



la lotta al cancro non ha colore



# Screening

Jugamos de antemano contra el cáncer

# Por qué este folleto?

El término **“screening oncológico”** o cribado indica aquellos exámenes que permiten individualizar en modo precoz la aparición de tumores. Estas pruebas se realizan a personas aparentemente sanas: que no presentan ni signos ni síntomas de cáncer. Menos del 50% de las mujeres inmigrantes residentes en Italia se realiza el pap-test para descubrir en modo precoz el tumor del cuello del útero. Así como el 43% realiza la mamografía: un examen fundamental para individualizar de antemano el cáncer de mamas. Son datos muy lejanos a las costumbres de las coetáneas nacidas en este país: el 72% visita frecuentemente al ginecólogo para realizar el pap-test y el 73% participa a los programas de screening mamográfico.

## **Pero, qué cosa son estos exámenes? En qué consisten y qué características tienen? Cuánto cuestan?**

Este folleto ofrece mayor información sobre los tres programas de screening actualmente activos en Italia, creados para jugarle de antemano a los tumores de mamas, de cuello uterino y de colon. Estos son exámenes importantísimos para la salud: datos científicos demuestran que la tasa de incidencia de estas enfermedades, es decir los nuevos casos, está estrechamente relacionada con las posibilidades de las pacientes de realizar pruebas preventivas.

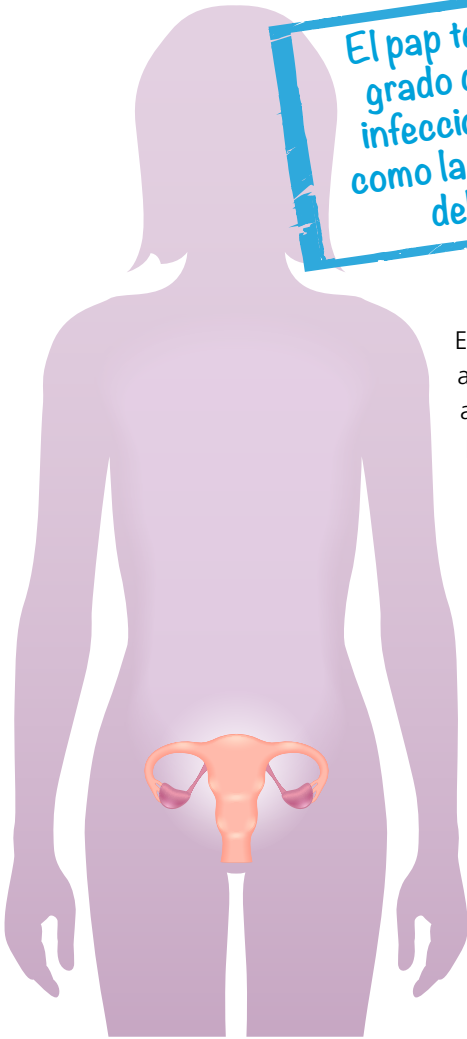


## Quiénes somos

La fundación **Insieme Contro il Cancro** es un ente sin fines de lucro, nacida para combatir el cáncer a 360 grados que realiza campañas de comunicación y de educación a la población; actividad de investigación; prevención (como estilo de vida sano y screening o cribado) diagnóstico; y cura, rehabilitación y reinserción social de enfermos oncológicos.

# El Pap Test o Papanicolau

El pap test es un simple examen en grado de diagnosticar eventuales infecciones bacterianas o fúngicas, como la *Candida*, y tumores del cuello del útero (o *cervix uterino*).



El cáncer de cuello de útero hasta hace algunos años era segundo en difusión luego del tumor al seno pero, gracias a una fuerte operación de prevención, actualmente bajó al cuarto lugar en las estadísticas de tumores femeninos más frecuentes.

## ✓ Cómo se lleva a cabo?

Se recoge una pequeña cantidad de células por descamación del cuello del útero para luego examinarlas en el laboratorio. Esta maniobra viene efectuada por un ginecólogo, dura entre 5 y 10 minutos y generalmente no causa dolor, aunque para algunas mujeres puede generar cierto fastidio dependiendo de la sensibilidad individual:

- durante el examen se introduce delicadamente en la vagina un instrumento, llamado **espéculo**, que se utiliza para dilatar las paredes y hacer visible el cuello del útero.

- con una espátula se recogen células de la superficie externa y luego con un pequeño cepillo se realiza una segunda remoción en el interno del canal cervical.



