La Opinión
Martes, 19 de junio de 2007

El tumor es el más frecuente en toda España

Galicia registra unas 960 muertes cada año por cáncer de colon

El diagnóstico precoz permite la curación del enfermo en un 80% de los casos

Álvaro Mangas
A CORUÑA

El cáncer de colon es ya el tumor más frecuente en España, por delante del de pulmón o el de mama. La enfermedad afecta al año a 25.000 personas de las que 12.000 mueren. El 8% de estos fallecimientos se registran en Galicia. 960 gallegos perecen al año a causa de un tumor que, según un informe de la Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM), podría evitarse si la población conociera mejor esta patología y supiera como prevenirla.

Seom ha organizado la campaña Cáncer de Colon. Disminuya su riesgo, que estará en A Coruña hasta mañana, para informar al ciudadano sobre la manera de reducir el riesgo de padecerla.

"A partir de los 50 años todos deberíamos hacernos una revisión de colon", afirmó la experta oncológica Margarita Reboredo, que también comentó la "preocupación" con la que los ciudadanos se informan "sobre el tumor más extendido en el mundo". "En las mujeres es el cáncer de mama y en los hombres el de pulmón, pero al hablar de los dos sexos juntos entonces hay que señalar el cáncer de colon", dijo la doctora: "Sólo 3 de cada 10 españoles se someten a pruebas de detección".

El riesgo de padecer la enfermedad, según los expertos de la campaña, aumenta con la edad y puede afectar tanto a hombres como a mujeres. A partir de los 50 años crecen las posibilidades de aparición. Entre los factores de riesgo se encuentran la enfermedad inflamatoria intestinal, una historia personal o familiar de cáncer colorrectal o pólipos colorrectales y algunos síndromes hereditarios. Obesidad, dieta grasa y pobre en fibras, consumo de alcohol y tabaco y el estrés son otros factores que pueden contribuir a elevar el riesgo de contraer cáncer colorrectal.

"Sólo 4 de cada 10 personas que nos visitan son capaces de citar un síntoma del cáncer de colon", expresó Margarita Reboredo. "El más conocido es la presencia de sangre en las heces, pero no es el único", dijo. La experta explicó que también deben poner sobre aviso: un cambio de ritmo intestinal de varias semanas de duración; dolores y molestias intestinales reiteradas; cansancio constante sin causa aparente: falta de apetito, pérdida de peso y vómitos frecuentes. Los expertos resaltan que el cáncer de colon es una de las formas de cáncer con más posibilidades de prevenirse con cambios en el estilo de vida y la realización de revisiones periódicas.

Sede móvil de la campaña Disminuya su riesgo. / CASTELEIRO

Prevención

Deporte
Practicar ejercicio de forma regular es una de los primeros consejos que conviene seguir si se desea prevenir algunos tipos de tumor, entre ellos el colorrectal

Dieta
Incluya en la dieta más verdura, frutas y hortalizas y reduzca el consumo de grasas y carnes rojas. Abusar de productos preparados o precocinados tampoco es recomendable

Genética
Si tiene familiares que han sufrido este tipo de tumor, comuníquelo a su médico. Él valorará la conveniencia de practicarle pruebas para comprobar si existen alteraciones

Alcohol
Los estudios apuntan una relación entre el consumo excesivo de alcohol y los casos de cáncer colorrectal

Edad
A partir de los 50 años aumenta el riesgo. Consulte a su médico sobre las pruebas de detección precoz

Descartan que una mujer sufra depresión porque va maquillada

Agencias
VIGO

La Seguridad Social ha denegado la incapacidad laboral a una mujer de Vigo y descarta que padezca una depresión porque va "maquillada y con el pelo teñido". "Me siento hundida, pisoteada, humillada; creo que mis derechos no se han tenido en cuenta", aseguró la afectada, Pilar García.

