TELVA

Nº y fecha de publicación : 110501 - 01/05/2011
Difusión : 181434
Periodicidad : Mensual
TELVA_110501_27_1.pdf
VPB : 103990€
Web Site: http://www.recoletos.es/teva
Página : 27
Tamaño : 100 %
3708 cm2

208 Hablamos con el experto: el doctor Armando Tejerina tiene buenas noticias en la lucha contra el cáncer de mama.

BERBÉS ASOCIADOS
Consultores de Comunicación

TELVA

Nº y fecha de publicación : 110501 - 01/05/2011
Difusión : 181434
Periodicidad : Mensual
TELVA_110501_27_1.pdf
VPB : 103990€
Web Site: http://www.recoletos.es/teva
Página : 206
Tamaño : 100 %
3708 cm2

HABLAMOS CON EL EXPERTO

BUENAS NOTICIAS para el cáncer de mama

Cada año 50.000 mujeres acuden al *Centro de Patología de la Mama* que dirige el **DOCTOR ARMANDO TEJERINA** en Madrid, uno de los mayores especialistas de esta enfermedad en nuestro país. Gracias a los últimos avances en fármacos y técnicas de diagnóstico, asegura que "un 70 por ciento de los cánceres detectados a tiempo pueden tener un buen pronóstico". Pero... ¿cuáles son las pruebas más fiables para detectarlo?, ¿qué alimentación, peso ideal o estilo de vida debes seguir para prevenirlo?... Todo, en 24 preguntas clave.

Escribe: CRISTINA LARRAONDO
Fotos: SERGIO MOYA

BERBÉS ASOCIADOS
Consultores de Comunicación

TELVA

Nº y fecha de publicación : 110501 - 01/05/2011
Difusión : 181434
Periodicidad : Mensual
TELVA_110501_27_1.pdf
VPB : 103990€
Web Site: http://www.recoletos.es/teva
Página : 209
Tamaño : 100 %
3708 cm2

El Dr. Tejerina en su *Centro de Patología de la Mama* de Madrid.

BERBÉS ASOCIADOS
Consultores de Comunicación

TELVA

Nº y fecha de publicación : 110501 - 01/05/2011
Difusión : 181434
Periodicidad : Mensual
TELVA_110501_27_1.pdf
VPB : 103990€
Web Site: http://www.recoletos.es/teva
Página : 21υ
Tamaño : 100 %
3708 cm2

Para poner freno al cáncer el Dr. Tejerina cuenta con un equipo de expertos avalados por años de experiencia. Además, ha sido pionero en la introducción de nuevas tecnologías en nuestro país como la mamografía digital, la ecografía tridimensional y la resonancia magnética.

24 preguntas al experto

1—En su *Centro de Patología de la Mama* ven a unas 50.000 pacientes al año. En los últimos meses, ¿dio más noticias buenas que malas?

—Afortunadamente damos más noticias buenas, ya que de cada diez consultas ocho o nueve no presentan ninguna patología. Pero incluso cuando el diagnóstico es maligno, en un alto porcentaje de los casos podemos decir a las mujeres que hemos llegado a tiempo.

2—Esperanza Aguirre, Luz Casal, Kylie Minogue... ¿Por qué es tan visible en la sociedad el cáncer de mama y no, por ejemplo, el de próstata?

—Porque el de mama es el tumor más frecuente en todo tipo de mujeres, mientras que el de próstata afecta a un grupo de población más reducido y de mayor edad.

3—¿Qué esperanza de vida tienen hoy en España las mujeres con cáncer de mama?

