

SUPORT ȘI INFORMAȚII

Onco-plan.ro, prima platformă online destinată persoanelor cu cancer

● Platforma lansată luni își propune să ajute persoanele diagnosticate cu cancer să își creeze propriul plan pentru a-și îmbunătăți stilul de viață și starea de sănătate pe termen lung

Onco-plan.ro, prima platformă online destinată persoanelor cu cancer, ce oferă suport și informații despre nutriție, sănătate emoțională, comunicarea cu familia și personalul medical, a fost lansată astăzi. Platforma își propune să ajute persoanele diagnosticate cu cancer să își creeze propriul plan pentru a-și îmbunătăți stilul de viață și starea de sănătate pe termen lung. Potrivit studiilor, două din 5 persoane diagnosticate cu cancer raportează pierderea apetitului și aproape 70% dintre acestea percep cel puțin o schimbare chemosenzorială. De asemenea, până la 43% dintre pacienții cu cancer se confruntă cu stres psihologic semnificativ.

Oamenii au nevoie de informații în care să poată avea încredere

Pe lângă efectele secundare ale tratamentului resimțite la nivel fizic, cancerul are un impact multidimensional asupra vieții pacienților, afectându-le nivelul de funcționalitate fizică, senzorială, cognitivă, psihologică, familială, socială și spirituală. 4 din 10 pacienți acuză scăderi ale apetitului și aproape 70% resimt cel puțin o schimbare chemosenzorială. Alte schimbări la nivel de nutriție și stil de viață raportate de pacienții cu cancer au fost modificările raportate în frecvența cu care iau masa, pierderi în greutate și sensibilități crescute la nivelul gustului. Mai mult decât atât, una din două persoane diagnosticate cu cancer se confruntă cu stres psihologic semnificativ.

„Un diagnostic de cancer poate da peste cap viața unui om, atât fizic, cât și emoțional. Oamenii afectați de această boală au nevoie de informații în care să poată avea încredere, de

resurse care să îi ajute în îmbunătățirea stării de sănătate. Pentru a atinge obiectivul de dublare a ratei de supraviețuire la 5 ani în cancerul pulmonar până în 2025, managementul multidisciplinar, asistența continuă pentru sprijin psihosocial atât pentru pacienți cât și pentru familiile lor, precum și creșterea nivelului de conștientizare a bolii sunt printre domeniile cheie de intervenție”, afirmă Cezar Irimia, Președinte Federației Asociațiilor Bolnavilor de Cancer din România.

Onco-plan.ro

Onco-plan.ro este o nouă platformă digitală dezvoltată de MSD Romania în parteneriat cu Federația Asociațiilor Bolnavilor de Cancer, ce ajută persoanele cu cancer să preia inițiativa în crearea unui plan de gestionare a provocărilor emoționale, de sănătate și comunicare ce apar în urma unui astfel de diagnostic. „Onco-plan.ro este o resursă valoroasă în contextul unui diagnostic de cancer, pacienții având nevoie de informații adecvate pe măsură ce termină tratamentul și caută să își îmbunătățească starea de sănătate pe termen lung. Nimeni nu ar trebui să treacă singur printr-un diagnostic de cancer. Platforma ajută persoanele cu cancer și pe apropiații lor să se implice în crearea unui plan de gestionare a provocărilor emoționale și de sănătate, oferind informații despre nutriția adecvată, mecanismele de gestionare a unui astfel de diagnostic și strategiile de comunicare eficiente cu cei din jur. Acest proiect este inspirat de angajamentul MSD de a crește nivelul de informare privind sănătatea în rândul populației și a pacienților din România, ajutându-i astfel să acceseze mai facil



serviciile sistemului de sănătate, să înțeleagă importanța prevenției în cancer, să caute diagnosticare timpurie și să respecte schema de tratament”, declară și Nicolas Renard, managing director MSD Romania.

Comunicarea și stresul emoțional

Comunicarea cu o persoană cu cancer este o problemă delicată și trebuie tratată cu grijă și considerație pentru persoana în cauză. Pacienții pot experimenta sentimente de furie ori frustrare atunci când primesc diagnosticul de cancer este foarte important ca, începând din aceste momente, pacienții să primească suportul familiei și al aparținătorilor. „În aceeași măsură, relația doctor-pacient este un aspect esențial atunci când vor-

bim despre această boală. Comunicarea în contextul unui diagnostic de cancer este o abilitate cheie. Pacientul trebuie să se simtă liber să pună cât mai multe întrebări, să găsească empatie și încredere reciprocă în relația cu medicul său, având un sentiment de suport continuu”, afirmă prof. dr. Dégi László Csaba, psiho-oncolog, președintele Asociației Române de Servicii și Comunicare în Oncologie.

