

Programa de Promotores de Salud

Manual para

La Salud de las Mujeres

Enfocado al Cáncer del Cuello del Útero
y de los Senos



La Clínica Esperanza y Caridad

Calle Sánchez #9, Barrio Miramar, San Pedro de Macorís, R.D.



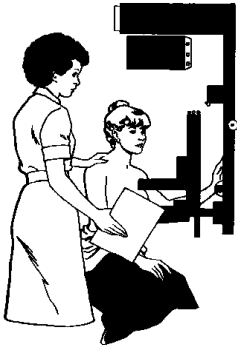
Un ministerio de la Iglesia Episcopal Dominicana

Compilado en el septiembre del 2002 por
Dra. Anita Dohn y Dr. Michael Dohn

Revisado en el agosto del 2005

The South American Missionary Society of the Episcopal Church
PO Box 399, Ambridge, PA 15003 USA

CONTENIDO

	Página	
DEFINICIÓN DEL CÁNCER		
Definición del Cáncer en General	3	
Definiciones del:		
• Cáncer del Cuello o Cerviz	4	
• Cáncer de los Senos o del Mama	4	
EL CÁNCER DEL CUELLO DEL ÚTERO		
Definición	5	
Quien está en Riesgo del Cáncer del Cuello	6	
La Prueba de Papanicolaou	7	
Preguntas acerca de la Prueba de Papanicolaou	8	
Más Preguntas acerca del Cáncer del Cuello	9	
EL CÁNCER DE LOS SENOS		
Definición	11	
Quien está en Riesgo del Cáncer de los Senos	11	
Recomendaciones para Detectarlo Temprano	12	
El Auto-examen de los Senos	13	
• Los Pasos del Auto-examen	13-15	
• Más Información del Auto-examen	16-18	
La Mamografía	19	
APÉNDICES		
Enfermedades de Transmisión Sexual (una tabla)	21-22	



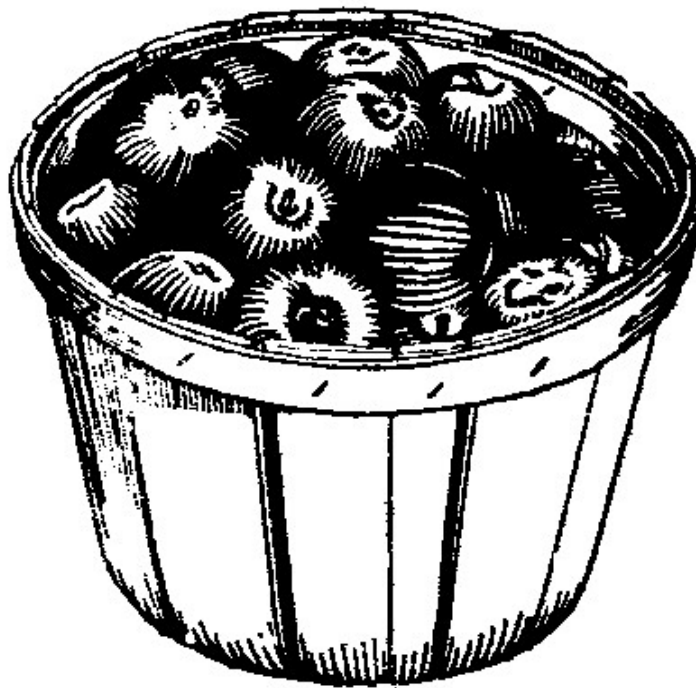
¿Qué es el cáncer?

Mensaje #1

*Un cáncer es el crecimiento incontrolado de células que
tienden a invadir el tejido vecino
y a matastizar (o esparcirse) a distancia.*

¡ Las células anormales están creciendo locas !

En un grupo de frutas, si una es pútrida, hay que sacarla antes de todas las
alrededores son malas.