✓ Una vez terminado no es necesario un período de observación, al menos que el personal que ha realizado el examen indique lo contrario. Entonces, la paciente se puede vestir e irse a su casa. Los resultados serán luego comunicados en algunos días.

✓ Los ginecólogos aconsejan hacer este test por primera vez **entre los 20 y los 25 años** pero, en el caso en el cual la actividad sexual tenga inicio antes de los 18 años, es oportuno anticiparlo.

✓ **Se debe hacer lejos de: menstruación o regla, relaciones sexuales y lavajes vaginales. El estudio se debe realizar en un período que va desde el día 3 a 5 luego de la menstruación y 3 a 5 días antes de la siguiente regla.**

✓ El pap-test está indicado **cada tres años** aunque, en caso de prescripción médica, se puede realizar más seguido.

## EL SCREENING

En Italia hay programas activos de screening organizados a nivel regional, que invitan a las mujeres, en edad crítica, a realizar el pap-test gratuitamente. Si aún no has recibido la carta infórmate en tu Azienda Sanitaria Locale (ASL).





## EL PAPILOMA VIRUS



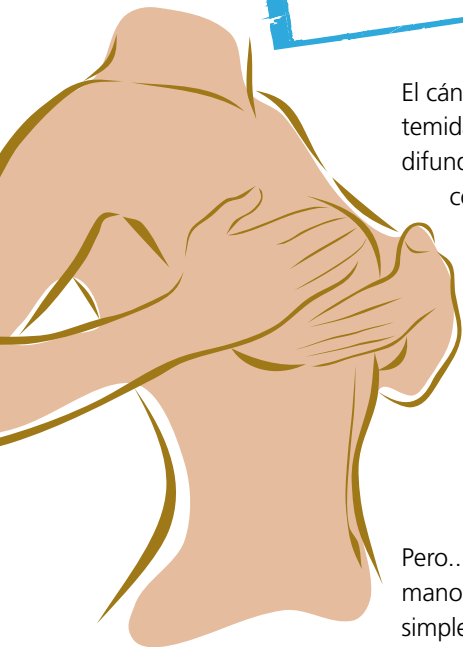
Recientes estudios científicos han demostrado que los tumores de cuello uterino son causados por un virus en particular, llamado Papiloma virus o Virus del Papiloma Humano (HPV), que se transmite mediante relaciones sexuales, también en el caso de relaciones incompletas. Las células objetivo del virus son aquellas de la piel y de las mucosas, que se regeneran continuamente. Dependiendo del lugar de la infección y del tipo de HPV, pueden formarse sea verrugas sobre la piel que papilomas sobre las mucosas.

Hay que recordar que muchas infecciones de papiloma tienen una regresión espontánea sin causar ningún daño, aunque sería oportuno no correr el riesgo. Para evitar el contagio del HPV se crearon vacunas que permiten reconocer previamente la enfermedad y prevenir al cuerpo ante un posible contacto con el virus. En toda Italia se pueden vacunar gratuitamente las mujeres a partir de los 12 años de edad: para mayor información dirígete a la ASL o preguntalo a tu médico. La administración se realiza por vía intramuscular, en el brazo, y se compone de tres dosis (luego de la primera, otras dos a distancia de 2 y 6 meses). La vacuna también es fundamental para tutelar la salud de los jóvenes. Un tercio de todos los casos de HPV afectan a los hombres que, en cambio, no disponen de exámenes para verificar la presencia del virus y sus consecuencias (como el pap-test de las mujeres). Son cada vez más los países que recomiendan la vacuna también a los jóvenes. La franja de edad indicada para los hombres va desde los 9 a los 26 años, mientras que para las mujeres va desde los 9 hasta los 45 años. Es importante protegerse lo antes posible, o sea, antes del inicio de la actividad sexual.

**Cuidado:** también las mujeres vacunadas deben realizar el pap-test.

# La mamografía

La mamografía es un examen que diagnostica la presencia de un eventual tumor al seno.



El cáncer de mamas es una de las enfermedades más temidas por las mujeres, y es el tipo de cáncer más difundido en el sexo femenino. Es una formación de tejido constituido por células que crecen de manera anormal e incontrolada al interno de la glándula mamaria. Puede ser:

- **non invasivo**, cuando las células crecen solamente dentro del órgano (conductos, pezón, etc.), y en este caso se habla de carcinoma in situ;
- **invasivo**, cuando las células logran propagarse más allá del punto de origen. Este es el tipo más común y representa el 70-80% de los casos.

