

FOX CHASE

CANCER CENTER



CÁNCER DE MAMA

Es el más común
entre las latinas

APRENDIENDO Y
TRABAJANDO CON LA
COMUNIDAD >3.3

EL CENTRO DE
CÁNCER DE LA MUJER
EN FOX CHASE >3.3

CÁNCER
COLORECTAL Y LOS
LATINOS >3.4

El cáncer de mama en las mujeres latinas

El cáncer de mama es el cáncer más común en las mujeres latinas. Se diagnostica frecuentemente en una etapa avanzada. Debido a esto, las mujeres latinas tienen mayor probabilidad de morir por esta enfermedad que las mujeres de otras razas. Quizá suceda debido a que las Latinas no están seguras a cuándo empezar sus chequeos regulares como la mamografía (rayos x de la mama).

La doctora Irma Russo del centro de cáncer de Fox Chase dice “No hay que temerle a la palabra cáncer; hay que enfrentarla con el conocimiento de que esta enfermedad es curable si se la diagnostica temprano y si el tumor se extirpa totalmente con cirugía y tratamientos de seguimiento adecuados”.

Mitos y realidades sobre el cáncer de mama

Mito: Solo las mujeres padecen cáncer de mama.

Realidad: Los hombres también padecen de esta enfermedad.

Mito: Las mujeres de 40 años o más tienen menos probabilidades de cáncer de mama.

Realidad: Este cáncer se encuentra con mayor frecuencia en mujeres de 40 años o más.

Mito: Solo las mujeres con historial familiar tienen mayor riesgo de cáncer de mama.

Realidad: Existen muchas cosas que pueden poner a una mujer en mayor riesgo para esta enfermedad.

Mito: Si una mujer es diagnosticada con cáncer de

mama, perderá ambos senos.

Realidad: La mastectomía (cirugía para remover el seno) es una opción, pero hay otras opciones.

Mito: Si no da de mamar, padecerá de cáncer de la mama.

Realidad: No existen estudios confiables sobre la lactancia y el cáncer.

Los riesgos del cáncer de mama

Aunque las causas del cáncer de mama son generalmente desconocidas, hay ciertas cosas que aumentan el riesgo:

- » Historial familiar de cáncer de mama (madre, hija o tía diagnosticada con esta enfermedad)
- » Historia personal de una enfermedad benigna de mama
- » Tener una mutación genética (cambio en un gene) para el cáncer de mama—BRCA1 o BRCA 2.
- » Dar a luz a su primer hijo después de los 30 años.
- » No tener hijos
- » Haber recibido terapia de reemplazo hormonal (HRT por sus siglas en inglés)
- » Menstruación antes de los 12 años
- » Menopausia tardía
- » Tener 40 años de edad o más

Detección y diagnóstico del cáncer de mama

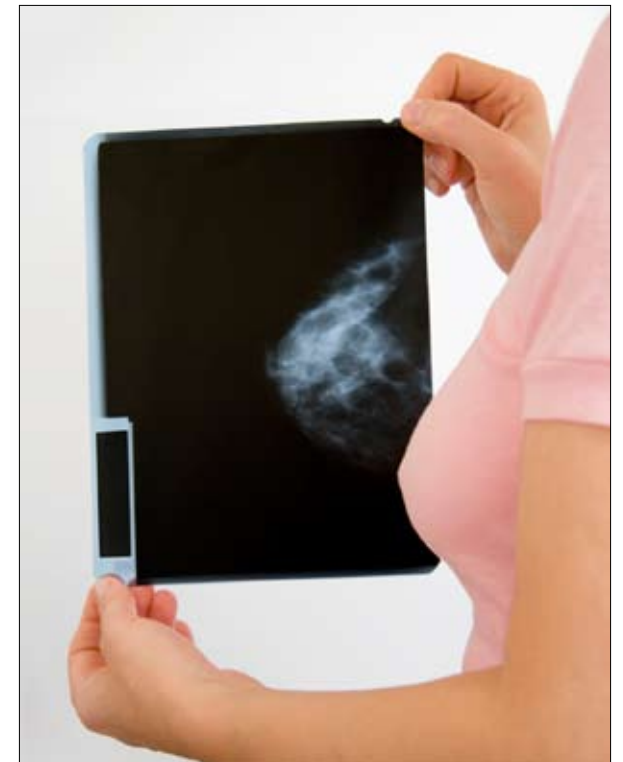
¿Cómo puedo aprender más sobre mi riesgo para el cáncer de mama?