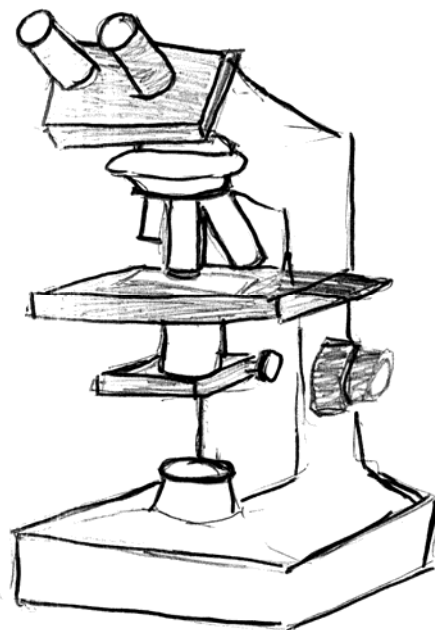


Definiciones del:

Cáncer del Cuello o Cerviz

- Un cáncer cervical es un cáncer que empieza en la cerviz (el cuello del útero).

La tasa del cáncer del cuello es muy alta en las mujeres del región Caribeño. En todo el mundo, solo hay una tasa de cáncer más alta en Micronesia (islas en el Océano Pacífico Meridional).



Cáncer de los Senos o del Mama

- El cáncer de Mama es un cáncer que empieza en el seno.

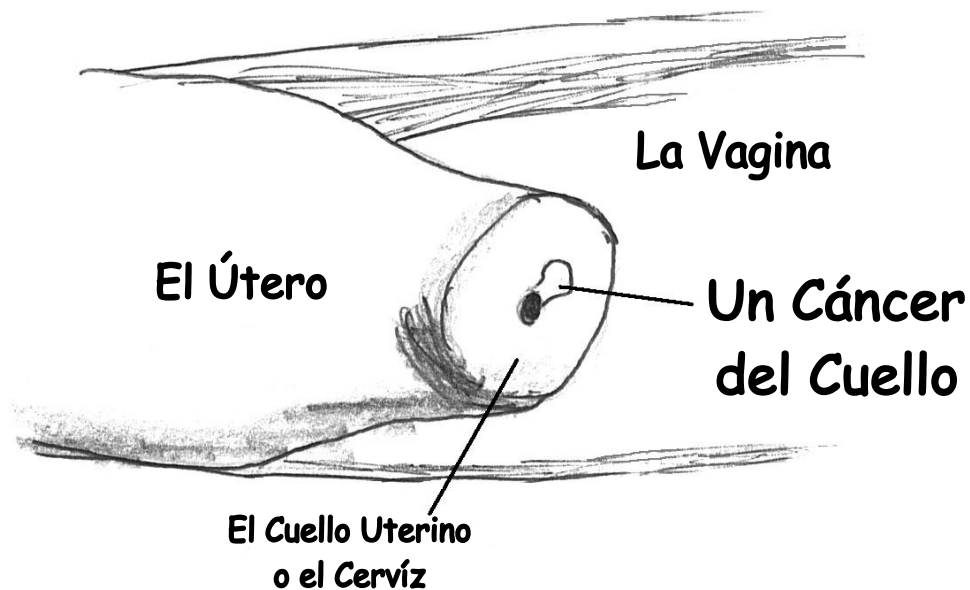
Por lo general, el diagnóstico de cáncer es un diagnóstico patológico por un laboratorio.



¿Qué es el cáncer del cuello o cáncer cervical?

Mensaje #2

Un cáncer cervical es un cáncer que empieza en la cerviz (el cuello del útero).



¿Porqué cambian células de normal a cáncer?

Nadie sabe.

Pero, la cerviz es expuesta a trauma (durante sexo) y muchos tipos de infecciones. Unos tipos de verruga son conocidos por causar cáncer del cuello.



¿Quiénes corren riesgo del cáncer cervical?

Mensaje #3

El cáncer cervical puede afectar a cualquier mujer que mantenga, o haya mantenido, relaciones sexuales.

El riesgo de contraer cáncer cervical es superior en el caso de las mujeres que han mantenido relaciones sexuales con varios hombres.

También, el riesgo es alto en:

- Mujeres que están infectadas por el virus de inmunodeficiencia humana (VIH)
- Mujeres que han padecido otras infecciones de transmisión sexual
- Mujeres que fumen
- Mujeres que comenzaron las relaciones sexuales a una edad temprana
- Mujeres que tienen contacto sexual con alguien que ha tenido parejas sexuales múltiples

La tasa del cáncer del cuello es muy alta en las mujeres del región Caribeño. En todo el mundo, solo hay una tasa de cáncer más alta en Micronesia (islas en el Océano Pacífico Meridional).



