

SECCION CULTURAL

MUJERES QUE VENCEN AL CANCER (*)

Roberto Sancho Alvarez

María Ester tenía dos hijos y un mundo lleno de ilusiones que fueron truncadas por un cáncer que le quitó la vida. Ella pudo salvarse y ver crecer a sus hijos pero pensaba que su madre y abuelas, jamás se practicaron exámenes como el Papanicolau o el autoexamen de mama y nunca les pasó nada. Por eso las autoridades médicas de la Caja Costarricense del Seguro Social, insisten en que las mujeres deben cambiar algunos hábitos para mejorar su calidad de vida. Diariamente, niños, jóvenes y adultos sufren la pérdida de su madre, hermana, esposa o hija. El Dr. Danilo Medina Angulo, especialista en Ginecología Oncológica y Asesor de la Presidencia Ejecutiva de la C.C.S.S., expresó que entre octubre hasta diciembre 1998, el labo-

ratorio Nacional de Citologías analizó más de 30 mil muestras de citologías vaginales. De estas muestras, se diagnosticaron a 18 mujeres con cáncer cifra que supera las expectativas de años anteriores, gracias a los métodos más precisos de detección con que actualmente cuenta la C.C.S.S. A la vez, los nuevos sistemas de detección permite tener datos muy importantes, para definir las políticas de atención y prevención del cáncer de cérvix. Sólo en 1997, 416 mujeres fallecieron víctimas del cáncer en nuestro país, es decir, un promedio de una mujer por día. De ese total, el cáncer de mama fue el responsable de la muerte de 166 mujeres, mientras que el útero acabó con la vida de otras 147. El

Dr. Medina explicó que en Costa Rica gran cantidad de mujeres son jefas de hogar. Para aquellas que tienen la desdicha de enfermarse de cáncer, si no se tratan a tiempo, pueden sufrir incapacidades parciales o permanentes o, incluso, la muerte. El Dr. Jorge Keith Aguilar, Director del Plan Nacional de Prevención y Atención Integral del Cáncer, indicó que, en lo que respecta al cáncer de cérvix, la tasa de mortalidad es de 8.5 por cada 100 mil mujeres. Esta cifra aumenta en el cáncer de mama a 8.8 por cada 100 mil mujeres. Al respecto, el Dr. Medina Angulo enfatizó que el cáncer ginecológico es totalmente prevenible. Para ello, es necesario que las mujeres cambien su estilo de vida, mantengan

* Visita al ginecólogo, uno de sus secretos

una dieta balanceada, hagan ejercicios, no fumen ni tomen bebidas alcohólicas, tengan responsabilidad sexual, usen adecuadamente los métodos anticonceptivos y lleven un control periódico con su ginecólogo.

A LARMAS DEL ORGANISMO:

Si usted sangra por el pezón, presencia cambios de color o úlceras en la piel, inclusive, si tiene un tumor en las mamas y éste aumenta de tamaño -aunque no le duela-, acuda inmediatamente a su centro médico. El doctor Medina señaló que las mujeres que se encuentran en edad reproductiva, de-

ben observar cualquier cambio en su menstruación, aumento de tamaño del bajo vientre o cambio en el peso y hábitos alimenticios. Además deben estar atentas por si se presentan sangrados irregulares después de las relaciones sexuales o infecciones de virus como el Papiloma Humano, enfermedades venéreas y otras enfermedades debilitantes. Si usted ya entró en el período menopáusico, tome en cuenta que, cualquier sangrado, después de un año de dejar de tener menstruaciones, y si no toma hormonas, ese sangrado es totalmente irregular y debe ser estudiado a la mayor brevedad posible, pues podría tratarse de enfermeda-

des del endometrio, ovarios o cuello de la matriz que podrían ser malignos. El doctor Medina sugirió que toda mujer mayor de 50 años, con más de un año de no menstruar y que no esté tomando hormonas, debe ser examinada por un ginecológico, para evitar el desarrollo de tumores y otros problemas que pudiera ocasionarles serios trastornos de salud. Costa Rica cuenta con uno de los sistemas de salud más avanzados de Latinoamérica para prevenir la muerte de mujeres por causa del cáncer, es importante que todas las mujeres tengan controles periódicos con el ginecólogo y no esperar a estar embarazadas para visitar al especialista.