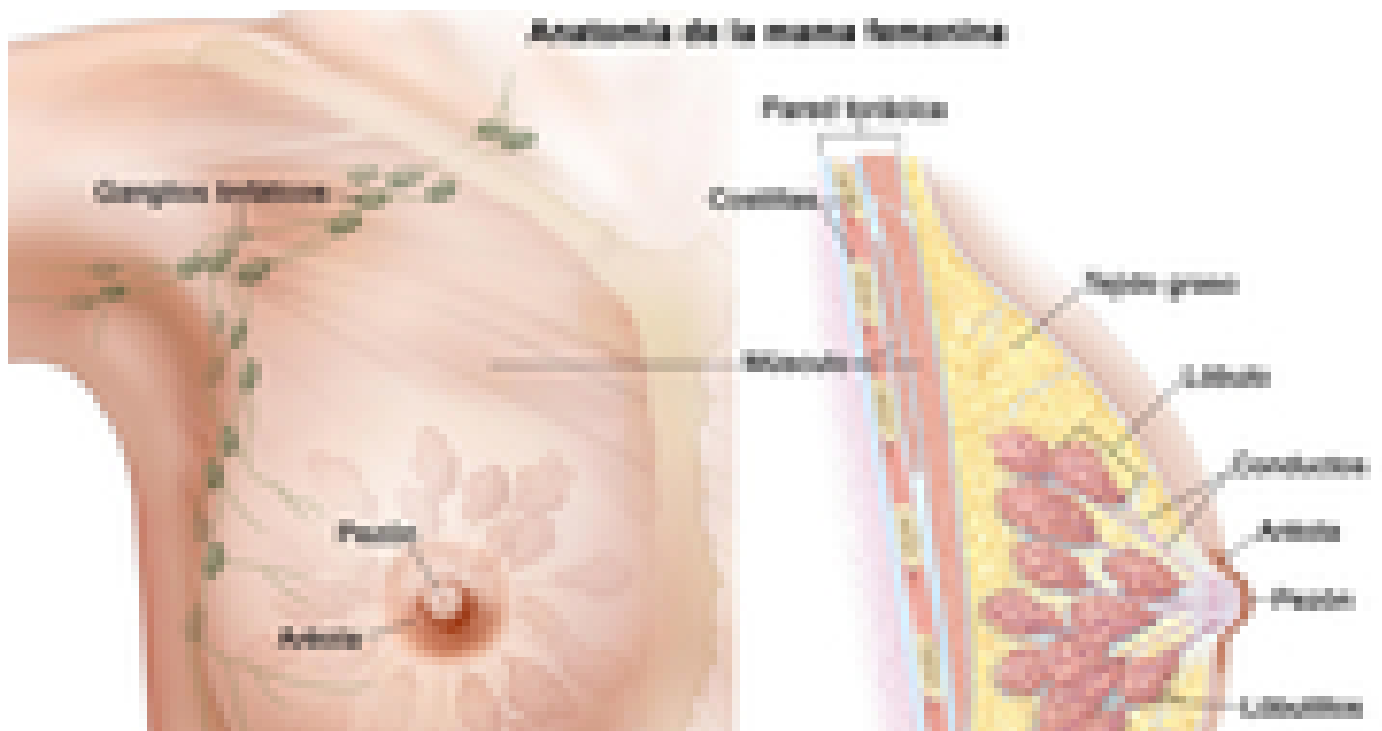




Decenas de mujeres se reunieron para conocer sobre el cáncer de mama, piel y cérvix

16 NOV 2015 Salud



El cáncer de mama ocupa el primer lugar en la tasa de mortalidad según datos de la Caja Costarricense del Seguro Social sobre el cáncer en mujeres del país (foto tomada de <http://www.cancer.gov>).

Decenas de mujeres sobrevivientes al cáncer, especialistas en el tema y diversas asociaciones de apoyo se reunieron para conocer sobre mitos y realidades del cáncer de mama, piel y cérvix. La actividad se llevó a cabo en el marco del I Encuentro del Foro Permanente sobre Cáncer en Mujeres de Costa Rica que tuvo lugar en el auditorio del edificio de Educación Continua de la Universidad de Costa Rica (UCR).

En el foro, más allá de los mitos y realidades sobre el cáncer, **se abogó por una mejor educación sobre el tema para así disminuir el riesgo de padecer estas enfermedades.**

“El cáncer no es una sentencia de muerte”, expresó la especialista en Oncología, Yoleny Calvo Chaves, quien expuso sobre los principales mitos creados alrededor del cáncer de mama.