LA MEJOR DEFENSA : DETECCIÓN TEMPRANA

Mensaje #4

La prueba de Papanicolaou puede detectar los cambios producidos en la cerviz que se pueden tratar antes de que se convierten en cáncer.

0

Mensaje #5

La prueba de Papanicolaou puede detectar cáncer cervical durante sus primeras fases antes de que se extienda a otras partes del cuerpo, cuando las posibilidades de cura son altas.

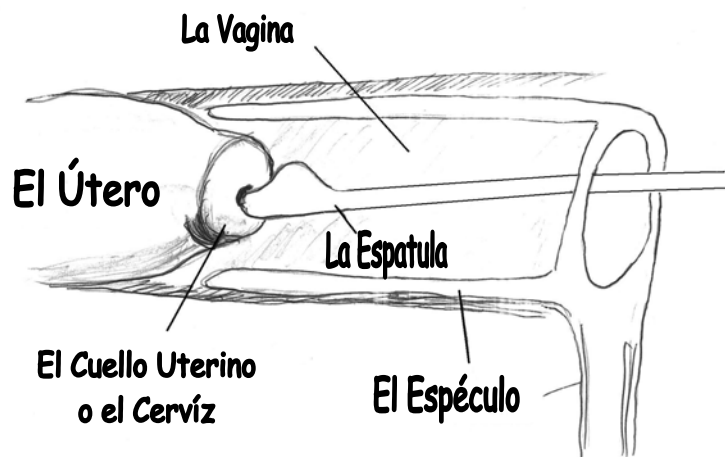




¿Qué es la prueba Papanicolaou?

Mensaje #6

La prueba de Papanicolaou es para detectar células anormales que son cáncer o tienen cambios que en tiempo pueden ser cáncer.



¿Cómo se hace la prueba Papanicolaou?

Durante el examen pélvico, un profesional de salud introduce un espéculo en la vagina y toma una muestra de células del cuello del útero.

La prueba no suele ser dolorosa y toma solo unos minutos.



Más Preguntas acerca del Cáncer del Cuello

¿Se cura el cáncer del cuello?

Sí, si encuentra temprano.

Si ya ha invadido otros tejidos,
es mucho menos posible curarlo.

¿Qué es la frecuencia recomendado para hacerse la prueba Papanicolaou?

Mujeres deben hacerse la Papanicolaou cada 6 meses o 1 año.

Cuando se encuentra infección, la recomendación es para tratar la infección y repetir la prueba Papanicolaou.

¿Después de una histerectomía, debe continuar a hacerse las pruebas de Papanicolaou regularmente?

Después de una histerectomía, la prueba no funciona para detectar el cáncer de la cerviz, porque no hay cerviz. Pero, todavía hay beneficios en tener su examen ginecológico regularmente.

Si el útero y el cuello fueran sacados porque había un cáncer, sí, hay que continuar con pruebas de Papanicolaou regularmente, en la frecuencia que recomienda su médico.

EL CÁNCER DEL CUELLO



¿Cuándo deben empezar una mujer sus pruebas de Papanicolaou?

Una mujer debe comenzar a hacerse la Prueba de Papanicolaou anualmente:
Si ha tenido relaciones sexuales (se ha introducido el pene en la vagina)

○

Si ha cumplido los 18 años de edad

¿Si una mujer ya es en el tiempo de la menopausia, todavía necesita hacerse la prueba de Papanicolaou regularmente?

Si.

¿Hasta qué edad deben las mujeres continuar de hacerse la prueba Papanicolaou regularmente?

No hay una edad fijada, pero deben continuar mientras están activa sexualmente. Sin actividad sexual, probablemente deben continuar hasta la edad de 65 o 70 años.





¿Qué es el Cáncer de Mama?

Mensaje #7

El cáncer de Mama es un cáncer que empieza en el seno.

¿Quiénes corren riesgo?

El mayor factor de riesgo es el hecho de ser mujer.

También, hay un riesgo alto para

- Mujeres cuyas madres o hermanas han tenido cáncer de seno,
- Mujeres que no han tenido nunca hijos,
- y
- Mujeres que han tenido su primer hijo después de la edad de 30 años.

