

CÁNCER:

LA CONTAMINACIÓN DEL AIRE, ¿una barrera para una vida saludable?

¿Qué pasa en el organismo cuando se realiza actividad física en un entorno contaminado?

La doctora Sandra Zapata –médico broncopulmonar del equipo torácico del Instituto Oncológico de Fundación Arturo López Pérez (FALP)– señala que cuando existe una alta concentración de contaminantes atmosféricos, entre ellos monóxido de carbono, plomo, hidrocarburos, dióxido de carbono y ozono, la salud de la población en general se ve afectada, pero más aún el grupo que realiza actividad física al aire libre, pues aumenta los volúmenes de aire inhalados y la exposición a los contaminantes.

En nuestro país, Santiago presenta características meteorológicas y geográficas que favorecen el aumento de los índices de contaminación. En los meses de invierno cobran mayor importancia el monóxido de carbono, el dióxido de azufre y el anhídrido carbónico, mientras que en los meses de mayor luz solar aumentan los niveles de ozono.

Por otro lado, la combustión de diésel genera hidrocarburos aromáticos, agentes pertenecientes a contaminantes ambientales que se han identificado como carcinogénicos.

El monóxido de carbono (CO) entra rápidamente a la sangre y ocupa el lugar del oxígeno en la molécula de hemoglobina, disminuyendo la cantidad de oxígeno que llega a los tejidos. A su vez, el ozono en altas concentraciones puede irritar los ojos, provocar falta de aliento, tos, náuseas y rigidez en el pecho, afectando la salud. Y el dióxido de azufre es un irritante del conducto respiratorio superior y de los bronquios.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) informó en 2012 que 7 millones de personas fallecen como consecuencia de la exposición a la contaminación atmosférica. Esta conclusión duplicó las estimaciones anteriores y confirmó que constituye el riesgo ambiental más importante para la salud.



DIONEDIA

se encuentra en el ambiente, sino en muchos casos dentro de los hogares. Las fuentes contaminantes más comunes son las chimeneas, estufas a parafina, leña y carbón, cocinas de leñas, braseros y –sobre todo– el humo de tabaco.

FUMADORES MÁS EXPUESTOS

El 40,6% de los chilenos mayores de 15 años fuma, según datos del Ministerio de Salud, y el consumo promedio son 10 cigarrillos al día, cifras preocupantes que dejan a Chile como uno de los países con mayor prevalencia de tabaquismo en Latinoamérica.

“El cigarrillo tiene sustancias tóxicas y carcinogénicas. Puede producir daños de tipo irritativo directo en las mucosas de las vías respiratorias y digestivas, además de inflamación en los vasos sanguíneos, lo que favorece la formación de placas de colesterol en las arterias, que a su vez están asociadas a enfermedades cardiovasculares. Además, la combustión directa del tabaco es responsable de diversos agentes carcinogénicos que influyen en el genoma humano y que son causantes de cáncer”, dice la Dra. Zapata. Agrega que tiene una relación causal directa con el cáncer de pulmón, laringe, faringe y también una participación fundamental en la incidencia de los tumores de esófago, vejiga, ciertos linfomas y en algunos tumores de estómago.

Los peligros del tabaquismo no solo afectan a quienes optan por fumar, sino también a su entorno, a los denominados fumadores pasivos.

“Aun cuando en estos casos el riesgo es menor, igualmente existe la posibilidad de desarrollar las enfermedades antes descritas. Por ejemplo, la mujer embarazada expuesta al humo del cigarro en forma pasiva tiene peligro de desarrollar parto prematuro, y su hijo, enfermedades del recién nacido. Se estima que una persona que está constantemente expuesta al humo del cigarrillo ajeno en su domicilio o lugar de trabajo tiene un riesgo en su salud que equivale a fumar entre 4 y 10 cigarrillos al día”.

EJERCITARSE EN ESPACIOS CERRADOS

Debido a los problemas de salud por falta de actividad física y obesidad, el ejercicio no debe suspenderse sino realizarse lejos de las carreteras más transitadas, en espacios cerrados o zonas verdes y parques alejados de la ciudad, donde la contaminación del aire está menos concentrada, todo esto en la

medida posible.