Pero... conocer el problema nos permite jugar de ante mano. De hecho, se pueden instalar comportamientos simples para reducir drásticamente el riesgo de enfermarse, como **la mamografía**: el instrumento más importante para el diagnóstico precoz, un arma fundamental en la prevención del tumor, que si se descubre temprano es curable en más del 90% de los casos!

## ✓ Cuáles son las señales a las que debemos prestar atención?

Un bulto palpable generalmente es la prima señal de alarma. Si tocando el seno se advierte una masa dura o nódulo, si se ven secreciones del pezón o cualquier otra cosa anormal, es siempre oportuno visitar el médico. De hecho, es muy aconsejable realizar la autopalpación del seno y en el caso en el que se percibe:

- un nódulo duro en el seno o en la axila (generalmente no doloroso y unilateral)



- hinchazón del seno
- la piel de la mama con aspecto de piel de naranja o irritada
- una modificación del tamaño o de la forma del seno
- modificaciones en la forma o en el color del pezón

**consulte inmediatamente a un especialista!**

## ✓ Qué cosa es la mamografía?

La mamografía es un examen radiológico que no evita el desarrollo de la enfermedad pero, permite individualizar el cáncer cuando aún se encuentra en un estadio inicial. Gracias a esta prueba el 25% de los tumores diagnosticados tienen un tamaño inferior a 2 cm: de este

modo es posible intervenir con la mayor eficacia. Hasta el 70-80% de las neoplasias descubiertas durante el screening tiene la posibilidad de ser tratadas con suceso.



## ✓ Cómo se efectúa la mamografía?

La mamografía se realiza generalmente de pie, con el seno desnudo, apoyando una mama a la vez sobre una plataforma especial de altura regulable.

### EL SCREENING ✓

En Italia están activos programas de screening organizados por las ASL que envían cada 24 meses una carta a las mujeres "in target", que corresponden a aquellas de entre 50 a 69 años de edad.



La máquina efectúa una ligera compresión sobre la glándula de modo de lograr una mejor calidad a la imagen. La radiografía dura pocos minutos y podría requerir también un examen clínico del seno. Se realiza en "doble proyección" (desde arriba y lateralmente) y los resultados son analizados por dos radiólogos por separado, para asegurarse la mayor precisión posible. En caso de resultado positivo, generalmente se dispone a repetir la mamografía y a realizar una ecografía junto a un examen clínico. La mamografía evidencia bultos, microcalcificaciones y nódulos desde tamaños muy pequeños (pocos milímetros)! **La dosis de rayos X utilizada es muy baja** y los posibles riesgos son decididamente inferiores a los beneficios.

El cáncer de mamas es una enfermedad hereditaria? ✓

Se calcula que solo un caso sobre 10 depende de factores hereditarios, aunque la genética es seguramente importante. La aparición de tumores es debida a una alteración funcional de uno o más genes o, en la mayor parte de los casos, a una mutación de las bases simples que componen la estructura del gen mismo. Afortunadamente no es suficiente la transformación de uno solo, sino que, en general son necesarias 5 o 6 mutaciones en diferentes genes de una misma célula para desencadenar la enfermedad.



# La prevención del cáncer de colon

El colon y recto (intestino grueso) constituye la parte final del aparato digestivo.

Colon



Se trata de un órgano hueco de casi 1,5 m de longitud, cuyas paredes están formadas por varias capas concéntricas. La más interna de ellas se llama túnica mucosa y contiene numerosas glándulas formadas por células epiteliales que secretan moco. El tumor colorrectal se origina en estas células epiteliales que tapizan toda la superficie mucosa del órgano.

Desafortunadamente, **generalmente este cáncer no genera síntomas particulares**, al menos en la

primera fase y, en la mayor parte de los casos, deriva de la transformación de pólipos benignos

en malignos. Estos pólipos son pequeños bultos, de por sí benignos, formados a partir de la multiplicación incontrolada de las células de la mucosa intestinal. Desde hace años se dispone de dos pruebas que permiten detectar la patología de forma precoz. La primera es la **búsqueda de sangre oculto en las heces (SOH)** y la segunda se llama **rectosigmoidoscopia**.