Pero: La mayoría de las mujeres que contraen cáncer de seno no tienen antecedentes familiares de esta enfermedad ni otros factores de riesgo.

El cáncer de seno puede ocurrir a cualquier edad. Ocurre más común en las edades mayores.

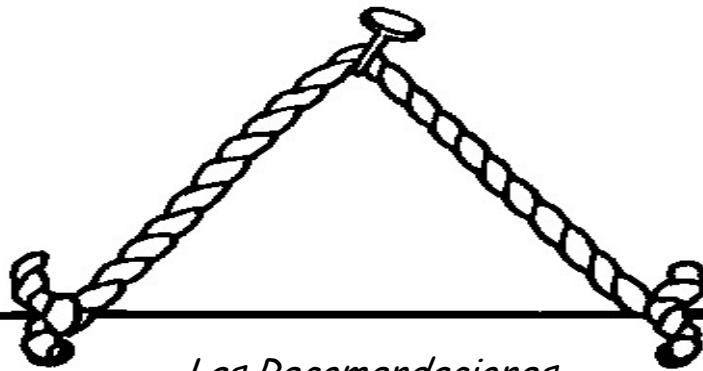


¿Se cura el cáncer de Mama?

Sí, si se encuentra temprano. Si ya ha invadido otros tejidos es mucho menos posible curarlo.

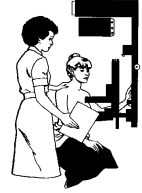
Mensaje #8

*El cáncer del seno:
La mejor defensa : la **detección temprana.***



*Las Recomendaciones
para la Detección Temprana*

1. Hacerse un auto-examen de los senos todos los meses.
2. Hacerse un mamografía todos los años después de la edad de 50 años.
3. Hacerse que un profesional de la asistencia médico efectúa un examen clínico del seno todos los años.



¿Cómo se hace un auto - examen de los senos?

Hay 4 Pasos

1. Examinarse delante del espejo
2. Palpar en círculos los senos
3. Chequear el pezón por liquido
4. Chequear las axilas

Paso # 1 (de pie delante del espejo)

Compruebe si se han producido cambios en la apariencia de sus senos: hoyuelos en la piel, cambios en los pezones, rojez o hinchazón.



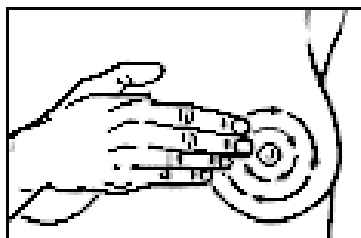


Paso #2

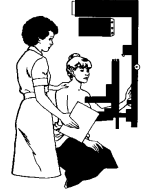
Acuéstese y coloque una almohada debajo de su hombro derecho. Coloque su brazo derecho detrás de su cabeza. Utilice las yemas de los dedos de la mano izquierda para revisarse el seno derecho. Presione con la suficiente firmeza para saber cómo se encuentra su seno.



Examínese el seno en círculos de la parte exterior a la parte interior, hasta la areola.



Haga las mismas acciones con la mano derecha y el brazo izquierdo detrás de su cabeza.

