



Reconstrucción de vidas



Alejandra Ballesteros Castellanos
alejandraballesterosc@gmail.com

Licenciatura en Comunicación Pública
Universidad de Guadalajara

Ángeles López Jiménez.
prodipa@gmail.com

Licenciatura en Comunicación Pública
Universidad de Guadalajara

Realizado: Junio 2011
Recibido: Septiembre 2013
Aceptado: Octubre 2013

Hace seis años a Juanita le diagnosticaron cáncer de seno. Era el año 2007 cuando decidió buscar atención médica para tratarse una molestia en su seno derecho. Luego de que el especialista le realizara una biopsia, los resultados demostraron que su seno había desarrollado células cancerosas y la única solución era retirar el tejido dañado para prevenir que la enfermedad se propagara.

Cada 35 minutos una mujer es diagnosticada en el mundo con cáncer de mama. En Latinoamérica, las mujeres presentan cáncer de mama, en promedio, entre los 45 y los 55 años de edad.

Existen varios procedimientos para la detección temprana de este padecimiento: en mujeres menores de 40 años el estudio ideal es un ecosonograma o un ultrasonido mamario y para mayores de 41 años el estudio ideal es la mamografía. No obstante, la biopsia es el único procedimiento que proporciona un diagnóstico confiable.

Cuando ingresó al quirófano, Juanita creía que le retirarían sólo una porción de su seno, sin embargo cuando despertó de la anestesia se encontró con que se lo habían extirpado por completo.

La Dra. Celina Kishi, especialista en reconstrucción mamaria, comenta que actualmente la tendencia es sólo retirar el tumor o un cuadrante de la mama afectada, ya que retirar la mama por completo no aumenta las expectativas de recuperación.

La detección temprana del cáncer de mama te puede salvar la vida

Autoexploración:

Lo ideal es revisarte del quinto al séptimo día después de tu periodo menstrual, siguiendo los siguientes pasos:

1. Párate frente al espejo y pon ambas manos en la nuca, después en la cintura haciendo fuerza para observar si existe alguna asimetría, retracción, irregularidad o cambio en la piel.
2. Inclínate hacia el frente para distinguir las retracciones ocasionadas por nervios o tumores, ubicados en la parte posterior de la mama.
3. Recuéstate con el tórax hacia arriba, es decir, boca arriba, para verificar que las mamas se extiendan hacia los lados.
4. Realiza, durante el baño, una exploración con las manos enjabonadas para facilitar la revisión. Se empieza de afuera hacia dentro.

Este procedimiento debe de realizarse cada mes.

Señales de alerta

- Si se presenta una bolita en la mama.
 - Si durante la exploración de la mama existe retracción.
 - Si la caída de las mamas no es igual.
 - Si se presenta diferencia en la coloración en la piel.
 - Si existe inflamación de alguna parte del seno.
 - Irritación o hendiduras en la piel.
 - Dolor del pezón o que el pezón se invierte.
 - Enrojecimiento o descamación de la piel del seno o del pezón.
 - Una secreción del pezón que no sea leche materna. Puede ser con sangre o de color amarillenta.
 - Masa acumulada en la zona de debajo del brazo.
- Si se presenta uno o varios de estos síntomas, se debe acudir con un especialista.

"Es como si yo hubiera nacido con una gemela y de un día para otro se fuera o se muriera. Eso es lo que yo sentía por mi seno izquierdo, compasión por que se había quedado solo", expresó la mujer de 58 años. Indicó que acciones diarias, como bañarse o cambiarse de ropa, le resultaban muy difíciles porque no soportaba mirar su cuerpo incompleto. "Yo me aventé todo el tiempo de adaptación sola ya que nunca vi a un psicólogo, por desidia, por falta de tiempo. Mi terapia era mi trabajo, y el estar con mis hijas", comentó. Ninguno de los especialistas que la atendieron le informó que la terapia psicológica era parte esencial para su recuperación integral.

