

¡Buena Vida!

Protéjase del Cáncer de Cerviz

3 ***Factores de riesgo
que usted debe
saber***

***Cómo detectar el
cáncer de cerviz
a tiempo y cómo
prevenir la
enfermedad***



***Lo que usted puede
hacer para aprender más
sobre el cáncer de cerviz y
protegerse a sí misma***

El Propósito de este Folleto

Aunque es cierto que las mujeres Hispánicas/Latinas tienen un riesgo más alto de desarrollar cáncer de cerviz (cuello de la matriz) que otras mujeres, la buena noticia es que se pueden proteger de esta enfermedad haciéndose los exámenes en forma regular. A través de los años, un examen sencillo llamado Papanicolaou o examen Pap ha salvado millones de vidas.

Este folleto tiene el propósito de brindarle información básica sobre el cáncer de cerviz y los riesgos de desarrollar esta enfermedad. También le explica la importancia de hacerse el examen Pap con regularidad y cómo este examen puede ayudar a detectar el cáncer de cerviz a tiempo- ¡y hasta puede ayudar a prevenirlo!

Además, este folleto incluye números telefónicos y páginas Web donde usted puede encontrar más información sobre el cáncer de cerviz. Las llamadas telefónicas son gratis y la información esta disponible en inglés y en español.

Recuerde, que el aprender a protegerse a sí misma del cáncer de cerviz es muy importante. Pero el aprender es solamente el primer paso. El siguiente paso, el hacerse los exámenes, es aún más importante. ¡Haga su cita hoy mismo!

Contenido

- ¿Qué es el cáncer de cerviz?. 3
- ¿Cuál es mi riesgo de tener cáncer de cerviz? 4
- ¿Cómo puedo prevenir el cáncer de cerviz? 5
- ¿Cómo me beneficio con los exámenes? 6
- ¿Cómo puedo hacerme el examen? 7
- ¿Qué pasa cuando los resultados de los exámenes son anormales? 8
- ¿Qué tipo de tratamientos están disponibles? 9
- ¿Qué tan efectivos son los tratamientos? 10
- ¿Qué tipo de apoyo existe? 11
- Lista de Recursos Nacionales 12

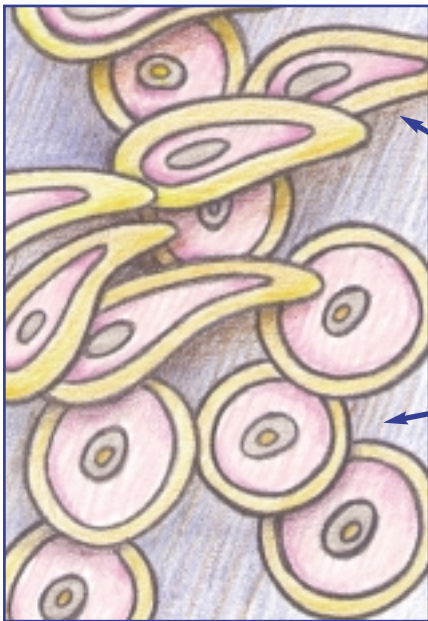


Este folleto fue producido por el Centro de Investigaciones para la Prevención y Control de Enfermedades Crónicas (Chronic Disease Prevention and Control Research Center), Colegio de Medicina de Baylor (Baylor College of Medicine). Su publicación fue financiada por los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention), a través de la donación número U57 CCU615140.