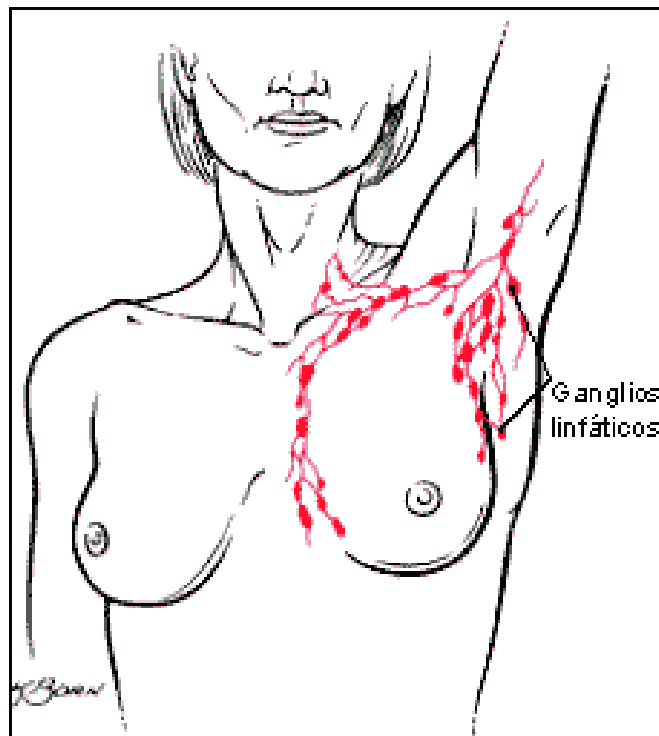


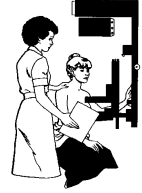
Paso # 3

Apriete el pezón para ver si sale sangre u otro líquido.

Paso # 4

Cheque las axilas también por bultos.





¿Cuándo haga el auto-examen de los senos?

Mensaje #9

El mejor momento para hacerse un auto-examen de los senos es justo después de la menstruación (o la regla) cuando los senos no están blandos ni hinchados.

Si usted no tiene regla regular o a veces no tiene la regla algún mes determinado, hágalo el mismo día todos los meses.



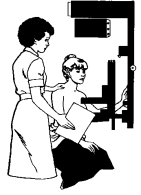
EL CÁNCER DE LOS SENOS



Si encuentra un bulto o algo diferente que lo es normal por sus senos, visite su médico para que pueda revisarle los senos y darle su consejo.



La mayoría de los bultos encontrados por mujeres NO son cánceres (son quistes o otras cosas benignas). Pero hay que evaluar el bulto para saber si sea cáncer o no.



¿En que edad deben mujeres empezar a revisarse los senos, y hasta que edad deben continuar a hacerlo?

Mensaje #10

Mujeres deben comenzar a revisarse los senos todos los meses en la edad de 20 años, y deben continuar toda su vida.





¿Qué es el mamograma?

El mamograma es una radiografía de los senos.

Esta radiografía de los senos puede encontrar bolitas tan pequeñas que ni usted ni el doctor pueden sentir. Cuando se encuentra el cáncer de los senos a tiempo es mucho más fácil curarlo.

Hacerse un mamograma no es doloroso. No es peligroso, y sólo toma unos minutos.

¿Cuándo me debo hacer el mamograma?

Si usted tiene 50 años o más debe hacerse un mamograma cada año.

¿Que pasa durante un mamograma?

Se para enfrente de la máquina de Rayos-X. La persona que toma las radiografías le pondrá los senos con cuidado entre dos placas de plástico. Estas placas ponen los senos planos. Esto puede ser un poco incómodo. Pero sirve para detectar cualquier cambio o si tiene bolitas en los pechos.



Mensaje #11

Mantener la salud no es solo para su propio beneficio, lo es también para el de las personas a quienes usted quiere y que la quieren a usted.



Enfermedades más frecuentes de transmisión sexual
(Página 1 de 2)

Enfermedad y Agente Causal	Enfermedad Clínica	Mecanismos de transmisión mas frecuentes
<p>SIDA (Síndrome Inmunodeficiencia Adquirida)</p> <p>VIH (Virus Inmunodeficiencia Humano)</p>	<p>Alteraciones inmunitarias que permite:</p> <p>Anemia, pérdida de peso, fiebre, diarrea, candidiasis oral o con vulvovaginitis en una mujer, infecciones, canceres, etc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • El virus se encuentra en sangre y secreciones de enfermos y portadores (semen, secreciones vaginales, y leche materna). • Vías de contagio: <ul style="list-style-type: none"> ○ Contacto sexual ○ Vía parenteral: uso de agujas y jeringuillas contaminadas, realización de tatuajes y acupuntura por materiales contaminados. ○ Vía placentaria. ○ Lactancia materna.
<p>Herpes genital</p> <p><i>Virus de Herpes simples 2</i></p>	<p>Lesiones vesiculares en genitales. Úlceras que le duelen mucho.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto sexual.
<p>Hepatitis B</p> <p><i>Virus de la Hepatitis B</i></p>	<p>Lesiones hepáticas: hepatitis, cirrosis, etc.</p> <p>Otras lesiones: artritis, lesiones del riñón, etc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto sexual a través del semen, saliva, y secreciones vaginales. • Por vía placentaria • Por vía parenteral: uso de agujas y jeringuillas contaminadas, realización de tatuajes y acupuntura con material contaminado, por compartir cepillos de dientes, hojas de afeitar, etc.
<p>Sífilis</p> <p><i>Treponema pallidum</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Período inicial: úlcera (chancro duro) localizada fundamentalmente en genitales. • Período secundario: lesiones de piel y mucosas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto sexual. • Vía placentaria (sífilis congénita).
<p>Gonococia o Blenorragia</p> <p><i>Neisseria gonorrhoeae</i></p>	<p>Localizaciones más frecuentes son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hombre: uretra con exudado • Mujer: cuello uterino <p>Generalmente son asintomáticas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto sexual. • Contacto no sexual: ropa interior, toallas, etc.

