



«Hay que comer bien, hacer deporte y evitar disgustos»

Armando Tejerina Director Científico del Centro de Patología de la Mama

Eligió con perspicacia el título de su curso 'El cáncer de mama, una enfermedad curable', para explicar en la UIMP los últimos avances oncológicos

:: JOSÉ CARLOS ROJO

SANTANDER. Hace tiempo que SIDA dejó de ser sinónimo de muerte. Los avances médicos ayudan a que cada vez con más seguridad, la palabra cáncer tampoco implique ese sentido terminal. «Los avances oncológicos de los últimos años nos han llevado a una reducción drástica de la mortalidad por cáncer de mama», explicó el doctor y director Científico del Centro de Patología de la Mama de Madrid, que la pasada semana comandó las mesas redondas organizadas en torno a esta temática en La Magdalena con la dirección de un monográfico específico sobre este tipo de afección en mujeres.

–O sea, que puede decirse que es curable, o en el peor de los casos cronificable.

–Hoy día puede decirse que en un gran porcentaje de los casos, el cáncer de mama es una enfermedad curable. Hay muchos factores que contribuyen a ello, empezando por los controles de prevención severos y continuando por los avances en los tratamientos oncológicos.

–¿A qué se refiere?

–Cada vez más, la detección de los tumores es más precoz, y con ello, más manejable. El 50% de los tumores malignos que encontramos tiene hoy día un tamaño inferior a un centímetro y medio. Y con un tratamiento específico, centrado en la especificidad de cada caso y de cada fisiología de la paciente, logramos una curación cada vez



Armando Tejerina, la pasada semana, en la Santander. **:: ALBERTO AJA**

más alta.

–Son datos muy optimistas.

–Pero no todo es tan positivo. Existe un problema, y es que, cada vez aparecen más casos. En cifras, podemos decir que en España van a aparecer al año 27.000 nuevos cánceres de mama. Lo bueno es que se ha reducido la mortalidad. Al año, solo morirán 6.000 pacientes.

–¿A qué se debe ese incremento de los casos?

–Está demostrado que la forma de vida tiene mucho que ver. Un estudio reciente aclaró que las mujeres estadounidenses están más afectadas por esta patología que las japonesas. Sin embargo, se percataron que la comunidad japonesa en Nueva York presentaba los mismos índices de afección que la media americana. Está claro: son las formas de vida.

–Entonces, habrá una receta de hábitos saludables...

–Hay que llevar una alimentación adecuada, centrada en la dieta mediterránea, con pocos dulces y pocas grasas saturadas. Conviene acostumbrarse a tener una rutina de ejercicio moderado y regular. Y hay que huir de los disgustos, de los problemas del trabajo. Un disgusto familiar, por ejemplo, no es nada bueno para todo esto.

–En el caso de la cirugía se ha avanzado mucho también.

–Antiguamente, los tumores se detectaban en fases mucho más avanzadas y eran mucho más grandes. Era inevitable la extirpación casi completa de la mama. Ahora ya no es así. En el quirófano se procede a una cirugía muy determinada.

–Con lo que eso conlleva en la psicología de la mujer, por la conservación de la mama.

–Claro. Es fundamental que la paciente sienta el mismo grado de satisfacción antes, que después de la intervención. Por eso, muchas veces, incluso en la misma cirugía en la que se procede a la extirpación del tumor, se termina con el proceso de cirugía estética que repare esa operación. Es más, ha habido mujeres que han logrado sentirse incluso mejor después de pasar por el quirófano por una cosa tan sencilla como la pérdida de peso que experimentan tras el proceso.

–Ha dicho que los tratamientos son cada vez más pormenorizados, específicos.

–Con toda la razón, porque todos los tumores tienen sus peculiaridades, y cada paciente también. Estos avances nos ayudan porque antes todos los tratamientos eran iguales.

–La crisis se ha cebado con la sanidad. ¿La oncología se verá afectada?

–Todos estos recortes son negativos, tendrán consecuencias, pero es lo que nos ha tocado encontrar ahora.