Día Internacional del Cáncer de Mama

Celebración y reivindicación

Naiara Baza

LA Asociación de Mujeres Mastectomizadas de Bizkaia, Acambi, aprovechó la celebración del Día Internacional del Cáncer de Mama –19 de octubre– para reclamar por parte de las autoridades sanitarias mejoras en la atención de las personas afectadas por esta enfermedad. En la edición de este año, orientaron su reivindicación hacia el tratamiento del linfedema, una secuela derivada de la patología mamaria que condiciona sobremanera la vida cotidiana de las mujeres y hombres –pocos pero existen casos– que la padecen o la han padecido.

El linfedema puede aparecer "por la radiación de la zona afectada o por la disección de los ganglios linfáticos axilares". Así lo señalaron en su comparecencia Georgina Sastre y Kaika Gil, presidenta y socia de Acambi, que estuvieron acompañadas por la representante de la Fundación BBK, Begoña Ortuondo. Pero sea cual fuere el motivo de su aparición las consecuencias siempre son las mismas. "Se hincha el brazo, se pierde movilidad, se mantiene una constante sensación de presión y pesadez y por tanto, te ves obligado a descansar tras un rato de esfuerzo físico". Además, de "las limitaciones referentes a la vida laboral, ya que a pesar de que es aconsejable retomar la actividad profesional tras la enfermedad, hay condicionantes que modifican o imposibilitan el ejercicio habitual de dicha actividad".

Acambi insiste en la importancia de las prácticas de detención precoz

Por tanto, la reclamación de Acambi se orienta a una mayor y más pronta disponibilidad para la rehabilitación y la concienciación de los profesionales sanitarios. "En muchas ocasiones, escuchamos a personas afectadas que algunos médicos o enfermeras no les tienen en consideración o les contestan de mala manera al hacer la indicación de que no les pinchen o no les tomen la tensión en el brazo del lado operado", relatan.

Reivindicación tradicional

Como viene siendo habitual en las reuniones que estas mujeres llevan a cabo en su sede bilbaina, en la calle General Eguía 33, insistieron una vez más en la importancia de las prácticas de detención precoz y plantearon a las autoridades sanitarias una serie de reivindicaciones, entre ellas, la necesidad de que se rebaje la edad del inicio de las mamografías, "puesto que la edad de la aparición del tumor mamario ha descendido". En su demanda además piden que se "mejore la información a las mujeres para que se incrementen las prácticas preventivas y que aumenten los equipos multidisciplinares en la Sanidad".

'Una nueva mirada a la vida'

N. B.

"DE las más de 8 millones de mujeres en todo el estado que tienen o superan los cincuenta años –edad media de la llegada de la menopausia–, más del 75% sufre un deterioro en su calidad de vida y bienestar asociado a la llegada de esta etapa de la vida". Son palabras de Javier Ferrer, presidente de la Asociación Española para el Estudio de la Menopausia (AEEM), pronunciadas con motivo del Día Internacional de la Menopausia que se celebró el pasado 18 de octubre bajo el lema *Una nueva mirada a la vida*. En nuestro entorno más cercano, en la Comunidad Autónoma Vasca, se estima que son unas 400.000 mujeres las que atraviesan este periodo físico en estos momentos.

Enfermedades cardiovasculares, osteoporosis, tumores ginecológicos, incluso la enfermedad de Alzheimer son algunas de las patologías cuyo riesgo de aparición aumenta con la llegada de la menopausia. De todas ellas, "la osteoarticular" es una de las que más preocupa a los ginecólogos. "Estimamos que una de cada dos mujeres mayores de cincuenta años puede sufrir una fractura ósea y una de cada tres con más de ochenta sufrirá una fractura de cadera" debido a la mencionada enfermedad.

Unas razones, las anteriores, más que suficientes para concienciar a las mujeres acerca de la importancia que tiene ponerse en manos de los expertos y seguir un tratamiento individualizado de los síntomas climatéricos para que la menopausia sea simplemente una etapa más de la vida. Sin embargo, según los resultados de una encuesta realizada por la Asociación Nacional para el Desarrollo de la Salud de la Mujer, el 38% de las féminas a las que se les prescribe tratamiento hormonal, no inicia la terapia por temor a los efectos secundarios a pesar de que más del 90% de las que la utilizan están satisfechas con el alivio de los sofocos.

Ante esta circunstancia el profesor Ferrer quiso lanzar un mensaje de serenidad: "En este país, los expertos encargados del cuidado de la mujer menopaúsica, utilizamos el tratamiento hormonal siempre por periodos inferiores a cinco años, por lo que las usuarias de este tratamiento deben estar tranquilas". "Según la Sociedad Internacional de la Menopausia –continúa– los resultados de los estudios publicados sobre los efectos secundarios de la Terapia Hormonal Sustitutiva (THS) han sido extrapolados erróneamente a todas las mujeres que la utilizan y, sin embargo, este tratamiento es el más efectivo para el alivio de los síntomas vasomotores y manifestaciones urogenitales".

Fobias, ansiedad y depresión son los problemas más tratados con esta técnica

Psicología e hipnosis

N. B.

LA hipnosis se presenta como un método alternativo y complementario a los enfoques tradicionales en la curación de las enfermedades mentales. Al parecer el 70% de las personas tratadas con este tipo de terapia logra la superación o una mejoría notable en el tratamiento de sus problemas. Las fobias, la ansiedad, la depresión, el insomnio, la obesidad o el tabaquismo, suelen ser las patologías más recurrentes y en las que se obtienen asimismo los mejores resultados.

En palabras de Luis de Nicolás, Profesor Catedrático Emérito de la Facultad de Psicología de Deusto, "la psicología de la salud, que ha surgido en estos últimos años, no sólo incide en el hecho de mejorar y optimizar lo que se puede considerar saludable, sino en fomentar comportamientos y estilos de vida, requiriéndose soluciones interdisciplinares para el tratamiento y la prevención de las enfermedades mentales". De ahí, que tanto los métodos tradicionales como los de sensibilización sistemática, autocontrol, autoconocimiento, psicodrama, hipnosis, etcétera, sean todos válidos "para lograr el bienestar de los pacientes".

Los expertos Arthur Rowshan y Luis de Nicolás

En su comparecencia, que tuvo lugar en el Hotel Ercilla, Luis de Nicolás estuvo acompañado por Arthur Rowshan, experto en Hipnosis Clínica y conocido por su tratamiento para abandonar el hábito del tabaquismo basado precisamente en la técnica de la hipnosis.

Según un estudio realizado por el propio Rowshan, de las personas que recurren a la hipnosis para tratar de superar distintas patologías, "el 70% logra dejar de fumar, el 80% mejora de sus fobias, el 75% logra resultados notables en problemas relacionados con la ansiedad y la depresión y el 65% consigue alcanzar un peso saludable".

Contra la creencia popular, bajo la hipnosis las personas no perderán la consciencia ni la voluntad, ni tampoco desvelarán datos que no deseen. Es simplemente una herramienta más –sin ninguna clase de contraindicación– al servicio de los profesionales de la psicología, que suele emplearse cada vez más como complemento a otras terapias psicológicas o farmacológicas.

Cabe señalar que en la Comunidad Autónoma Vasca, las dolencias mentales más comunes son la ansiedad y el estrés, seguidas de la depresión y, a mayor distancia, la esquizofrenia. La incidencia de este tipo de patologías es muy notable, por ejemplo en Bizkaia de cada 1.000 habitantes, cinco está afectado por alguna patología de estas características. Unas cifras que sitúan a nuestra provincia en un nivel similar al de los países de la Comunidad Europea.