Enfermedades más frecuentes de transmisión sexual
(Página 2 de 2)

Enfermedad y Agente Causal	Enfermedad Clínica	Mecanismos de transmisión mas frecuentes
Chlamydia <i>Chlamydia trachomatis</i>	Hombre: uretritis con disuria y exudado claro o muco purulento. Mujer: Generalmente son asintomáticas. Puede existir exudado vaginal amarillo que huele malo.	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto sexual.
Candidiasis <i>Cándida</i>	Vulvovaginitis (inflamación de vulva y vagina) En el hombre, la infección no suele manifestarse clínicamente.	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto sexual. • Son gérmenes oportunistas que pueden producir auto-infecciones en determinadas situaciones: embarazo, después de tratamientos con antibióticos, etc.
Tricomoniasis <i>Tricomonas aginalis</i>	Vaginitis en mujer. Uretritis, generalmente asintomático, en el hombre	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto sexual. • Contacto no sexual: toallas, esponjas, etc.
Sarna <i>Sarcoptes cabiei</i> (Arador de la sarna)	Lesiones características en piel, picores.	Tiene gran importancia la transmisión sexual, si bien hay otras vías de contagio, como el contacto físico no sexual.
Pediculosis <i>Phthyrus oubis</i> (Ladilla)	Lesiones en piel, picores. Los piojos pueden transmitir por picaduras, importantes enfermedades infecciosas.	Tiene gran importancia la transmisión sexual, si bien hay otras vías de contagio, como el contacto físico no sexual.

ANEXO:

El Uso de las Pastillas Anticonceptivas

1. Comienza las pastillas el primer día de tu regla, o el primer domingo después de la regla empieza si tu cartón de pastillas tiene días escritos.
2. Toma una pastilla cada día, no solo los días en que tenga relaciones sexuales.
3. Si olvidas tu pastilla un día, toma dos el día siguiente.
4. Si olvidas tu pastilla 2 días siguientes, debes usar otro método para planificarte (como condón) el resto del mes. Probablemente vas a sangrar, no te asuste. Sigue con tus pastillas todavía, usando condón también hasta la próxima menstruación.
5. Si olvidas 3 o más, no estás protegida, vas a sangrar, y debes considerar que esta no es el método para ti. Bota sus pastillas y usa condón u otro método para planificarte.
6. No fuma. Esta aumenta el riesgo de complicaciones.
7. Es común que la regla tiene sangrado menos abundante. Aún si solo hay 1 día de sangre, es suficiente para saber que tu regla ocurrió.
8. Toma la pastilla la misma hora de cada día - con el hábito bien establecido no vas a olvidar tus pastillas, y usualmente con tiempo puedes predecir el día y más o menos la hora cuando va a llegar la regla.
9. Muchas mujeres tienen manchas de sangre durante los primeros 3 meses de usar pastillas anticonceptivas. Si continuas a experimentar sangrado irregular después de 3 meses, debes visitar a tu medico.
10. Recuerda que no estás protegida de enfermedades de contacto sexual, solo de embarazo. Si no estas en una relación fiel con una pareja fiel a ti, debes usar condones también para protegerte contra infecciones como SIDA, sífilis y gonorrea.



Clínica Esperanza y Caridad

C/ Sánchez #9, Sector Miramar, San Pedro de Macorís