La exposición a alta contaminación ambiental tiene efectos que son inmediatos, a largo plazo y diferidos. Los síntomas inmediatos son tos irritativa, tos productiva, sensación de ahogo, náuseas, cefalea, conjuntivitis, laringitis y rinitis. A largo plazo se desarrollan cuadros de bronquitis crónica,

hiperreactividad bronquial y en forma diferida cáncer.

Las personas más susceptibles son los grupos etarios extremos (niños y adultos mayores), personas con enfermedades respiratorias preexistentes como asma, bronquitis crónica y portadores de enfermedades cardíacas.

La contaminación no solamente

Ante la contaminación de Santiago, lo ideal es que las personas no suspendan el ejercicio, sino que lo hagan en espacios cerrados y, si es posible, en parques o zonas verdes alejadas de las vías más transitadas.

Prevención

10 CLAVES SOBRE EL VIRUS PAPILOMA HUMANO

¿Sabía que este virus lo pueden contraer tanto hombres como mujeres? ¿Y que está relacionado con varios tipos de cáncer, entre los cuales se incluyen el cáncer cervicouterino, amígdalas, faringe, esófago, mama, próstata, ovario, uretra y piel? El doctor Nicanor Barrena, miembro del equipo de Ginecología del Instituto Oncológico FALP, aclara las dudas más frecuentes.

1. LA VACUNA NO GARANTIZA LA PROTECCIÓN DE OTRAS ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL Verdadero. Tampoco le protegerá de otros tipos de VPH que también pueden producir cáncer cervicouterino. La protección es frente a los tipos de virus que causan el 70% de los cánceres cervicouterinos. El año 2014 se incorpora al calendario de vacunación la inmunización contra el VPH, destinada a las niñas que están cursando Cuarto (primera dosis) y Quinto Básico (segunda dosis) en todos los colegios del país. Por este año 2015, el Ministerio de Salud extenderá la vacunación a estudiantes de Sexto (primera dosis) y Séptimo Básico (segunda dosis).

2. EL VIRUS PAPILOMA HUMANO PROVOCA DIVERSOS TIPOS DE CÁNCER Verdadero. Los virus del papiloma humano también están relacionados con varios tipos de cáncer, entre los cuales se incluyen: cáncer cervicouterino y cáncer de varios órganos, tales como amígdala, faringe, esófago, mama, próstata, ovario, uretra y de piel.

3. EL USO DEL PRESERVATIVO PREVIENE EL VIRUS PAPILOMA HUMANO Falso. A diferencia del VIH, este virus está en la superficie de la piel del sistema general y por tanto se contagia por el normal contacto de las zonas genitales de hombre y mujer durante la relación sexual.

4. EL HOMBRE ES EL PORTADOR Y ES EL QUE CONTAGIA A LA MUJER Falso. Ambos son portadores y ambos lo transmiten.

5. LAS VERRUGAS EN LOS GENITALES SON UN SIGNO DE INFECCIÓN POR EL VIRUS PAPILOMA HUMANO Verdadero. Los condilomas son un tipo de virus papiloma y se curan con tratamiento local.

6. TENER VIRUS PAPILOMA HUMANO SIGNIFICA QUE LA PAREJA FUE INFIEL Falso. Puede ser portador del virus al haberlo contraído con parejas anteriores. Si hombre o mujer han tenido al menos una pareja antes de la actual relación, hay posibilidad de ser portador del virus.

7. LAS MUJERES FUMADORAS TIENEN MAYOR PROBABILIDAD DE CONTAGIARSE DE ESTE VIRUS Verdadero. Existe evidencia de que los elementos nocivos del cigarrillo se acumulan en la mucosa cervical (y también de la faringe), debilitándola y permitiendo el alojamiento del virus.

8. LAS PERSONAS QUE USAN ANTICONCEPTIVOS TIENEN MAYOR PROBABILIDAD DE CONTAGIO Falso. No hay relación comprobada entre el consumo de pastillas anticonceptivas y el virus. Sí influye la inmunodeficiencia, diabetes descompensada, uso crónico de corticoides y VIH sin tratamiento.

