

> TESTIMONIO

“Esperar tanto tiempo para hacerme un PAP me pasó la cuenta”

Jessica Fernández recibió hace dos años un diagnóstico de cáncer cervicouterino, el cual debió tratar con radioterapia y quimioterapia.

Jessica Fernández es profesora de 1º y 6º básico. Debido a su trabajo, está instalada por segunda vez en Calama, después de un intervalo en Quilpué. Fue en medio de una mudanza entre ambas ciudades que se enteró, hace dos años, de que tenía cáncer cervicouterino.

“Mi mamá había fallecido debido a un cáncer de mama, razón por la que comencé a controlarme periódicamente con una especialista en mama de FALP y también por la que contraté, tiempo después, el Convenio Oncológico mediante mi trabajo. En una de las consultas con la doctora, ella me preguntó si había cumplido con mis controles ginecológicos, y como le dije que no, me dio una orden para hacerme un PAP. Después del examen le llevé el resultado. Al verlo, inmediatamente coordinó una interconsulta con el Dr. Sebastián Ramírez, jefe de Ginecología Oncológica”, recuerda.

Jessica llevaba tiempo ignorando un pequeño sangramiento que, creía, podía estar asociado a su menopausia. La realidad es que tenía un tumor en el cuello del útero, que debía ser tratado con quimioterapia y radioterapia puesto que debido a su tamaño no era viable operar. Antes, el Dr. Ramírez realizó una



■ Jessica Fernández

extracción de ganglios lumboaórticos para estudiar si estaban comprometidos.

“El tiempo de espera del resultado de esa biopsia fue fuerte, de mucha preocupación, pensaba en mi papá, mi hermano, mi pareja. No sabes qué va a pasar. Cuando se confirmó que el cáncer no se había extendido a los ganglios, sentí un gran alivio. Ahí dije: ‘Tengo que hacerme el tratamiento y salir adelante’”, cuenta.

Durante las sesiones de radioterapia y quimioterapia para reducir y eliminar el tumor, Jessica compartió con otras pacientes y conoció experiencias muy distintas de la enfermedad: “En mi caso, no sentía muchos malestares y aprovechaba que estaba en Santiago para pasear. Andaba muerta de la risa, pero después del tratamiento, la enfermedad me golpeó en el sentido emocional y tuve que recurrir al apoyo de las especialistas en salud mental de FALP”.

Hoy, Jessica está enfocada en su trabajo, enfrentando los desafíos que le impuso la pandemia como profesora, y en cuidar su salud. “Cuando me descubrieron el cáncer yo llevaba más de 6 años sin hacerme el PAP; esperar tanto tiempo fue una negligencia, me dejé estar y eso me pasó la cuenta. Pero hoy estoy bien y tengo que seguir bien, haciéndome mis controles. Mis últimos exámenes no muestran indicios de cáncer. Yo quiero vivir tranquila. Esta enfermedad es una experiencia fuerte, pero enriquecedora. Uno aprende a dar gracias por lo bueno y a ver la vida desde otro punto de vista”, concluye.

“Uno aprende a dar gracias por lo bueno y a ver la vida desde otro punto de vista.”

Preguntas Frecuentes

■ ¿El cáncer cervicouterino afecta a mujeres de todas las edades?

Sí. Así como se registran muchos casos en mujeres jóvenes, después de los 50 se produce un aumento en la curva debido a que muchas mujeres dejan de controlarse a esa edad.

■ ¿El cáncer cervicouterino presenta síntomas?

El cáncer de cuello uterino es habitualmente asintomático. En etapas iniciales puede presentar sangrado post coital, mientras que ya avanzado produce sangrado sistemático y flujo vaginal inusual, comúnmente rosado o sanguinolento, y/o de mal olor.

Cómo erradicar el cáncer cervicouterino

La OMS ha planteado una estrategia para acelerar la eliminación de esta enfermedad, la que es prevenible si se cumple con medidas como la realización periódica del PAP.

Para la Organización Mundial de la Salud, el cáncer cervicouterino es una enfermedad que se puede erradicar. La estrategia que ha planteado para lograrlo se basa en la consecución de tres claros objetivos de aquí al año 2030: alcanzar un 90% de cobertura de la vacunación contra el VPH en niñas hasta los 15 años; que un 70% de las mujeres sean examinadas antes de los 35 años y nuevamente antes de los 45, mediante pruebas de alta precisión; y el tratamiento del 90% de lesiones precancerosas y cánceres invasivos.

