

Septiembre: Mes del cáncer de ovario ^[1]

Enviado por [Nicole Yordán López](#) ^[2] el 24 septiembre 2016 - 7:42pm



^[2]



¿Está escuchando?

“Si su cuerpo le dice que algo podría estar mal, por favor escúchelo.”

-[¿Está escuchando?](#) ^[3], anuncio de servicio público del CDC

“Escuché mis susurros y estoy sana”

-[Susurros del Cáncer de Ovario](#) ^[4], anuncio de concientización, Susurros del Cáncer de Ovario, Inc.

No es tan difícil entender cuando el cuerpo nos dice que tiene hambre, sed, o antojos de ese mantecado de chocolate con chocolate y más chocolate encima. Muchas mujeres incluso desarrollamos la habilidad de distinguir con bastante certeza cuándo se aproxima “ese momento del mes”, y cualquiera predice cuándo se “está enfermando”. Sin embargo, pecamos muchas veces de ignorar nuestros cuerpos cuando las señales son más “vagas” o ambiguas. Señales

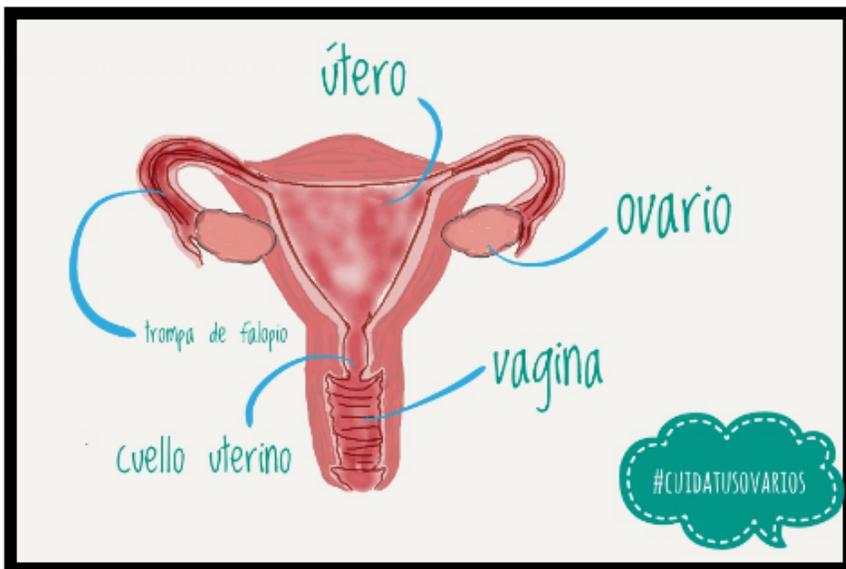
como por ejemplo:

- dolor pélvico o abdominal
- dificultad al comer o sentirse lleno muy rápido
- sensación de hinchazón abdominal

Muchos hemos sido víctimas de auto-diagnosticarnos con cáncer luego de una búsqueda en internet. Dolor de cabeza: tumor en el cerebro. Cansancio: leucemia. Hinchazón abdominal: tumor pélvico. En la mayoría de los casos hay una contestación mucho más sencilla: migraña, falta de sueño, gases. Sin embargo, las estadísticas indican que 1 de 75 mujeres será diagnosticada con cáncer de ovario en algún momento de su vida. Las señales descritas anteriormente están en la lista de síntomas comunes del cáncer de ovario, de modo que es importante tomar esta información en cuenta.

Debido a que septiembre es el mes de la concientización sobre el cáncer de ovario, les compartimos información sobre este tipo de cáncer que podría afectar a abuelas, madres, hermanas, hijas, amigas, novias y esposas. Compártanla con sus seres queridos.

Además, les invito a visitar la página de Susurros del Cáncer de Ovario, Inc [5]., una organización puertorriqueña que se encarga de orientar sobre el cáncer de ovario y sufragar el costo de los tratamientos de quien lo padece. Su página en facebook comparte información, videos, noticias y experiencias de sobrevivientes, y está especialmente activa en este mes de septiembre (<https://www.facebook.com/susurros cancer ovario/>)



Ubiquémonos primero en el

sistema reproductor femenino para que entiendan dónde está este cáncer del que hablamos. El útero se encuentra en la pelvis, entre la vejiga y el recto.

Los síntomas:

No todas las mujeres presentan de la misma manera, e incluso los síntomas del cáncer ovárico pueden pasar desapercibidos. Por eso es importante prestar atención a los síntomas más comunes:

- dolor pélvico o abdominal (inferior al estómago y entre las caderas)
- dificultad al comer o sentirse lleno muy rápidamente
- cambios en los hábitos de ir al baño (muchas ganas de orinar, hacerlo más a menudo, estreñimiento o diarrea)
- cambios en la menstruación, sangrado o descarga vaginal (anormal para usted)
- cansancio
- náuseas o reflujo
- dolor de espaldas

El CDC recomienda que visite a su ginecólogo si tiene alguno de estos síntomas por dos semanas o más, o si presenta con sangrado que no es normal para usted. Incluso proveen una hoja que puede imprimir para documentar sus síntomas. La misma incluye señales de cáncer de ovario, así como de otros cánceres ginecológicos. Puede obtener el enlace para el pdf [aquí](#) [6].