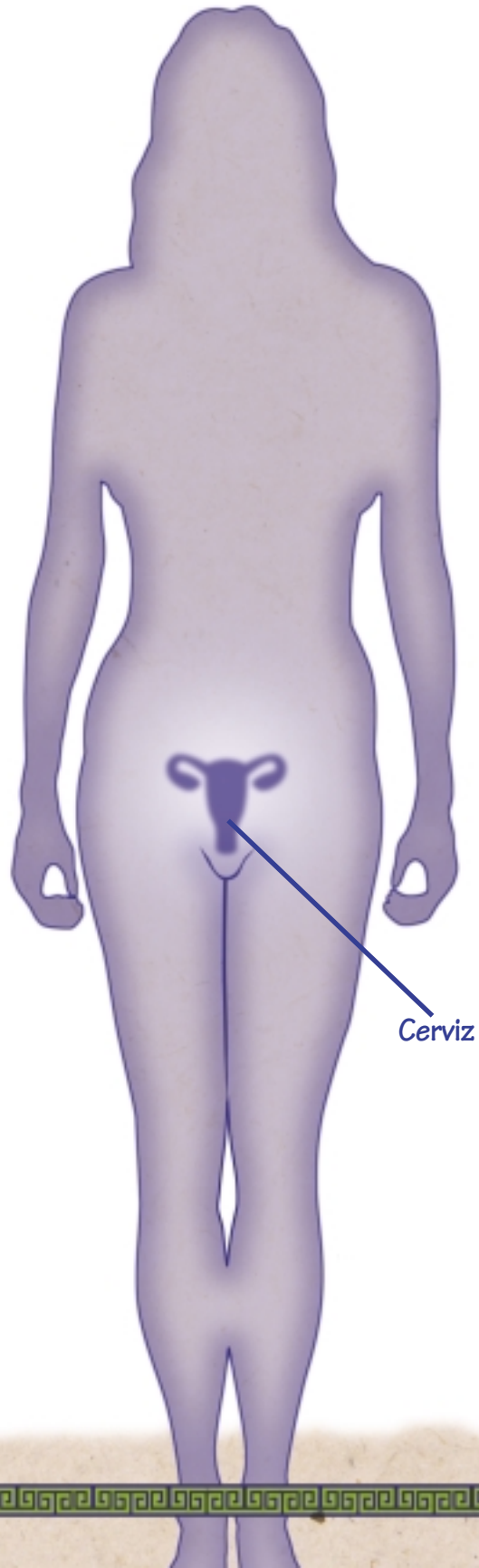
¿Qué es el cáncer de cerviz?

Las células anormales pueden crecer y formar tumores cancerosos. Estos tumores pueden aparecer en diferentes partes del cuerpo. El cáncer de cerviz es un tipo común de cáncer en las mujeres. Este se desarrolla cuando el cáncer aparece en el cerviz o cuello de la matriz.



Graphic courtesy of National Cancer Institute

Cuando el cáncer de cerviz se encuentra en una etapa temprana, puede que no exista ningún dolor o síntoma. La única manera de saber si tiene esta enfermedad es a través de los exámenes que se hacen en la oficina del doctor.



¿Cuál es mi riesgo de tener cáncer de cerviz?

Cualquier mujer puede desarrollar cáncer de cerviz. El riesgo comienza cuando las mujeres están en la adolescencia y en los 20 años. Sin embargo, el riesgo es mayor en ciertas mujeres comparadas con otras.

3 Factores de riesgo que usted debe saber

El riesgo de cáncer de cerviz es más alto para:

- 1 Las mujeres Hispánicas/Latinas - El cáncer de cerviz le quita la vida a las Hispánicas/Latinas con una frecuencia dos veces mayor que a otras mujeres.
- 2 Las mujeres que empiezan a tener relaciones sexuales a una edad temprana
- 3 Las mujeres que tienen relaciones sexuales con más de un compañero **O** las mujeres que tienen relaciones con compañeros que tienen múltiples compañeras sexuales

“Yo tengo una amiga de 29 años de edad con cáncer de cerviz. Sé lo importante que es el hacerse el examen Pap con regularidad y planeo seguir haciéndome el examen por el resto de mi vida.”

Ana Urdiales, a la izquierda, reconoce los riesgos del cáncer de cerviz, aún en las mujeres jóvenes.



¿Cómo puedo prevenir el cáncer de cerviz?

Usted puede prevenir el cáncer de cerviz si los exámenes detectan señales tempranas de la enfermedad y si recibe tratamiento antes de que el cáncer se desarrolle. El hacerse los exámenes Pap con regularidad es la mejor manera para que su doctor detecte las señales de aviso lo más pronto posible.

“Nosotras (las mujeres) apenas estamos aprendiendo sobre el cáncer de cerviz. Sería una lástima no aprovechar la tecnología que tenemos a nuestro alcance para detectar el cáncer a tiempo.”

Carmen Elizondo, quien aparece aquí con su esposo Eugenio, dice que su familia es lo más importante en su vida y la mejor razón para mantenerse sana.

¿Qué es el examen de Papanicolaou?

El examen de Papanicolaou o examen Pap es una manera de detectar el cáncer de cerviz o una condición anormal antes de que pueda convertirse en cáncer.

El examen es rápido y no duele. Se puede hacer en la oficina de un doctor o en una clínica.

El examen Pap es el examen más efectivo que existe para detectar el cáncer de cerviz.



¿Cómo me beneficio con los exámenes?