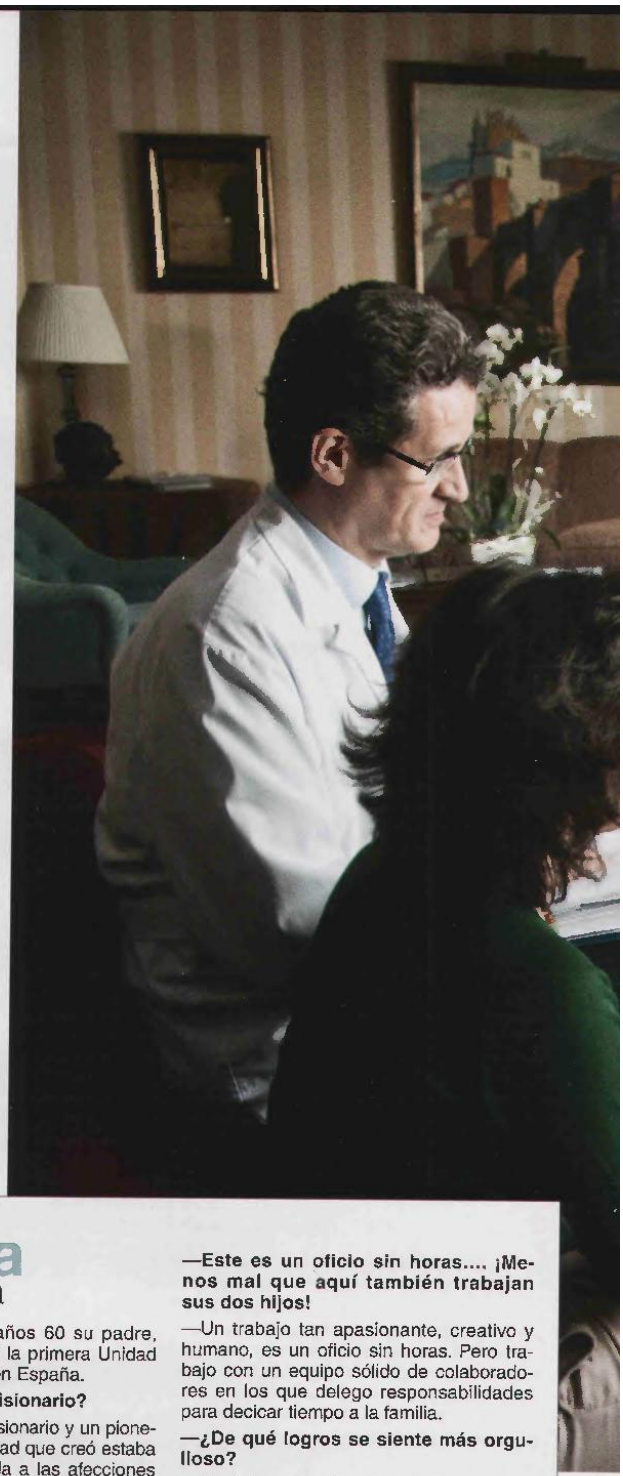
—En nuestro país se dan, anualmente, entre 30-35 nuevos casos por 100.000 mujeres, y un 70 por ciento de los cánceres detectados pueden tener un buen pronóstico si el diagnóstico es precoz. Recientes estudios clínicos demuestran que si las mujeres mayores de 45 años se hacen una mamografía cada año, se reduce la mortalidad entre un 30-40 por ciento.

4—Pero da la impresión de que cada vez más mujeres y más jóvenes lo padecen.

—Así es, casi el 40 por ciento de mujeres con cáncer de mama tienen menos de 50 años. Pero su mortalidad ha disminuído gracias a los diagnósticos más iniciales y a tratamientos que ofrecen soluciones cada vez más definitivas.

5—La clave está en la detección precoz. ¿Cuáles son las pautas correctas para *llegar a tiempo*?

—El mejor tratamiento, insisto, comienza con un diagnóstico temprano. Es obligado hacerse una primera mamografía en torno a los 35-40 años. Después son necesarios controles periódicos, aunque no se observe ninguna anomalía, y *screening*, mamografía para mujeres mayores de 45 años.



La historia de una saga

En la década de los años 60 su padre, Florencio Tejerina, creó la primera Unidad de Patología Mamaria en España.

—¿Fue un auténtico visionario?

—Ciertamente fue un visionario y un pionero en la materia. La unidad que creó estaba exclusivamente dedicada a las afecciones de la mama y, desde su prisma de cirujano, fue el primer eslabón de una cadena.

—Y usted, ¿por qué siguió sus pasos?

—Mi padre fue un gran erudito además de cirujano y gran médico. Mantenía un espíritu de conocimiento muy importante en el ámbito familiar, de forma que siempre me he sentido en un ambiente muy propicio para desarrollar la vocación por la Medicina y, en especial, por la patología mamaria.

—Este es un oficio sin horas.... ¡Menos mal que aquí también trabajan sus dos hijos!

—Un trabajo tan apasionante, creativo y humano, es un oficio sin horas. Pero trabajo con un equipo sólido de colaboradores en los que delego responsabilidades para decicar tiempo a la familia.

—¿De qué logros se siente más orgulloso?

—De haber creado este centro, de muy alta especialización y calidad, tanto desde el punto de vista diagnóstico como terapéutico.

—¿Qué novedades tiene entre manos?

—Muchas, pero junto a los nuevos proyectos de diagnóstico y tratamiento destacaría un proyecto solidario: el desarrollo de la primera unidad de radiología mamaria en el Hospital de Ravouni, que atiende a la población femenina saharaui.