La investigación ha demostrado que estos dos exámenes de cribado pueden incidir significativamente sobre la evolución del tumor, descubriéndolo anticipadamente:

- ✓ la búsqueda de sangre oculta en las heces individualiza **lesiones precancerosas o pólipos** que podrían liberar sangre, no perceptible a simple vista.
- ✓ En los últimos años se puso a punto una nueva técnica, llamada rectosigmoidoscopia (RSC), muy importante porque puede identificar fácilmente el cáncer en la parte final de intestino (recto y colon sigmoide), sitio donde se desarrolla cerca del 70% de las patologías tumorales del recto y colon. Además, durante la RSC es posible remover directamente eventuales pólipos. **Está indicada una sola vez, entre los 58 y los 60 años** y si resulta negativa, no debe repetirse. A partir de los estudios realizados se vio que los resultados negativos dan protección durante más de 10 años.



## EL SCREENING

El mismo prevé la búsqueda de sangre oculto en las heces cada 24 meses, gratuitamente, por medio de invitación por carta de la ASL; para los hombres entre los 50 y los 70 años y para las mujeres hasta los 74 años. En caso de resultado positivo, se aconseja realizar rápidamente una colonoscopia.





## Pero el cáncer se combate también con la alimentación...

En la prevención de tumores, en particular el de colon, se revelaron particularmente eficaces las verduras, especialmente aquellas fresquísimas. Por ejemplo, el brócoli es rico de principios benéficos. Es útil dar la preferencia a todos los tipos de coliflor, a los vegetales de hojas verdes (espinacas, acelga) y a aquellos amarillos-naranjas (zanahoria, calabazas) que contienen carotenos y vitamina C (antioxidantes). Son muy útiles también los bulbos como cebollas, ajo y puerro. Entre la fruta son preferibles aquellas naranjas, y evitar las que son muy azucaradas. Los alimentos que se tendrían que reducir son: la carne roja, la sal y las bebidas alcohólicas.

## ... y apagando el cigarrillo

Está casi asegurado el vínculo presente entre el fumar y el desarrollo del cáncer de colon. Según un estudio americano, del cual participaron más de 184.000 personas, quien tenía el hábito de fumar corría un riesgo mayor en un 27% de desarrollar la enfermedad, respecto a quien no fumaba. El peligro disminuía ligeramente para las personas que habían logrado dejarlo, aunque no mucho: quedaba igualmente un 23% de riesgo. Es el tiempo quien hace la diferencia, más tiempo se ha fumado, más el organismo estuvo expuesto a sustancias nocivas. Dejar de fumar lo antes posible es, por lo tanto, fundamental: el riesgo, disminuye progresivamente desde el día en el cual se ha fumado la última vez. Si se hace antes de los 40 años, el peligro para el colon parece desaparecer. Si se logra más tarde, en cambio, se debe esperar unos 30 años para ver la probabilidad reducida a la par de quien no ha encendido nunca un cigarrillo.



- El término “screening oncológico” indica los exámenes que se deben realizar para individualizar en modo precoz la aparición de tumores. Estos test se realizan a personas aparentemente sanas, esto es, que no presentan signos ni síntomas de cáncer. En Italia están activos distintos programas de screening gratuitos para tres tipos de tumores: cuello uterino, mamas y colon

- El pap-test es un simple examen en grado de identificar posibles infecciones bactericas o fúngicas, como la candida, y tumores del cuello del útero (cérvix uterino). Se toma una pequeña cantidad de células por descamación de la pared del cuello del útero para examinarlas en el laboratorio.

Esta maniobra es realizada por un ginecólogo y dura 5 a 10 minutos. Está indicado a partir de los 20-25 años y debería repetirse cada tres años

- La mamografía es el instrumento más importante para el diagnóstico precoz de cáncer de mamas. Es un examen radiológico que permite individualizar la enfermedad cuando se encuentra aún en un estadio inicial. La ASL (Azienda Sanitaria Locale) envía una carta cada dos años a las mujeres de entre 50 y 69 años de edad, que invita a realizar el screening

- Para el cáncer de colon existen dos test en grado de descubrir precozmente la enfermedad, la que, desafortunadamente, no ofrece síntomas en las primeras fases. El primero es la búsqueda de sangre oculta en las heces (SOH) y el segundo es la rectosigmoidoscopia. El screening se basa sobre la búsqueda de sangre oculto en las heces cada 24 meses, gratuitamente, a partir de la invitación de la agencia sanitaria local (ASL), para los hombres entre los 50 y 70 años y para las mujeres hasta los 74 años. En caso de resultar positivo se aconseja de realizar rápidamente una colonoscopia