VACUNA

Casi todos los cánceres de cuello uterino son provocados por el Virus Papiloma Humano, o VPH, muy común en la población y que se transmite por vía sexual. Algunos tipos de VPH representan un mayor riesgo de causar cáncer. El sistema inmune suele controlar las infecciones por VPH, pero cuando esto no ocurre y ellas persisten, pueden producir cambios celulares que con el paso de los años se transformen en un cáncer.

“La vacuna en niñas -está incluida en el Programa Nacional de Inmunizaciones- protege contra los virus de mayor riesgo, evitando a futuro una infección que podría llevar a desarrollar una lesión precancerosa o un cáncer”, explica el Dr. Sebastián Ramírez, jefe del Equipo de Ginecología Oncológica FALP.

DETECCIÓN

La principal herramienta de diagnóstico del cáncer cervicouterino es la citología o Papanicolaou (PAP), capaz de detectar alteraciones morfológicas en las células —provocadas por una infección viral— antes de que lleguen a convertirse en un cáncer.

En Chile, muchas mujeres no se realizan este examen. “El PAP, al poder detectar lesiones precancerosas, permite evitar un cáncer 5 años antes de que se desarrolle. Sin embargo, seguimos teniendo una cobertura de PAP baja, menor a un 70%, por lo que continúan llegando pacientes con cánceres más avanzados y no hemos podido disminuir la mortalidad por esta enfermedad”, comenta el Dr. Ramírez.

Un estudio que se ha sumado a la detección del cáncer cervicouterino es la búsqueda de ADN

viral en las células cervicales. “El test de detección de VPH no reemplaza al PAP, sino que lo complementa. Puede detectar la presencia de VPH en el organismo incluso años antes de la aparición de alteraciones visibles al microscopio, y además identificar su genotipo. Para realizarlo se utiliza la misma muestra del PAP”, describe la Dra. Verónica Sanhueza, anatomopatóloga de FALP.

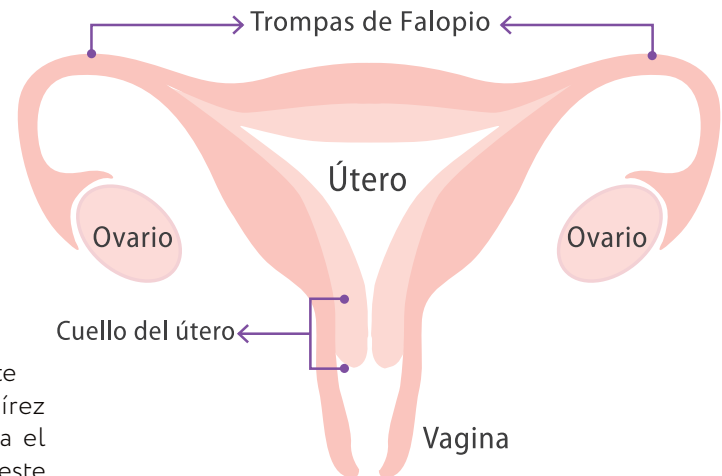
La información que arroja esta prueba permite adoptar diferentes estrategias. El Dr. Ramírez ejemplifica: “Si una paciente no presenta el virus y tiene un PAP normal, puede espaciar este último examen de 3 a 5 años, puesto que no hay factores de riesgo para un precáncer o cáncer. O si alguien tiene un PAP alterado, éste se puede complementar con el test de VPH para identificar qué tipo de virus tiene y con eso definir qué otros estudios se requieren. Es un examen que se les debiera sugerir a las pacientes a partir de los 30 años como complemento del PAP”.

TRATAMIENTO

Existen diferentes alternativas quirúrgicas de tratamiento: la histerectomía es la más común, pero hay también otras (conización y traquelectomía) que permiten conservar la opción de maternidad en determinados casos. Cuando la enfermedad es más avanzada, el manejo es con radioterapia acompañada de quimioterapia.

“En los casos de precáncer y primeras etapas de cáncer, habitualmente los tratamientos son exitosos. Cuando las pacientes llegan más avanzadas, van a tratamientos con intención curativa, aunque con menos éxito que aquellas pesquisadas precozmente”, explica el Dr. Ramírez.

Es por esto que la prevención y detección precoz son tan fundamentales. “Es necesario recalcar que esta es una enfermedad prevenible, por lo que debemos mejorar la educación e información en torno a la importancia de la vacuna, del PAP sobre los 20 años y del test de VPH después de los 30”, afirma el Dr. Ramírez. “Erradicar esta enfermedad es una meta que se puede alcanzar”, concluye la Dra. Sanhueza.