BERBÉS ASOCIADOS
Consultores de Comunicación

TELVA

Nº y fecha de publicación : 110501 - 01/05/2011
Difusión : 181434
Periodicidad : Mensual
TELVA_110501_27_1.pdf
VPB : 103990€
Web Site: http://www.recoletos.es/teva
Página : 211
Tamaño : 100 %
3708 cm2

El doctor Tejerina con su equipo de colaboradores.

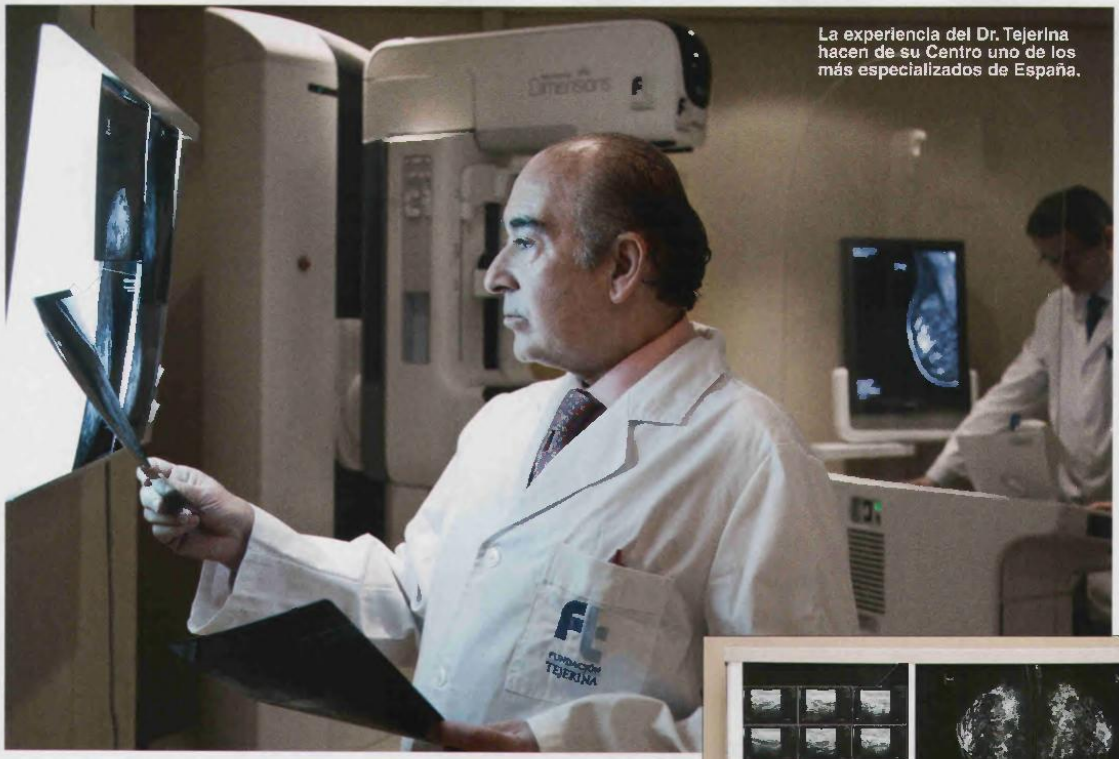
"Si las mujeres mayores de 45 años se hacen una mamografía cada año, se REDUCE LA MORTALIDAD entre un 30 y un 40 por ciento".

El Dr. Tejerina con el Dr. Fernando Bandrés, director del Aula de Estudios Avanzados de la Fundación Tejerina.

BERBÉS ASOCIADOS
Consultores de Comunicación

TELVA

Nº y fecha de publicación : 110501 - 01/05/2011
Difusión : 181434
Periodicidad : Mensual
TELVA_110501_27_1.pdf
VPB : 103990€
Web Site: http://www.recoletos.es/teva
Página : 212
Tamaño : 100 %
3708 cm2



La experiencia del Dr. Tejerina hacen de su Centro uno de los más especializados de España.

"Cuando se aplican varios métodos de diagnóstico LA FIABILIDAD ES DEL 98 por ciento".

6—¿Estamos las mujeres más concienciadas que hace unos años?

—Pienso que sí. Con campañas apropiadas se está consiguiendo que las mujeres acudan a sus controles periódicos. Así, podemos diagnosticar el posible cáncer de forma más inicial. No hay que sentir miedo de consultar al médico cualquier anomalía. Insisto en que un diagnóstico a tiempo supone una curación asegurada en muchos casos. El médico tiene la última palabra sobre la salud.

7—Utilizan las tecnologías de diagnóstico más avanzadas, ¿se puede quedar una tranquila cuando le dicen que *no se ve nada extraño*?

