciente se combinan para mejorar la gestión emocional y la resiliencia.

Con estas iniciativas, el CNPC reafirma su compromiso con la prevención y la salud, promoviendo una sociedad más consciente y preparada para combatir el cáncer desde sus raíces.

Autor: Redacción