El cáncer cervicouterino es una alteración celular que se manifiesta inicialmente a través de lesiones de lento desarrollo en el cuello del útero. Casi todos los casos son provocados por el Virus Papiloma Humano (VPH), el cual se transmite por contacto durante las relaciones sexuales.

2 mujeres mueren al día en Chile por causa del cáncer cervicouterino.

Más de 1.500 mujeres son diagnosticadas al año en Chile con cáncer cervicouterino.

Prevención del cáncer cervicouterino

Vacuna contra el VPH: Su uso está aprobado para mujeres de 9 a 26 años, siendo más efectiva entre quienes aún no han iniciado su actividad sexual. Adicionalmente, la vacuna protege contra enfermedades causadas por el VPH, tales como las verrugas genitales.

El Ministerio de Salud (Minsal) garantiza la vacunación contra el VPH a todas las niñas y los niños, aplicándose una dosis en 4º y otra en 5º básico.

Detección temprana del cáncer cervicouterino

Papanicolaou (PAP): Realízelo anualmente, a partir de los 20 años, considerando que comenzó su actividad sexual al menos 2 años antes.

Tiene derecho a hacerse un PAP gratis cada 3 años, a través de su sistema de salud (Fonasa o Isapre).

Test de VPH: Está dirigido a mujeres de 30 a 64 años, de acuerdo a las guías clínicas del Minsal. No tiene cobertura de los sistemas de salud y se realiza en ciertos laboratorios y clínicas, incluido el Instituto Oncológico FALP.

FALP Y Clínica Pasteur firman convenio para atención de pacientes



El Instituto Oncológico FALP y Clínica Oftalmológica Pasteur firmaron un convenio de cooperación en el que ambas instituciones podrán derivar pacientes, según necesidades de subespecialidad: Clínica Pasteur proveerá de consultas ambulatorias oftalmológicas, mientras que FALP tratará a pacientes para la realización de braquiterapias esclerales, estudios oncológicos generales y estudios oncológicos de extensión con melanomas metastásicos o cualquiera otra patología oncológica.

Para el gerente general de FALP, Cristián Ayala, este acuerdo "es beneficioso y tremendamente auspicioso, ya que permite ampliar

el tratamiento de nuestros pacientes oncológicos en materia oftalmológica con una institución reconocida en esta materia, como lo es Clínica Pasteur. Todo cuanto sea mejorar nuestra atención es sin duda un avance en el cumplimiento de nuestra misión: la lucha contra el cáncer en todas sus formas".

En tanto, Santiago Venegas, gerente general de Clínica Pasteur, destaca que "esta alianza nos permite desarrollar una atención onco-oftalmológica del más alto nivel, incorporando las últimas técnicas diagnósticas y terapéuticas en la resolución de los pacientes con esta patología".

Convenio Oncológico



¿Cómo puede una empresa afiliarse al Convenio Oncológico FALP?

La empresa debe tener al menos 20 personas.

Contáctanos al correo subgerenciadeventas@falp.org, indicando los datos de la empresa y su encargado de RRHH.

También, puedes llamarnos al **800 24 8800** desde teléfono fijo y **22 712 8800** desde celulares.

Tu SOAP puede ayudar a pacientes con cáncer

Durante la pandemia, muchas personas se han visto afectadas para acceder a sus tratamientos oncológicos. Brindarles apoyo es fundamental. Por eso, te invitamos a sumarte a nuestra cadena solidaria, contratando el Seguro Obligatorio de Accidentes Personales, SOAP.

Al adquirir esta póliza de protección con SURA, podrás realizar un aporte adicional de \$3.000 o \$5.000, para ir en apoyo de pacientes con cáncer en situación de vulnerabilidad.

TU PROTECCIÓN, MI TRATAMIENTO



SOAP SOLIDARIO FALP



GRACIAS A SU APOORTE, **CADA AÑO MÁS DE 30.000 CHILENAS** PUEDEN REALIZARSE UNA MAMOGRAFÍA GRATUITA

Hágase socio donaciones@falp.org



El poder de la escritura para la sanación emocional de las personas con cáncer

FALP relanzó el concurso de relatos “Estoy Aquí”, un espacio para que pacientes y expacientes oncológicos de todo el país puedan compartir sus experiencias con la enfermedad.