El Centro de Cáncer de Fox Chase tiene un programa de evaluación de riesgo donde estudian los factores genéticos los cuales nos ponen en mayor riesgo de padecer cáncer. El equipo de evaluación de riesgos —médicos, enfermeras y consultores genéticos— estudia su perfil respecto al cáncer de mama, de ovario y otros tipos de cáncer. Conocer sus riesgos puede ayudarle a reducir sus probabilidades de padecer cáncer.

La participación en el programa de evaluación de riesgos de Fox Chase incluye:

- » Estudio completo de su historial médico
- » Estudio del historial familiar de cáncer
- » Un examen clínico
- » Pruebas genéticas y consultoría, cuando corresponda
- » Maneras para reducir su riesgo de padecer cáncer

Las pruebas genéticas podrán ayudarlo



a saber si tiene alto riesgo de padecer cáncer. La consultoría genética le ayudará a usted y a su familia a entender su riesgo.

¿Cuándo se es demasiado joven para preocuparse respecto al cáncer de mama?

Nunca. Mientras el cáncer de mama en mujeres jóvenes constituye solo un pequeño porcentaje, el impacto de esta enfermedad es extenso. Existen más de 250.000 mujeres en los EE.UU., diagnosticadas con cáncer de mama a los 40 años de edad o antes. La realidad es que el cáncer de mama es la causa número uno de muertes por cáncer en mujeres entre los 15 y 54 años.

Muchas mujeres no saben que tienen riesgo para cáncer de mama y no hay una buena manera de examinar a las mujeres menores de 40 años. Las jóvenes frecuentemente son diagnosticadas en una etapa más avanzada. Hay muy pocas investigaciones para esta población joven y ellas se sienten aisladas. El mejor mensaje es que “¡conozcan su cuerpo!” Conozcan los signos del cáncer de mama, y sepan sus riesgos. Haciendo un auto examen, una mujer debe saber cómo se ven y sienten sus senos. Si detecta un cambio, visite al médico. Se recomienda que las jóvenes conozcan sus riesgos, su historial médico y factores de riesgo personales.

¿Cómo se puede detectar el cáncer de mama?

Hay varias maneras de ver si existen señales del cáncer de seno.

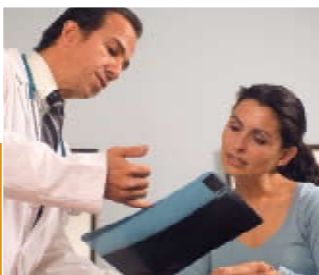
Un auto examen del seno cada mes, si tiene 20 años de edad o más.

Sométase a un examen clínico como parte de su examen físico cada tres años si tiene entre 20 y 40 años (un examen en el que su médico o enfermera toca los senos para ver si encuentra bultos o señales de

Vea MUJERES | 3.4»

Centro De Cáncer De La Mujer

Juntos Podemos { cuidar aprender apoyar tener éxito }



En el Centro de Cáncer de Fox Chase, el Centro de la Mujer ofrece un ambiente ideal para la atención médica. El Centro de la Mujer (WCC en inglés) brinda una amplia variedad de servicios para todas las mujeres – si están diagnosticadas con cáncer de seno o ginecológico o están a riesgo. Ofrecemos exámenes de rutina. Los servicios incluyen prevención, evaluación de riesgo, diagnóstico, detección temprana, tratamientos con tecnología avanzada, reducción del estrés y programas de apoyo.



FOX CHASE
CANCER CENTER

Philadelphia, Pennsylvania 19111
www.foxchase.org

215-728-3001 | 215-728-5592 - Español

Aprendiendo y trabajando con la comunidad

Satisfaciendo las necesidades de los latinos

Nadie quiere escuchar a su médico decir: “Tiene cáncer”. Sin embargo, esta enfermedad es la segunda causa de muerte en los latinos. El personal del Centro de Cáncer de Fox Chase se dedica aprender cómo evitar el cáncer, cómo mejorar las pruebas para detectarlo a tiempo y su tratamiento. Los educadores en salud de Fox Chase quieren compartir los últimos conocimientos sobre el cáncer con usted para que pueda hacer mejores decisiones sobre su salud y la de su familia.

