

No debes permitir que te fumen

ES NECESARIO DARNOS CUENTA QUE EL CÁNCER MAMARIO NO ES UNA ENFERMEDAD QUE SEA EXCLUSIVA DE LAS MUJERES. UNO DE CADA CIENTO CASOS OCURRE EN LOS VARONES.

ADÁN ECHEVERRÍA

Cada año se diagnostican a nivel mundial 10 millones de personas con cáncer. El primer lugar es el cáncer de pulmón. Y el segundo lugar ya lo ocupa el cáncer mamario. Es necesario darnos cuenta que esta enfermedad no es exclusiva de las mujeres. 1 de cada 100 casos ocurre en los varones. La cifra contundente es que 1 de cada 3 personas va a morir una vez que ha sido diagnosticada, esto es algo de lo que nos vino a contar la Dra. Lizbeth López Carrillo, química epidemióloga, investigadora y profesora del Instituto Nacional de Salud Pública en Cuernavaca, Morelos.

En México se diagnostican con cáncer mamario 14 mil mujeres al año, esto implica 38 casos diarios. En Yucatán, como en todo el país, este tipo de cáncer está desplazando al cáncer cervicouterino, porque a este último ya tenemos con qué prevenirlo (vacunas, uso del condón), pero con el cáncer mamario aun no.

Para hablarnos de esta enfermedad la Dra. López Carrillo comparó a los estrógenos con una ventanita, cuyo tamaño está definido desde el nacimiento. Una mujer tiene determinada producción de estrógeno en su vida. Pero ocurre que esta ventana se va ampliando cuando las mujeres maduran biológicamente temprano, llegando a tener su menstruación a los 9 años, esto amplía el tiem-



FOTOS: AGENCIAS

La Dra. Lizbeth López Carrillo presentó el seminario Epidemiología del Cáncer Mamario, en el Centro de Investigaciones y de Estudios Avanzados (Cinvestav) Unidad Mérida.

po de exposición a estas hormonas. El tipo de vida actual que la mujer tiene, en su desempeño social, la decisión de tener menos hijos, la lactancia durante menos tiempo, o el embarazarse a una edad mayor, incluso el no tener familia, pudiera igual ampliar esa producción de estrógenos que incide en la aparición del cáncer. Todas son hipótesis que tienen que ser probadas.

Hay que ir sumando la exposición a tanto estrógeno exógeno (que viene de fuera: uso de plásticos, maquillajes, anticonceptivos, cremas corporales) también podría estar interactuando con la susceptibilidad genética de las mujeres permitiendo un balance negativo y entonces, este cáncer que se presentaba en mujeres más añosas, se esté presentando más temprano. Las mujeres también están expuestas al humo producido por cigarros, comidas rápidas como carnes asadas, pollos al carbón donde se encuentran compuestos como el benzo(a)pireno, un demostrado cancerígeno; todos factores de riesgo. La Dra. recalcó que son hipótesis que necesitan probarse, necesita hacerse la investigación.

La prevención se entiende en dos niveles, primaria y secundaria. La primaria es qué puedo hacer para que no tenga cáncer, y la secundaria que tengo que hacer para tener una mayor sobrevivencia. Para prevención primaria es necesario que no aumente el peso, en particular en la me-



Ya no podemos fumar
Ni en escuelas, ni en hospitales, ni en oficinas públicas.

Han evaluado algunos compuestos

► QUÍMICOS QUE SE ENCUENTRAN MUY LIGADOS AL HUMO DEL TABACO, Y QUE HAN SIDO CARACTERIZADOS COMO CARCINÓGENOS.

Quieren determinar los metabolitos

► PARA EVALUAR SI ESE PERFIL METABÓLICO DE LAS MUJERES CON CÁNCER MAMARIO DIFIERE Y EN QUÉ DIFIERE DE LAS QUE ESTÁN SANAS.

La legislación

► NO PROTEGE A LAS MUJERES QUE ESTÁN EXPUESTAS AL HUMO DEL CIGARRO EN SUS HOGARES.

Porque sus esposos fuman

► SUS PAREJAS FUMAN, SUS HIJOS FUMAN; INCLUSO EN NIÑOS Y NIÑAS PORQUE SUS FAMILIARES FUMEN.

nopausia, y hacer ejercicio toda la vida: caminar, natación, pilates. El consumo de estrógenos buenos que encontramos en las ensaladas. Y aún con esto no estamos a salvo, ya vimos que hay otros factores de riesgo. La obesidad infantil en Yucatán, pudiera ser un paso para el cáncer mamario en mujeres jóvenes, por ello es necesario implementar desde la infancia el interés por el ejercicio y la buena alimentación.

Para la prevención secundaria, depende del diagnóstico temprano. No es lo mismo detectar que diagnosticar. Se puede detectar una bolita en el seno, pero esa bolita tiene que ser diagnosticada, incluso por una biopsia. Y es necesario entender esta enfermedad dentro del contexto social. Que las mujeres, las niñas entiendan que la detección es algo que debe ser inherente a su vida. Que las mujeres casadas tienen que dialogar con su pareja, que ellos participen en esa revisión de los senos. El diagnóstico temprano es sumamente importante para poder manejar la enfermedad.

La Dra. López Carrillo, presentó el seminario Epidemiología del Cáncer Mamario, en el Cinvestav Unidad Mérida, a invitación hecha del Dr. Gerardo Gold-Bouchot, como un primer acercamiento con esta comunidad de investigadores con las que se vislumbra la realización de una serie de estudios acerca de estos factores de riesgo.



Niños y niñas fuman porque sus familiares lo hacen en el hogar.



Fumadores pasivos y activos tienen un cáncer reportado como de tasa media.



Hoy se conoce como ocurre la relación entre el cáncer y el humo del tabaco.



En los fumadores pasivos la tasa de enfermos de cáncer es altísima.