—El diagnóstico mamario no es exclusivamente radiológico: aunque la mamografía es el mejor método para lesiones malignas, no el único. Existen otros como la tomosíntesis, resonancia magnética, ecografía 3D, CAD... Cuando se aplican en conjunto, la exactitud del dictamen es del 98 por ciento.

8—¿Están estas pruebas al alcance de todas las españolas o hay cierta *discriminación* según el lugar de residencia?

—A estas alturas, ¡por supuesto que sí! Equipos de mamografía digital y de resonancia, así como ecógrafos 3D están ahora al alcance de todas las españolas, acudan a un centro público o privado.

9—¿Aconseja pedir una segunda opinión o tratarse fuera de España?

—Las pacientes tienen, por supuesto, derecho a una segunda opinión médica. Pero, en general, tanto en el diagnóstico como en el tratamiento, no hace falta marcharse fuera de España. Estamos más que capacitados para ofrecer una opción terapéutica de primer nivel. Gracias a la globalización de los criterios médicos en todo el mundo nuestros especialistas de la mama tienen un nivel como el de cualquier otro país.

RADIOGRAFÍA DE UNA mamografía perfecta

- Entre **los 35 y 40 años** hazte la primera mamografía, dependiendo de los antecedentes. Pide que sea anual a partir de los 45 años.
- Exige que los estudios radiológicos mamarios se hagan **siempre con equipos digitales.** Son mucho más precisos en las imágenes.
- Se deben efectuar **proyecciones dobles y específicas.** Las primeras (lateral o latero medial y cráneo-caudal) sirven para ver la mama desde puntos diferentes y evitar que se oculten imágenes. Las segundas (ampliadas o focalizadas con compresión) para cuando haya sospecha de anomalía o lesión.
- En la mamografía tiene que verse claramente **todo el volumen mamario** y la región axilar.
- **Explora tus mamas una vez al mes,** entre el quinto y octavo día del ciclo menstrual y, si no tienes la regla, durante los primeros días de cada mes.

BERBÉS ASOCIADOS
Consultores de Comunicación

TELVA

Nº y fecha de publicación : 110501 - 01/05/2011
Difusión : 181434
Periodicidad : Mensual
TELVA_110501_27_1.pdf
VPB : 103990€
Web Site: http://www.recoletos.es/teva
Página : 214
Tamaño : 100 %
3708 cm2

"¿Qué mujeres tienen MÁS RIESGO DE PADECERLO? Las que lo heredan genéticamente, obesas, muy estresadas y con malos hábitos de vida".

10—¿Podemos con nuestra conducta disminuir el riesgo de desarrollar esta enfermedad?

—Existen factores de tipo ambiental que pueden incrementar el riesgo de padecer cáncer de mama en las sociedades industrializadas. Además, la obesidad, por la interferencia que produce el tejido graso con las hormonas, puede suponer un riesgo adicional. Y también las situaciones de estrés y los malos hábitos de vida.

11—¿Hay alimentos que protejan contra el cáncer?

—La dieta mediterránea, a base de verduras, legumbres y frutas, rica en sustancias antioxidantes, protegen de alguna forma contra el desarrollo tumoral. Aconsejo evitar grasas, dulces, picantes y aditivos abundantes en la dieta diaria.

12—Y, ¿qué posibilidades de riesgo existen si alguien de la familia lo padece?

—El factor hereditario, desde el punto de vista de la frecuencia del cáncer de mama, no es tan importante como en un principio se había supuesto, ya que solamente hay alteraciones hereditarias familiares relevantes en un 5-10 por ciento de casos.

13—¿Hay síntomas de alarma inequívocos?

—Retracciones cutáneas, derrames hemorrágicos por el pezón, ulceraciones o erosiones en el pezón (en la enfermedad de Paget), ganglios aumentados de tamaño..., pueden indicar la existencia de una lesión maligna en la mama.

14—¿Y si no se nota nada?

—La paciente asintomática tiene que someterse a estudios periódicos por el especialista, para detectar lesiones lo más pequeñas e iniciales posibles, que sólo se descubren en exploraciones periódicas.

15—Para la mayoría de las mujeres el cáncer es la primera enfermedad grave que padecen. ¿Cómo hay que enfrentarse a ella?

—El diagnóstico de cáncer no es sinónimo de muerte. Es necesario afrontar esta enfermedad con valentía y optimismo porque es curable en un alto porcentaje de casos. Incluso cuando aparece en situación no inicial existen múltiples terapias que lo controlan durante muchísimo tiempo.

16—Usted, ¿cómo se lo cuenta a sus pacientes?