Teresa Mendoza, vicepresidenta de la asociación civil Decídete a Reconstruirte (DAR), dice que son muy

pocos los especialistas que se preocupan por las secuelas psicológicas que tiene una intervención de este tipo y, en muchos casos, no vinculan a sus pacientes con expertos.

El tratamiento integral para la recuperación incluye un equipo de enfermería, oncólogos, asesoría psicológica y la cirugía plástica.

Un cirujano, amigo de la familia, se enteró de la situación de Juanita y le propuso la reconstrucción de seno. Una vez planteados los beneficios, le entusiasmó la propuesta. "La idea de la reconstrucción de seno me devolvió la vida, me emocioné mucho, me puse muy feliz y automáticamente dije que sí. Pero a los pocos minutos dije 'no puedo pagarla'. La operación debe ser cara y yo no puedo pagarla, sólo hago el aseo en una escuela de gobierno", a lo que su amigo respondió: "si eres candidata y es lo que quieres, te la regalo."

"Las mujeres que han vencido al cáncer, que no son fumadoras, no tienen sobrepeso y no padecen alguna enfermedad crónica, son candidatas para la reconstrucción de mama", plantea la doctora Kishi.

Advierte además sobre la importancia de que las mujeres conozcan las alternativas de reconstrucción.

Etapas en el diagnóstico de cáncer

* Etapa 0 o in situ: Es un tumor precoz que puede llegar a otros tejidos. Atenderlo de inmediato casi siempre garantiza un 100% de curación.

* Etapa 1: La bolita tiene un tamaño menor a dos centímetros y permanece en la mama. Las probabilidades de curación son cercanas al 90%.

* Etapa 2: Existen dos variantes. En la primera, el cáncer mide menos de dos centímetros, pero ha llegado a los ganglios de las axilas. En la segunda variante, el tumor tiene entre 2 y 5 cm, sin llegar a la zona axilar. En este caso, las probabilidades de curación son del 50% al 80%.

* Etapa 3: Mide menos de 5 cm, pero ya se ha diseminado por los ganglios linfáticos axilares (bajo el brazo) y se ha adherido a otras estructuras. También puede extenderse a la piel, al área de las costillas o los músculos pectorales.

* Etapa 4: El cáncer ya ha invadido otros órganos del cuerpo, tales como huesos, pulmones, hígado, cerebro, ganglios del cuello o cerca de la clavícula. En este caso ya no hay cura, sin embargo, se recurre a otro tipo de tratamientos para mejorar y alargar la vida de la paciente (como las terapias blanco, a través de otros medicamentos).

A menos de un año de que su mama izquierda se había quedado sola, ya tenía una compañera, una prótesis de silicón que está cubierta de piel y tejidos de su espalda. Aunque al principio a Juanita le costó trabajo aceptarla porque pensaba que no era normal, con el paso del tiempo, y al observar los beneficios, comenzó a sentir la suya. "Ahora la quiero igual que a la otra, es mía y le doy gracias a Dios por estar viva y contar mi historia", señaló.

La especialista informa que los efectos psicológicos que se tienen después de la reconstrucción son positivos, ya que mejora el autoestima, incrementa la seguridad, disminuye el miedo, se revierte el deterioro de la imagen corporal y se mejora la adaptación social.

Ahora se siente una mujer completa, segura, contenta y siempre viendo hacia el frente. No concibe su vida sin la reconstrucción: "yo creo que si no me hubiera operado mi vida sería 'chaparra'. Quizá seguiría llorando y sin poderme ver al espejo, aunque probablemente ya me hubiera hecho al ánimo de verme así. Pero, simplemente, la reconstrucción de seno me cambió la vida".

“Viví con ella cuatro años y jamás pedí una segunda opinión”

Socorro, de 61 años, vivió cuatro años con una bolita en el seno izquierdo.

Durante ese periodo visitó regularmente al oncólogo, quien determinó que la causa era hormonal. Cuando la apariencia de su seno cambió, el especialista solicitó una biopsia. El diagnóstico fue cáncer de mama, etapa dos.