La lectura es una buena forma para aprender; asistir a sesiones educativas es otra. El Centro de Cancer Fox Chase brinda sesiones educativas bilingües gratuitas a las organizaciones comunitarias. La Red de Educación del Cancer financiada por el Departamento de Salud de Pensilvania, ha educado a más de 600 latinos con sesiones educativas en el área Sureste del estado este año.

El Centro de Cáncer de Fox Chase trabaja con organizaciones locales como Puentes de Salud y la Clínica María de los Santos donde nuestra unidad móvil se lleva para brindar mamografías gratuitas para las personas a las que estas organizaciones atienden. En el sur de Filadelfia, Puentes de Salud ofrece atención médica a bajo costo a la comunidad Mexicana. Puentes de Salud también trabaja en asociación con otros grupos para crear programas educativos y promover el desarrollo comunitario. En el norte de Filadelfia, la Clínica María de los Santos ofrece servicios bi-culturales y bilingües a los latinos.



Con la asistencia financiera de la Breast Cancer Relief Foundation, el Centro de Cáncer de Fox Chase ha podido ofrecer mamografías a las mujeres Latinas que no cuentan con seguro médico.

En abril, Fox Chase se unió a la Asociación Cultural Puertorriqueña del condado de Bucks, y otras organizaciones, para llevar el “Día de la Mujer Latina”, un festival de la salud con exámenes de salud gratis, entre ellos mamografías, talleres e información sobre la salud, a Bristol Pensilvania. Evelyn González, Directora de Programas Comunitarios en el Centro de Cáncer de Fox Chase, señaló que “Muchas mujeres que recibieron mamografías expresaron su gratitud ya que habían pospuesto estos exámenes debido a que no contaban con seguro médico.”

Si desea obtener más información sobre los servicios de Fox Chase o si le gustaría ofrecer una sesión educativa en español para su organización o iglesia, llame a Rosa Ortiz al teléfono 215-728-5592.



El Centro de Cáncer de la Mujer en Fox Chase ofrece muchas opciones en un solo lugar

Las mujeres que padecen cáncer de mama, ovario, útero o cervix—madres, hijas, hermanas, amigas y esposas—ahora cuentan con un lugar al que pueden acudir para obtener atención completa todo en un solo lugar. Es el primer Centro en su clase en el área de Filadelfia y aprovecha los tratamientos especiales que el Centro tiene para las mujeres. Es el Centro de Cáncer para la Mujer en Fox Chase.

El Centro del Cáncer de la Mujer ofrece un tratamiento completo con programas clínicos en las áreas de riesgo, investigación, diagnósticos, ensayos clínicos, tratamientos, apoyo, y supervivencia.

Además del tratamiento médico avanzado, el centro proporciona educación al paciente, red de salud y servicios de apoyo. Incluyen a las mujeres en riesgo para desarrollar estas enfermedades.

“La idea es la de tratar a la mujer en su totalidad, y no solo la enfermedad”, explica el director y fundador doctor Robert Burger, especialista en cáncer de ovario en el Departamento de Oncología Quirúrgica y subdirector para la investigación en oncología ginecológica de Fox Chase. “El cáncer exige atención clínica, por supuesto, pero debido a que el cáncer no constituye la totalidad de quien es el paciente, no será el único enfoque de la atención que reciba.”

Las mujeres que son parte del Centro re-

ciben atención individualizada que se enfoca en el bienestar, reducción del estrés, calidad de vida y acceso a oportunidades de investigación.

Situado en el recién ampliado Pabellón “Robert C. Young, MD” en el campus de Fox Chase en el noreste de Filadelfia, el Centro para el Cáncer de la Mujer une un equipo de expertos que incluye cirujanos, oncólogos médicos y otros que se especializan en senos y cánceres ginecológicos. Ellos trabajan juntos para asegurar el cuidado de más alta calidad al paciente.

Para ayudar a los pacientes en su jornada con cáncer, el centro ofrece servicios de navegación donde asignan a cada paciente una enfermera especialmente entrenada para ayudar en la coordinación de servicios y de tratamientos.