Un examen Pap puede detectar el cáncer de cerviz en una etapa temprana. También puede detectar una condición anormal antes de que se convierta en cáncer. Casi todas las muertes causadas por el cáncer de cerviz pueden ser prevenidas haciéndose los exámenes con regularidad, y si es necesario, recibiendo el tratamiento adecuado.

“Yo tengo una tía que tuvo cáncer de cerviz. Ella está con vida hoy porque el cáncer se detectó a tiempo. Por esta razón, yo me hago mis exámenes con regularidad. De esta manera, si me da cáncer, lo más probable es que yo también sobreviva.”

Irene López planea disfrutar a sus nietos por muchos años más.

El detectar el cáncer de cerviz en una etapa temprana y el recibir el tratamiento a tiempo significa con frecuencia casi un 100 por ciento de probabilidad de supervivencia.



¿Cómo puedo hacerme el examen?

Para hacer una cita para el examen Pap llame a su clínica o a la oficina de su doctor. Usted puede hacer una cita en el día y hora que sea más conveniente para usted.

Para protegerse del cáncer de cerviz, todas las mujeres deben empezar a hacerse el examen Pap aproximadamente tres años después de que comiencen a tener relaciones sexuales o a los 21 años, lo que suceda primero.

“Mis hijos regresan a la escuela en Septiembre. Yo usualmente hago mi cita para mi examen Pap en ese mes, así estoy protegida por el resto del año.

Lillian Sánchez, de 50 años, es una enfermera, que se hace los exámenes Pap con regularidad.



¿Qué pasa cuando los resultados de los exámenes son anormales?

Un examen Pap puede encontrar condiciones que no son normales. Estas condiciones pueden desarrollarse por células cancerosas, o pueden ser causadas por otras razones. La única manera de asegurarse, es haciéndose el examen.

"Hace unos años, yo desarrollé un problema y mi doctor me dijo que necesitaba hacerme el examen Pap. Afortunadamente mi condición no era seria, pero desde entonces me hago el examen regularmente."

Agricolia Rodríguez, sentada en esta foto con su amiga Minnie Lombrano, se mantiene activa y se hace los exámenes con regularidad.

¿Por qué necesito hacerme el examen Pap con regularidad?

Si un tumor apenas comienza a desarrollarse, puede que sea muy pequeño para ser detectado. Pero si los exámenes se hacen con regularidad, el tumor se puede detectar en una etapa temprana.

Siempre siga las recomendaciones de su doctor para hacerse los exámenes.



¿Qué tipos de tratamientos están disponibles?

Existen diferentes tipos de tratamientos para el cáncer de cerviz. Las opciones de tratamiento que el doctor tiene disponibles, dependen de la etapa de la enfermedad cuando ésta se detecta. Los tratamientos pueden incluir desde la realización de exámenes regulares hasta el quitar el tejido anormal.

“Una vez mi doctor me llamó para que regresara a su oficina porque los resultados de mi examen Pap eran anormales. Afortunadamente no era nada de importancia, pero siempre es mejor asegurarse.”

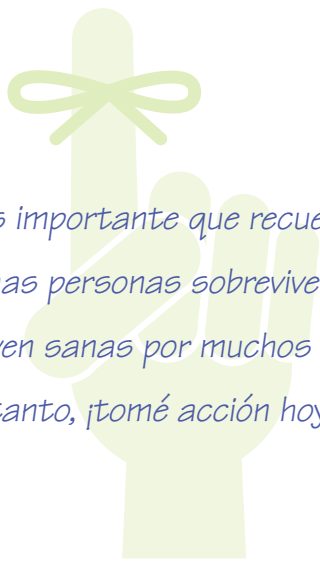
Gloria Zapata es una madre joven que mantiene un estilo de vida muy sano. Ella hace ejercicio con regularidad, come una dieta balanceada y por su puesto se hace sus exámenes Pap cada año.

Si tiene cáncer de cerviz, el detectarlo a tiempo le da a los doctores más opciones para tratar la enfermedad lo más fácil y pronto posible. Además, el tratamiento a tiempo usualmente significa que el cáncer tiene menos probabilidades de volver a aparecer.



¿Qué tan efectivos son los tratamientos?

El tratamiento para el cáncer de cerviz puede ser muy efectivo, especialmente si la enfermedad se detecta a tiempo. Si el cáncer ha crecido o se ha esparcido a otras partes del cuerpo, puede necesitar un tratamiento más intenso.



Es importante que recuerde que muchas personas sobreviven el cáncer y viven sanas por muchos años. Por lo tanto, ¡tomé acción hoy mismo!