Nutriția

De asemenea, supraviețuitorii trebuie încurajați să ducă și să mențină un stil de viață sănătos, întrucât cercetările au demonstrat clar că un stil de viață sănătos nu este asociat numai cu o mai bună sănătate fizică, ci și cu o calitate mai bună a vieții și

o speranță mai mare de viață, în general. Nutriția este un element cheie în gestionarea corectă a cancerului. Atât boala în sine, cât și tratamentul afectează toleranța nutrițională individuală, motiv pentru care planul de nutriție trebuie personalizat pentru fiecare pacient. „Este o greșală frecventă ca pacienții cu cancer să adopte o dietă săracă în calorii și proteine, care deseori duce la scăderea în greutate. De vreme ce acest lucru nu este un rezultat recomandat, este important ca aceștia să primească sfaturi corespunzătoare, precum și să urmeze o dietă echilibrată și diversificată, cu preparate sănătoase care să îi ajute să își păstreze forța fizică pe durata curelor de tratament”, explică dr. Ruxandra Pleșea, medic specialist diabet și nutriție.

Relații interetnice în presa din secolul al XIX-lea

Asociația „Brassói Lapok” din Brașov a lansat pagina web a proiectului Binomul identitate-alteritate în presa secolului al XIX-lea. Relații româno-maghiare în presă, proiect co-finanțat de AFCN. Cercetarea a avut ca miză scoaterea la lumină, sistematizarea cronologică și digitizarea articolelor din presa scrisă din sudul spațiului transilvan (județele Sibiu și Brașov) începând cu pașoptismul (1848) și până la Marele Război (1914), menite să concretizeze imaginea Celuilalt, a alterității, pornind de la coordonatele conflictului româno-maghiar din această perioadă. Prin abordarea sa, „Brassói Lapok” a urmărit maniera în care presa sibiană și brașoveană (s-au avut în vedere cele mai populare, influente și longevive publicații românești, maghiare și săsești), a surprins și a analizat evenimente interculturale benefice pentru spațiul sud-transilvănean, dar și conflictele cu caracter etnic. Concret,

interesul s-a concentrat asupra discursului propagandistic sau conciliant al presei, care a fost studiată și digitizată.

S-a considerat că un asemenea demers științific este absolut necesar pentru perioada în care trăim și pentru golul care trebuie umplut privitor la natura relațiilor româno-maghiare. Pentru ca globalizarea și europenizarea să nu fie doar clișee, ci să reprezinte o intenție comună, ca toate etniile să fie tratate în mod egal. În acest sens, trecutul relațiilor interetnice trebuie cercetat și adus la lumină. Inițiativa celor de la „Brassói Lapok” s-a derulat în două etape. Într-o primă fază, membrii echipei de proiect au desfășurat o activitate arhivistică și au contabilizat, prin documentare la fața locului (în cele două județe-țintă, Sibiu și Brașov), în arhive, biblioteci, case memoriale, dar, mai cu seamă, secția de periodice a Bibliotecii Naționale „Széchenyi” din Budapesta, unde se

conservă cel mai bogat material publicistic în limbile română, maghiară și germană. Astfel s-a alcătuit o bază de date cu principalele reviste ?i ziare care au abordat în epocă problematica româno-maghiară, obținându-se, astfel, într-o fază de început, o viziune exhaustivă asupra atitudinii presei scrise din sudul Transilvaniei în fața Străinului sau a ceea ce au considerat autorii textelor publicistice că ar reprezintă Străinul în epocă.

S-a avut în vedere un număr de peste 1200 de publicații, în care s-au identificat texte a care abordează fie din perspectivă conciliantă, fie conflictual relațiile româno-maghiare. Lectura textelor publicistice a lărgit binomul româno-maghiar, pentru că în discuție intra și etnia săsească, plasată, în istoria conviețuirii sale brașovene, în relații conflictuale succesive sau concomitente, fie cu românii, fie cu maghiarii. Periodicele consultate au fost urmă-

toarele: Gazeta Transilvaniei, Glasul Ardealului, Deșteptarea, Orientul latin, Poșta română, Cocoșiu-Roșu, Transilvania, Tribuna, Telegraful român, Foiaia poporului, Țara noastră, Calicul, Posnașul – în limba română; Brassó, Brassói Hírlap, Brassói Híradó, Brassói Magyar Újság, Brassói Újlap, Nemere - în limba maghiară; Sattelit, Siebenbürger Wochenblatt, Blätter für Geist, Backmüth und Vaterlandsstunde, Kronstädter Zeitung, Hermannstädter Zeitung - în limba germană.

Metoda de cercetare a constatat în ancorarea atenției în jurul momentelor istorice relevante pentru trecutul Transilvaniei (aria de cercetare a delimitat o geografie istorică și culturală, în care presa, singurul mijloc de comunicare în masă în secolul al XIX-lea a contribuit la edificarea unei matrice identitare, a unei identități regionale) și care au jalonat existența diferitelor

etnii, determinând o forma mentis specifică mediului intercultural transilvan.

Articolele dedicate relațiilor româno-maghiare în presa sibiană și brașoveană din a doua jumătate a secolului al XIX-lea și începutul secolului al XX-lea pot fi consultate pe siteul [www. presadeiericuochi-ideazi.ro](http://www.presadeiericuochi-ideazi.ro).