Desde la primera llamada para obtener una cita, el personal trabaja para que su experiencia sea una agradable. La primera visita incluye una reunión con un equipo de especialistas. El Centro tiene 12 salas de examen, e incluye equipo de unidades de mamografía digital y de ultrasonido.

Si usted conoce a alguien que tiene cáncer le invitamos a que nos visite. Si necesita ayuda en Español llame a Rosa Ortiz al (215) 728-5592.

Tabién puede obtener más información sobre el centro para cáncer de la mujer de Fox Chase visitando la página de Internet www.foxchase.org

El Cáncer Colorectal y los Latinos

El cáncer colorectal es el cáncer que se encuentra en el colon/recto. Es parte del sistema digestivo. Más de la mitad de todas las muertes por este cáncer se pueden evitar si a la edad de 50 o más nos hiciéramos un examen para detectar este cáncer.

El cáncer colorectal afecta a hombres y mujeres por igual. Comienza con el crecimiento de pólipos en el colon o recto. La mayoría de los pólipos no son cáncer pero se pueden convertir en cáncer si no los eliminan a tiempo. No sabemos qué causa los pólipos, pero la tendencia es que estos se encuentran en familias. Los exámenes ayudan a encontrar los pólipos y sacarlos evita que se conviertan en cáncer.

El cáncer colorectal es el segundo cáncer más común entre Latinos. Las mujeres Latinas tienen más probabilidad de ser diagnosticadas con cáncer avanzado que otras mujeres. La Dra. Oralía García Dominic de Penn State dice: "el CRC es uno de los cánceres más prevenibles. Si los pólipos adenomatosos detectados por el estudio se sacaran antes de transformarse en cáncer, habría una disminución del CRC nuevo y de la mortalidad relacionada. Desafortunadamente, los estudios para detectar el CRC nos una practica común entre los Latinos. Los Latinos deben de hablar con su médico acerca de los estudios del CCR porque el tratamiento depende en gran medida de cuan temprano se detecte el cáncer."

Usted esta a riesgo si:

- » Tiene 50 años de edad o más.
- » Tiene pólipos
- » Tiene un familiar cercano que tenga o haya tenido cáncer colorectal.
- » Tiene la enfermedad de intestino inflamatoria crónica.
- » Fuma
- » Tiene historia de cáncer de seno, ovarios o uterino

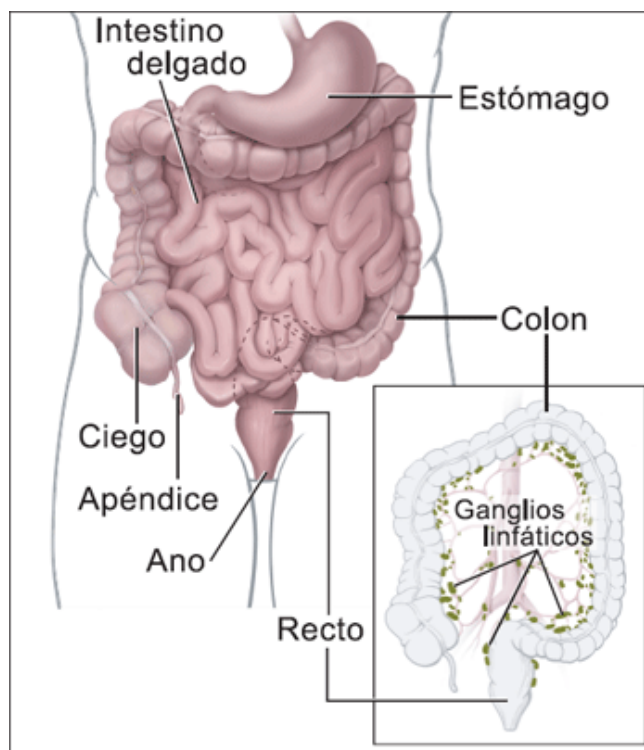
¿Cuáles son los síntomas del cáncer colorectal?

- » Diarrea o estreñimiento
- » Sensación que su intestino no vacía
- » Excreta más estrecha que lo normal
- » Sangre en la excreta
- » Dolor de estómago, dolores, o calambres
- » Perdida de peso sin razón
- » Sensación de cansancio todo el tiempo
- » Náuseas o vómitos

¡Hágase los exámenes!