Desde hace cuatro años esta mujer padece fibromialgia, una enfermedad degenerativa que produce un dolor crónico y muy intenso. De hecho, la mujer asiste a una unidad de alivio del dolor desde que dejó de reaccionar a la medicación. Además de la fibromialgia, diagnosticada en el hospital Xeral de Vigo, sufre acuñamiento vertebral, esclerosis, artrosis y dos hernias de disco, enfermedades que desembocaron en un cuadro depresivo-ansioso.

El escrito niega, sin embargo, que la mujer sufra algún tipo de depresión, ya que está "consciente" y "orientada" y su "aspecto externo" está "muy cuidado", detallando que va "maquillada, con el pelo teñido, depilada y con complementos".

"Precisamente, el psiquiatra nos pide que la ayudemos a salir del túnel sacándola de casa, no dejando que se descuide en su aspecto estético", manifestó su marido.

ERNESTO ESTRADA

Investigador. Premio de la Academia Internacional de Química

"La investigación en España sigue el modelo de hace siglos"

Advierte que es preciso adaptarse a los formatos multidisciplinares de EEUU para agilizar los trabajos científicos

Amaia Mauleón
VIGO

El científico cubano Ernesto Estrada, que trabaja desde 2003 en la Universidad de Santiago de Compostela con un contrato Ramón y Cajal, ha sorprendido a la Academia Internacional de Química-Matemática con sus investigaciones en el campo de la Informática Aplicada, que vincula a campos tan diversos como la ecología, la búsqueda de nuevos fármacos y las nuevas tecnologías. Estos trabajos le han valido el primer premio de esta Academia, a la que pertenecen varios Premios Nobel de Química, que se entregará el próximo año. El viernes presentará en Santiago algunos de sus resultados durante un simposio en el que participa junto a otros expertos.

–Las investigaciones por las que ha sido premiado, ¿fueron realizadas todas ellas en Galicia?

–Como ocurre con la mayoría de los investigadores, nos vemos obligados a movernos mucho de una ciudad o incluso de un país a otro. Yo comencé a trabajar en Cuba, donde nací. Luego continué en la Universidad de Jerusalén y en Inglaterra y, desde 2003, estoy en Santiago con un contrato Ramón y Cajal que espero poder ampliar. Así, aproximadamente el 70 por ciento de estas investigaciones las realicé aquí.

–Ese periplo por el mundo le ofrece una buena perspectiva de la situación de los investigadores. ¿Cómo encuentra a España tras esa comparación?

–No hay que dar una imagen fatalista. Se ha avanzado mucho desde que realicé unos primeros estudios aquí, en 1997: hay un potencial enorme, calidad de publicaciones y un compromiso por parte del gobierno central y autonómico, pero la materialización de ese apoyo es más lento de lo que necesitamos. Hay que tener en cuenta que, con esa lentitud, una investigación puntera puede dejar de serlo.

–En concreto, ¿de qué forma cree que mejoraría el modo de trabajo de los investigadores en España?

–Los departamentos de investigación en España, y más aún en Galicia, siguen el modelo de hace siglos, cerrado y tradicional, mientras que en Estados Unidos son cada vez más interdisciplinarios y flexibles, lo que agiliza mucho la productividad. Aquí son reticentes a cambiar y eso frena mucho nuestro avance. La gran emigración de científicos españoles a Norteamérica es indicativo de esto.

Ernesto Estrada. / LA OPINIÓN

–Sorprende la variedad de sus trabajos, que van desde la ecología a la farmacología o las nuevas tecnologías.

–Es una variedad tan solo aparente. El método que hemos desarrollado permite identificar los puntos más vulnerables de las redes de comunicación frente a ataques intencionados y eso se puede aplicar tanto en redes sociales como en internet porque su funcionamiento es mucho más parecido de lo que pensamos. La ciencia debe tratar de encontrar la generalización dentro de la especificidad.

–También aplica esa estructura en la búsqueda proteínas esenciales.

–Hemos desarrollado un método teórico para identificar las proteínas esenciales: aquellas que si resultan dañadas muere el organismo. El sistema permite identificar entre un 80 y un 90 por ciento de estas proteínas, en lugar del 20% que se conseguía sin él, por lo que es un ahorro de recursos importante.