—Con realismo y el grado de esperanza adecuado a cada caso. Evito frases que puedan deprimir o alterar el buen ánimo de la paciente, porque es clave para luchar contra la enfermedad. Es importante la colaboración de la familia, que nunca debe tener una actitud sobreprotectora. Y les digo que no rompan los quehaceres habituales de trabajo, vida familiar, salidas con amigos...

17—¿Qué le espera a la enferma de cáncer de mama una vez recibido el diagnóstico?

—Admitir las grandes posibilidades de tratamientos que existen en la actualidad y que, en un alto porcentaje de casos, logran la curación. Esto debe ser cuidadosamente explicado por el médico especialista.

18—Los efectos secundarios de la quimioterapia (caída del cabello, vómitos, fatiga...) provocan mucha angustia...

—Gracias a los nuevos fármacos antieméticos (evitan las náuseas y vómitos) se consigue hoy hacer muy tolerable el tratamiento de quimioterapia. En cuanto a la alopecia, existen soluciones estéticas muy adecuadas, y es un problema reversible al finalizar los tratamientos. La fatiga también se minimiza.

19—¿Qué hacer cuando el cáncer ha vuelto?

—La aparición de una recaída no debe suponer *tirar la toalla* ya que, incluso con otras localizaciones del proceso primitivo, es posible, gracias a tratamientos personalizados y con fármacos nuevos, conseguir remisiones completas de estas nuevas lesiones.

20—O sea que, ¿está ya el cáncer muy *tocado*?

—Podemos decir que el cáncer se ha cronificado y que, en muchos casos, no existe un riesgo vital de primer orden. Estamos asistiendo a períodos libres de enfermedad amplios, en los que es posible utilizar nuevos fármacos o nuevas líneas de tratamiento gracias a la investigación que se lleva a cabo en todo el mundo.

21—¿Cuánto cuesta la batalla contra el cáncer?

—La vida no tiene precio, pero sí un costo. Sería poco ético ponerle precio a un tratamiento oncológico. En la batalla contra el cáncer de mama intervienen muchos médicos, especialistas, personal sanitario..., de manera que este hecho es más complejo cuanto más importante es el proceso tumoral. Lo más *barato* es la prevención.

22—¿En cuantos años será una enfermedad superada?

—El cáncer de mama, en términos globales, es hoy una enfermedad crónica en los procesos metastáticos y es posible, con los nuevos fármacos y terapias, conseguir mantenerla a raya durante muchos años. Los diagnósticos iniciales auguran curaciones por encima del 90 por ciento y es de esperar, en los próximos años, que estas sean definitivas.

23—¿Qué caracteriza al Centro Tejerina?

—El *Centro de Patología de la Mama* y la *Fundación Tejerina* es un centro monográfico dedicado a la patología mamaria en sus aspectos diagnósticos, terapéuticos y de seguimiento. Está avalado por el estudio de 50.000 pacientes al año y por un grupo de trabajo multidisciplinar y altamente cualificado. Además, siempre hemos sido los primeros en la incorporación de nuevas técnicas de imagen.

24—Y, ¿qué actividades desarrolla su Fundación?

—Los inicios de la Fundación Tejerina se remontan a la labor de mi padre, pionero de la patología mamaria en España en la década de 1960. Hoy tenemos como objetivos la promoción, desarrollo, protección, divulgación y fomento de toda clase de estudios, así como procedimientos e investigaciones relacionadas con el cáncer de mama.

TELVA & Fundación Tejerina

Encuentro digital entre el Dr. Armando Tejerina y las ususarias de TELVA. com

- **Qué:** Envía tus preguntas al doctor Tejerina a través de www.telva.com. Las respuestas se publicarán en nuestra web el 21 de mayo.
- **Cuándo:** Entre el 16 y el 20 de mayo, ambos incluídos.

Primeras Jornadas Divulgativas para lectoras de TELVA sobre el Cáncer de Mama

- **Cuándo:** Jueves 29 y viernes 30 de septiembre 2011 (se trata de dos jornadas idénticas).
- **Dónde:** En la sede de la *Fundación Tejerina* (C/ José Abascal, 40. Madrid).
- **Plazas:** Aforo limitado a 50 lectoras cada día.
- **Horario:** Comienzan a las 9.45 a.m. y finalizan a las 13.45 p.m. Se explicará la situación actual del cáncer de mama en España y los nuevos avances en su tratamiento.
- **Inscripciones:** En el número de teléfono 902 99 68 88, de lunes a viernes de 9 a 18 horas.

BERBÉS ASOCIADOS
Consultores de Comunicación