El cáncer colorectal se puede prevenir haciéndose exámenes regularmente. La mayoría de los seguros cubren los exámenes para cáncer colorectal. Si usted tiene 50 años o más, hable con su doctor.

- » FIT o alta sensibilidad inmunológica fecal de la prueba de la prueba (una vez al año) - para el cáncer
- » FOBT - análisis de sangre oculto fecal (una vez al año) - también conocido como prueba de la excreta, es un estuche para ver si hay sangre oculta en la



excreta.

- » Sigmoidoscopia (cada cinco años) - una prueba hecha por su doctor donde se inserta un tubo encendido para mirar el interior del recto y parte del colon.
- » Colonoscopia (cada 10 años) - una prueba hecha por su doctor que utiliza un tubo largo encendido doble para mirar el intestino grande.

¿Qué más puede hacer?

¡Hágase los exámenes y estos consejos!

- » Haga ejercicio 30 minutos al día
- » Coma frutas y vegetales (verduras)
- » Haga una dieta baja en grasa.
- » Limite el alcohol y el tabaco.
- » Comparta esta información con sus seres amados

¡Conozca la Verdad! Rosa Ortiz, educadora de la salud en el Centro de Cáncer de Fox Chase, nos dijo sobre los algunos mitos que oye en la comunidad.

Mito: Solamente los hombres padecen de cáncer colorectal.

Realidad: Tanto los hombres y las mujeres pueden desarrollar cáncer colorectal.

Mito: El examen para detectar cáncer colorectal es doloroso.

Realidad: ¡Las pruebas no son dolorosas! - FOBT y la FIT son pruebas no invasoras. - Sigmoidoscopia y la colonoscopia se hacen bajo anestesia (la anestesia es la medicina que bloquea cualquier sensación, incluyendo la sensación del dolor durante la prueba).

Para aprender más sobre cáncer colorectal o para recibir folletos gratis, llame a Rosa Ortiz en 215-728-5592.

Gilberto Rolón Sobreviviente de Cáncer



Todos sabemos que someterse a una colonoscopia no es nada divertido. Quizá sea por eso que Gilberto Rolón esperó hasta cumplir 70 años antes de someterse a su primer examen. El ya tenía síntomas. La colonoscopia lo confirmó. Tenía cáncer de colon. "En la cultura latina, no hablábamos del cáncer", recuerda Gilberto. "Así que la idea de prevenir y hacer pruebas no es algo con lo que nos sentimos cómodos. Soy el primero en mi familia con cáncer", dice. "El diagnóstico cambió mi vida". Para leer más sobre Gilberto Rolón visite la página de Internet <http://www.fccc.edu/cancer/minorities/latino.html>.

MUJERES | Viene de 3.2

cáncer de la mama).

Hágase a una mamografía todos los años si esta entre los 40 y 50 años.

Hágase a una mamografía cada dos años si esta entre los 50 y 74 años.

¿Cuáles son los síntomas del cáncer de mama?

Cuando empieza el cáncer del seno, no hay síntomas. Pero según crece, puede causar lo siguiente:

- » Un bulto
 - » Un cambio en el tamaño o la forma del pecho
 - » Dolor
 - » Piel escamosa, roja o inflamada
 - » Líquido que sale del pezón que no es leche
- Si nota un cambio debe hablar con su médico inmediatamente.

Si le diagnostican con cáncer del seno, hay varias opciones de tratamiento, entre ellas:

- » Cirugía
- » Radiación
- » Quimioterapia
- » Otros

Si tiene cáncer de mama, también necesita hablar con su médico sobre el riesgo de cáncer de ovario.

¿Qué puede hacer para reducir su riesgo de padecer cáncer de mama?

Aunque el cáncer de mama es el cáncer más diagnosticado en la mujer latina, hay cosas que puede hacer para reducir su riesgo.

- » Coma alimentos saludables
- » Limite el alcohol y tabaco
- » Evite la terapia hormonal
- » Mantenga un peso saludable

¡Por Nuestra Familia, Cuidemos Nuestra Salud! Para obtener mayor información o recibir una copia de **Cambios Comunes en el Seno** llame a Rosa Ortiz al teléfono **215-728-5592**.