9. LAS LESIONES PRECANCEROSAS NO PRESENTAN SÍNTOMAS Verdadero. Los cambios precancerosos, generalmente no causan dolor ni molestias. Los síntomas se presentan en un promedio de 7 a 10 años después de haber sido infectadas cuando el cáncer se encuentra muy avanzado.

10. LA INFECCIÓN POR EL VIRUS PAPILOMA HUMANO NO SE CURA Falso. El virus permanece en el organismo alrededor de dos años. Hay casos en donde el sistema de algunas personas no es capaz de erradicarlo. Lo importante es realizar una vez al año el Papanicolaou para detectar la enfermedad en etapas iniciales.

El cáncer en la Región de las Américas y recomendaciones de la OMS/OPS

Por Dra. Paloma Cuchí, Representante OMS/OPS en Chile.



En la Región de Las Américas, según la última información disponible (Globocan 2012), se estima que anualmente se producen más de 2,8 millones de casos nuevos de cáncer en ambos sexos, falleciendo en el mismo período más de 618 mil mujeres (tasa estandarizada de 89,2 x 100 mil) y más de 677 mil hombres (tasa estandarizada de 116,4 x 100 mil).

Esa misma fuente estima que anualmente en Chile se producen 40.414 casos nuevos de cáncer en ambos sexos, lo que equivale a una tasa estandarizada de incidencia de 175,7 x 100 mil.

Respecto a la mortalidad en Chile, Globocan muestra para ambos sexos una tasa de 103 x 100 mil y el número de mujeres fallecidas por cáncer lo estima en 12.063 al año (tasa estandarizada de 90,6 x 100 mil) y los hombres fallecidos en el mismo período alcanzaría a 12.986 (tasa estandarizada de 120,5 x 100 mil).

Como un modo de contribuir en el proceso de desarrollar políticas públicas en cáncer, la OMS/OPS ha recomendado algunos pasos que involucran desde la definición del concepto de Programa Nacional de Cáncer, pasando por las etapas de planificación, relevando aquí quienes debieran participar, tratando de que la convocatoria sea muy amplia e involucre a todos los actores.

Reconociendo que hasta un 40% de los cánceres se pueden prevenir con estrategias poblacionales, actuando sobre factores de riesgo conocidos o focalizando sobre grupos vulnerables; que otro 30% de los casos pueden detectarse precozmente a través del tamizaje y tratarse oportunamente y que para el restante grupo también se debe tener una respuesta paliativa que involucre al paciente y su familia, la OMS/OPS ha puesto a disposición de los países seis guías, las cuales contienen recomendaciones para la implementación sistemática de intervenciones para reducir la morbilidad y mortalidad por cáncer.

En la actualidad, existe en la Región de Las Américas una diversidad de acciones impulsadas por los Estados, ONG Internacionales o Nacionales o Fundaciones. Sin embargo, pocas de ellas tienen continuidad en el tiempo. Por esto es relevante la puesta en marcha o el fortalecimiento de programas institucionalizados para el control de este importante problema de salud pública.

En Chile, se reconoce las mejoras en el acceso de los cánceres incorporados al Régimen de GES, así como también el importante impacto de programas como el de cáncer cervicouterino, que cumplirá 28 años y que presenta las tasas de incidencia y mortalidad más bajas de América Latina. También destaca el Programa Nacional de Cáncer Infantil (PINDA), que cuenta con tasas de sobrevida de 75% en algunos tipos de cánceres. Ambos son parte del Programa Nacional de Cáncer, iniciado, según las directrices de OMS/OPS, en 1987.

Sin embargo, aún hay elementos que deben retomarse y principios a revisar con el fin de dar continuidad y sostenibilidad en el tiempo. El Foro Nacional del Cáncer, a través de sus diferentes Nodos, también viene a contribuir y aportar otras miradas, destacando su apoyo y liderazgo en el Proyecto para una Ley de Cáncer en Chile.