Calvo explicó que la mejor manera de prevenir cualquier tipo de cáncer es poseer buenos hábitos alimenticios, realizar ejercicio y llevar en general una vida saludable, ya que **uno de los principales detonantes de esta enfermedad es el sobrepeso; sin embargo, aseguró que nadie está exento a padecerlo. Del total de los casos de cáncer de mama detectados sólo entre el 5 % y el 10 % son de origen genético.**

Incidencia de Tumores malignos más frecuentes según localización anatómica, Costa Rica 2012
(Tasas estandarizadas por edad por 100.000)

LOCALIZACIÓN	Nº	TASA
Piel	2492	13,8
Próstata	1838	10,2
Mama	1807	10,1
Cérvix	816	4,5
Estómago	768	4,2
Tronco	509	2,8
Cólon	446	2,5
Sistema Hematopoyético	387	2,1
Cáncer Indefinido	374	2,1
Páncreas	301	1,6

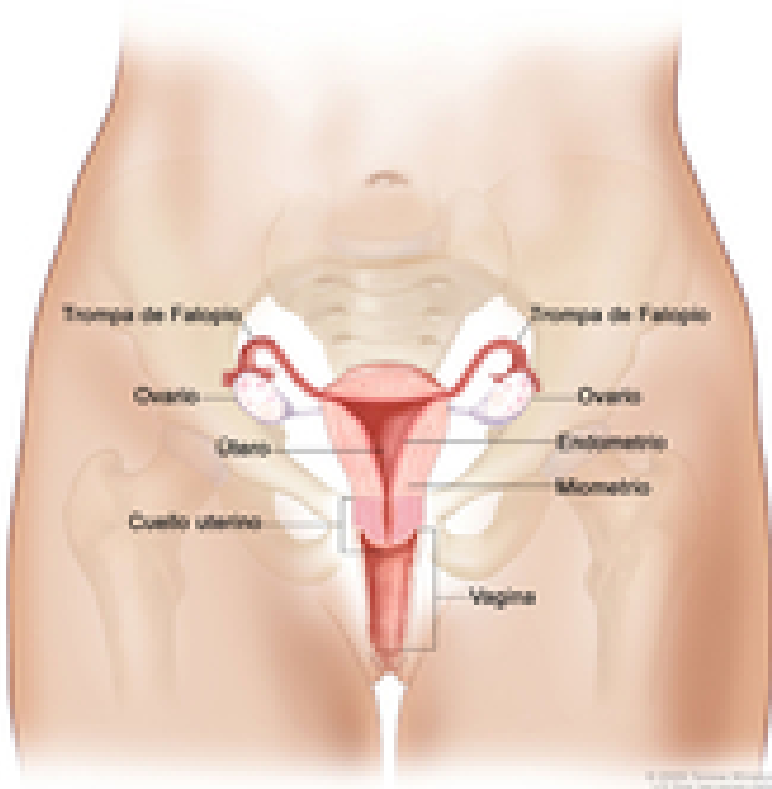
El cáncer de piel se encuentra en el primer lugar de incidencia en el país. Sin embargo, en mujeres el que posee mayores índices de mortalidad es el cáncer de mama (Fuente Registro Nacional de Tumores, Ministerio de Salud).

“Tenemos que ponernos las manos no en el corazón, si no en los pechos”, dijo Calvo al referirse a la importancia de realizarse el autoexamen y la mamografía, y además de la necesidad que existe de educar y concientizar a las mujeres costarricenses sobre el tema.

Sobre el cáncer de piel, la dermatóloga Alejandra Fumero fomentó el uso de bloqueador solar en las personas jóvenes, y la urgencia de sensibilizar a la población acerca del peligro que significa esta enfermedad, ya que ocupa el segundo lugar en muertes por cáncer.

“La factura de piel se cobra antes de los 18 años, es mejor protegernos del sol que de la lluvia”, expresó Fumero.

Entre las recomendaciones para el cuidado de la piel, la dermatóloga recomendó el uso de jabones y cremas hidratantes de olor y color neutro, no utilizar agua caliente al ducharse y cámaras de bronceado, evitar el cigarrillo y el alcohol, mantener una alimentación saludable y realizar ejercicio al menos tres veces por semana.



Vacunarse contra el virus del papiloma humano (VPH) antes de comenzar la vida sexual reduce las posibilidades de padecer de cáncer cervical (foto tomada de <http://www.cancer.gov>).

Por otro lado, la Dra. Paula González, directora del Proyecto Epidemiológico Guanacaste, habló sobre el cáncer de cérvix o cáncer de cuello uterino, que es provocado la mayoría de veces por la cepa 16 y 18 del Virus del Papiloma Humano (VPH). **González resaltó la importancia que tiene el vacunarse contra este virus antes de comenzar la vida sexual, ya que reduce considerablemente el riesgo de infección de los tipos de VPH 16 y 18.**

El cáncer de cérvix es más común en los países menos ricos del mundo, ya que se tiene menos acceso a la salud y a la educación sexual. En Costa Rica, las zonas donde más se presentan casos de cáncer de cuello uterino son las provincias de Guanacaste, Puntarenas y Limón.

El Dr. Gustavo Gutiérrez Espeleta, director de la Escuela de Biología de la UCR, tuvo a su cargo las palabras de cierre de la actividad. **El académico mostró su preocupación por la falta de consciencia de las mujeres sobre el cáncer, y la importancia de seguir con las labores de educación sobre el tema.**

“El mensaje no está calando, no está llegando, hay que hacer una reflexión al respecto. Son enfermedades muy democráticas y no respetan nivel socioeconómico ni demográfico, a cualquiera pueden darle”, concluyó.

[Paula Umaña González](#)
Periodista, Oficina de Divulgación e Información
paula.umana@ucr.ac.cr

Etiquetas: [cancer](#), [oncologia](#), [dermatologia](#), [ginecologia](#), [biologia](#), [educacion continua](#).