La doctora Celina Kishi, plantea que el cáncer de mama no se puede prevenir, pero la detección temprana aumenta las expectativas de recuperación.

La especialista propone que el médico de primer contacto sea quien derive a sus pacientes con el especialista ante cualquier sospecha, por mínima que ésta sea.

“Siempre me arrepiento de no haber pedido una segunda opinión, o escuchar a mi esposo y a mi ginecólogo que me decían que me quitara esa bolita. Nunca lo hice. El hubiera no existe, pero ojalá les hubiera hecho caso”.

Socorro vivió más de 5 años con una prótesis de silicón externa, que se coloca por debajo del sostén para simular el seno. Estas prótesis pueden ser de silicón o de gel polímero. Este último muestra mayor comodidad, confort, naturalidad, ya que está hecho de un material blando y suave al tacto. “Yo decía que no ocupaba la reconstrucción de seno, pero sí la necesitaba por que no era feliz con mi cuerpo”.

Asociación civil DAR

Brinda atención y orientación a las mujeres que han padecido cáncer de mama para su reconstrucción física social y emocional.

Teléfono: 3823-3723
extensiones. 207-210

Página web:
www.fundacion-dar.com.mx

Instituto Jalisciense de Cirugía Reconstructiva “Dr. José Guerrerosantos”

La reconstrucción de mama es un programa prioritario del Instituto. Brinda apoyo integral en este proceso y ofrece costos accesibles.

Teléfono: 38-24-31-36

En su familia ya se habían presentado casos de cáncer de mama y fue una de sus primas quien le recomendó acudir al Instituto Jalisciense de Cirugía Reconstructiva (IJCR). "Simplemente dije sí, sin embargo mi esposo no quería que me operara otra vez. Yo creo que era el temor de que algo me pasara", comentó Socorro.

Un grupo de especialistas del IJCR la valoraron y le recomendaron la mejor opción para su caso. El procedimiento consistió en retirar tejido y grasa del abdomen bajo, para crear la forma del seno sin necesidad de utilizar un implante de silicón. Además de que se le brindó terapia física y psicológica.

A más de un año de su reconstrucción manifiesta estar contenta, porque puede volver a usar prendas con escote o trajes de baño sin sentirse observada, o sin preocuparse porque el relleno del sostén se mueva de su lugar. Comenta que la cirugía y la fundación DAR, que ofrece apoyo a las mujeres que han optado por la reconstrucción, le han ayudado a recuperar su seguridad, además del gran apoyo que ha recibido de su familia.

"Yo creía que no necesitaba la reconstrucción, pero ahora que la tengo veo que me regresó mi autoestima, mi confianza y la seguridad. Simplemente la recomiendo, ¡cambia vidas!"

Socorro espera los resultados de otra bolita que se detectó recientemente en el seno derecho, espera que sea benigna.

En México pocas mujeres llevan a cabo una rutina de autoexploración para detectar a tiempo el cáncer de mama, a pesar de ser la primera causa de muerte prevenible.

Prótesis mamaria

Existen prótesis y brasiers especializados para después de la mastectomía, y para antes de tomar la decisión de la reconstrucción. Estas prótesis mamarias externas, o prótesis de pecho, puede estar compuestas de silicón o gel polímero. Es un material que no puede pincharse a diferencia de las prótesis de silicona. Está compuesto de un material blando y suave al tacto, lo que proporciona una idea de naturalidad. Las tallas o el tamaño de las prótesis dependerán del tamaño del otro seno, para crear simetría y equilibrio del cuerpo. Existen dos tipos de prótesis: de gota y de triángulo. Se deberá escoger el modelo conforme a la cirugía realizada, la forma del seno natural y el que brinde mayor comodidad a la paciente. La vida de la prótesis puede ir de 3 a 4 años, dependiendo de los cuidados que se tengan, como lavar con jabón neutro y no tallar. Se puede encontrar más información en la página:

www.Biofemme.com.mx