• ESTOY AQUÍ •

CONCURSO NACIONAL DE RELATOS ONCOLÓGICOS

INSCRIPCIONES ABIERTAS
a pacientes y ex pacientes de todo Chile
y de cualquier institución de salud.



Encuentra más información en
www.falp.cl/estoy-aqui-2021
o escaneando este código QR:



Escribir sobre la experiencia del cáncer, las emociones, los cuestionamientos o recuerdos que gatilla, ofrece a todo enfermo oncológico un espacio de expresión y autoconocimiento que puede ayudarlo en el tránsito de la enfermedad.

“Muchas veces, los pacientes se sienten incapacitados para expresar verbalmente lo que están sintiendo, lo que puede ocurrir, por ejemplo, porque no quieren causar daño a la familia con sus emociones. Entonces, ese espacio tan íntimo que se da entre una hoja en blanco y el lápiz otorga un enorme espacio de liberación emocional, que sirve para organizar los pensamientos, explorar y racionalizar los miedos, estimular la creatividad, hacer más conscientes las necesidades y hasta reconciliarnos con conflictos emocionales. Por eso, la escritura pasa a ser un elemento de sanación emocional, espiritual y también física, en el sentido de que se ha visto que puede producir resultados a nivel de disminución del estrés”, afirma Paola San Martín, psicooncóloga de FALP.

Según explica, excepto en casos en que la escritura sea usada para acompañar en psicoterapia —ya que ahí este ejercicio debe ser guiado por el terapeuta—, cualquier persona con cáncer puede expresarse a través de ella, y hacerlo en cualquier momento de la enfermedad.

Lucía Bozzo participó, en 2017, en el concurso de relatos “Estoy Aquí”, un espacio generado entonces

Consejos para construir un relato

Para quienes se interesen en participar en el concurso “Estoy Aquí”, pero se sienten inseguros sobre cómo sacar adelante una narración, Marcelo Simonetti entrega tres consejos que pueden servir de estímulo para animarse y completar la tarea.

- 1 “Escribir como si estuvieran contando la historia a un amigo o a algún conocido, lo que permitirá que la narración sea más coloquial, evitando que asomen ciertas rigideces que siempre le juegan en contra al texto”.
- 2 “Reservarse alguna sorpresa para el final; no tiene que ser una gran revelación; basta una pequeña epifanía, una ofrenda al final del texto que sirva como un ‘regalo’ para el lector”.
- 3 “Cuando hayan terminado, leer el relato en voz alta e idealmente grabarse para verificar cómo suena y poder hacer alguna corrección si es que asoma alguna desafinación en la escritura”.

por la Unidad de Medicina Integrativa para que pacientes y expacientes pudieran conectarse con la enfermedad desde una perspectiva distinta y compartir qué había significado para ellos el cáncer.

“Para mí, fue muy liberador y sanador. Yo siempre he escrito y cuando supe del concurso justamente estaba pensando cómo transmitir a los demás lo que tenía guardado por mucho tiempo: que, a pesar de

lo dura que es la enfermedad, tiene que ver con reconocerte y reconciliarte contigo y con la vida, y con vivir de otra forma”, dice Lucía, cuyo relato “Mi amigo imaginario” fue grabado el año pasado por la actriz Francisca Imboden para el podcast de FALP, “Hablemos de cáncer”.

Este 2021, el concurso “Estoy aquí” fue relanzado, abierto a pacientes y expacientes de cualquier institución de salud del país. Uno de los miembros del jurado es el escritor y periodista Marcelo Simonetti, quien ya ejerció esa función en la versión previa. Para él, la escritura puede dar pie a un círculo virtuoso en que no sólo se beneficia quien escribe, sino que la sociedad completa.

“Escribir nos ayuda a conectarnos con nuestra vida interior y entender nuestros procesos. En situaciones tan fuertes como puede ser el cáncer, ayuda a desalojar cosas que se van guardando y aliviar la carga.

Pero al margen de ese carácter sanador de uno mismo, está la sanación del otro, porque si estas experiencias compartidas las lee alguien que empieza a vivir el cáncer, le ayudan a entender mejor lo que le está pasando. En la medida que más se escriba sobre el cáncer, puede mejorar el entorno de los pacientes porque se va generando una comunidad que visibiliza la enfermedad”, plantea.

CONVENIO ONCOLÓGICO FONDO SOLIDARIO

> Protéjase a través de su empresa info.convenio@falp.org