“Cuando descubrí que tenía cáncer de cerviz, quería hacer lo que fuera necesario para combatirlo y vencerlo. Yo logré vencerlo, y es muy probable que otras personas también lo puedan hacer si detectan la enfermedad a tiempo.

Terri Zaragoza es esposa y madre de dos niñas y un niño.



¿Qué tipo de apoyo existe?

Existen muchos lugares donde se puede encontrar información y apoyo. Estos lugares pueden ayudar a todas las mujeres que son afectadas por el cáncer de cerviz y quienes:

- ▶ Han sido recientemente diagnosticadas
- ▶ Necesitan tratamiento o están recibiendo tratamiento
- ▶ Han completado su tratamiento
- ▶ Son sobrevivientes del cáncer

“El apoyo de mi esposo me ayudó a superar el miedo y la incertidumbre sobre la posibilidad de tener cáncer. Ahora yo trato de ayudar a mis amistades y familiares que se encuentran en situaciones similares.”



La Señora Gloria Ramírez, quien aparece aquí con su esposo Samuel, se hizo los exámenes para descartar la posibilidad del cáncer de cerviz.

Para obtener información y servicios de apoyo en su comunidad, pregúntele a su doctor los nombres y números telefónicos de las organizaciones y grupos disponibles.

Vea la página 12 de esta revista para mayor información sobre organizaciones nacionales que también pueden ayudarla.

Lista de Recursos Nacionales

► **Servicio de Información de Cáncer**

(Cancer Information Service)
1-800-4-CANCER (1-800-422-6237)
(Esta llamada es gratis. Se habla español)
www.cancer.net.ncl.nih.gov

Dirección:

NCI Public Inquiries Office
Suite 3036A
6116 Executive Boulevard, MSC8322
Bethesda, MD 20892-8322

Usted puede aclarar sus dudas con personal bilingüe entrenado para contestar sus preguntas y darle ayuda. Llame a la línea gratuita o envíe sus preguntas a la dirección de correo. Por ejemplo, usted puede encontrar información sobre:

- Tipos de cáncer específicos
- Opciones de tratamiento
- Posibles efectos secundarios
- Información sobre nutrición y recetas

La página Web tiene información en inglés y en español. Como una opción, usted puede ir directamente a la página de español en la dirección www.cancer.gov/espanol/.

► **Sociedad Americana del Cáncer**

(American Cancer Society)
1-800-ACS-2345
www.cancer.org (Información disponible en español)

Dirección:

1599 Clifton Road, N.E.
Atlanta, GA 30329

La Sociedad Americana del Cáncer tiene programas educativos, ofrece materiales gratuitos sobre el cáncer y brinda muchos servicios a los pacientes y a sus familias. Llame al número gratuito (información en inglés y español) para encontrar la oficina local más cercana a usted.

► **Centros para el Control y Prevención de Enfermedades**

(Centers for Disease Control and Prevention)

► **Programa Nacional de Detección Temprana del Cáncer de Seno y Cerviz**

(National Breast and Cervical Cancer Early Detection Program)

www.cdc.gov/cancer/nbcedp
(Información disponible en español)

Esta página Web ofrece información sobre los factores de riesgo del cáncer de cerviz, las recomendaciones para el examen Pap, los beneficios de examinarse con regularidad y además ofrece una guía de recursos para aprender más sobre los exámenes Pap gratis o a bajo costo. Para obtener por teléfono esta información de recursos, llame al 1-888-842-6355 (seleccione la opción # 7).

► **Coalición Nacional del Cáncer de Cerviz**

(National Cervical Cancer Coalition)
1-800-685-5531 (Para pacientes con cáncer de cerviz y sus familias)
www.nccc-online.org

Dirección:

16501 Sherman Way, Suite 110
Van Nuys, CA 91406

Correo electrónico:

info@nccc-online.org

Esta página Web ofrece información para las pacientes, los resultados de las investigaciones más recientes, historias personales de sobrevivientes del cáncer de cerviz e información si usted desea hablar por teléfono con otra sobreviviente. Los elementos más importantes de esta página Web están disponibles en español.

► **La Campaña Nacional del Virus de Papiloma Humano y del Cáncer de Cerviz**

(The National HPV & Cervical Cancer Campaign)
www.cervicalcancercampaign.org

Esta página Web ofrece información para las pacientes y las preguntas y respuestas más comunes sobre el cáncer de cerviz, las causas, los procedimientos de examen, los tratamientos y otros temas de importancia.