Síntomas	Cáncer de cuello uterino	Cáncer de ovario	Cáncer de útero	Cáncer de vagina	Cáncer de vulva	Llene los círculos que indican el día en el que usted ha tenido un síntoma.													
						PRIMER SEMANA							SEGUNDA SEMANA						
Secreción vaginal anormal	●	●	●	●		D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
Dolor o presión en la zona pélvica		●	●		●	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
Dolor en la zona abdominal o de espaldas		●				D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
Hinchazón debajo del estómago		●				D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
Cambios en los hábitos urinarios		●			●	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
Comezón o ardor en la vulva					●	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
Cambios en el color y en la piel de la vulva, como sarpullido o verrugas					●	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
Sangrado vaginal anormal	●	●	●	●		D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S



Diario de los síntomas del cáncer ginecológico



Diario de los síntomas del cáncer ginecológico

Los cánceres ginecológicos son cánceres que empiezan en los órganos reproductores de la mujer e incluyen el cáncer de cuello uterino, ovario, útero, vagina y vulva.

¿Qué puede hacer usted?

Préstele atención a su cuerpo y sepa lo que es normal para usted. Visite a su médico si tiene alguno de los síntomas presentados al otro lado de esta tarjeta por dos semanas o más, o si usted tiene un sangrado que no es normal para usted. **Cuando los cánceres ginecológicos se detectan en etapas tempranas, el tratamiento es más eficaz.**



Para más información sobre el cáncer ginecológico, visite www.cdc.gov/spanish/cancer/conozcasucuerpo.

O llame al 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)

DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS DE LOS EE.UU. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)

Publicación de los CDC N.º 22-0682, producida en Febrero de 2011

¿Por qué debe estar alerta?

- Si se encuentra y se trata temprano, la tasa de supervivencia de 5 años es de un 90%. Si no, la tasa de supervivencia de 5 años disminuye hasta alrededor de 28%
- Tan sólo 20% de los casos se diagnostican en estadios tempranos.
- En P.R. el cáncer de ovario ocupa la novena posición en diagnósticos de entre todos los cánceres y tiene la tasa de mortalidad más alta de entre los cánceres ginecológicos.

- Según el CDC, en el 2013, las mujeres hispanas tienen una de las tasas de incidencia más altas de cáncer de ovario, superadas sólo por las mujeres caucásicas, y seguidas en orden de mayor a menor prevalencia por las mujeres asiáticas/nativas de las islas del Pacífico, las afroamericanas y las indoamericanas/nativas de Alaska.

¿Quién está a riesgo?

Todas lo estamos. Sin embargo, factores que aumentan el riesgo para desarrollar cáncer de ovario incluyen:

- La edad - el riesgo aumenta según se envejece, aunque también puede afectar a mujeres jóvenes.
- Historial familiar - mamá, hermana, tía o abuela que hayan tenido cáncer de ovario. Si varios familiares fueron diagnosticados con cáncer de mama o de ovario a una edad temprana, aumenta la probabilidad de que se trate de una mutación genética hereditaria.
- Tener una mutación genética llamada BRCA1 o BRCA2 [7] o una mutación genética asociada con el Síndrome de Lynch. [8]
- Haber tenido cáncer de mama, [9] de útero, [10] colorrectal, [11] o cáncer de cuello uterino [12] o melanoma. [13]
- Ser descendiente de judíos (asquenazí) de Europa oriental.
- No haber tenido hijos o haber tenido dificultad para quedar embarazada.
- Tener endometriosis (una condición en la cual el tejido que recubre el útero crece en otras partes del cuerpo).

¿Existen pruebas para detectarlo temprano?

Lamentablemente, no existen pruebas de rutina que puedan ayudarnos a descubrir cáncer de ovario en una mujer antes de que presente signos y síntomas. Es importante saber que aunque el **papanicolau**, o Pap, es una excelente prueba de detección del cáncer de cérvix, **no detecta el cáncer de ovario**.

¿Qué puedo hacer?

Si tienes alguno de los factores de riesgo ya discutidos, o te descubres con alguno de los síntomas por más de dos semanas, no significa que tengas cáncer, pero es importante que consultes a tu médico lo antes posible. A través de un examen físico, estudios de sangre y estudios de imagen, podrán llegar a un diagnóstico y un plan de tratamiento adecuado. Si tienes historial familiar significativo, tu médico podría determinar que una consulta genética o una cirugía preventiva podría ser de beneficio. Es importante asistir a las visitas de rutina con tu ginecólogo y sobre todo hablar con él. Si tienes alguna preocupación, no la calles.

Además, puedes crear conciencia

Durante el mes de septiembre la cinta azul-verde, color con el cual se identifica el cáncer de ovario, es compartida a través de las redes sociales junto a los hashtags #30daysofteal #cuidatusovarios #takecareofyourovaries.

En Puerto Rico, la organización Susurros del Cáncer de Ovario, nos invita a que seamos parte de su campaña de concientización a través de su página en [Facebook](#) [5].

Proponen dos iniciativas distintas este mes:

1. #Tealtuesdays : En la cual nos invitan a vestirnos de azul-verde durante los martes de septiembre y compartir una foto en su página, así como en sus redes sociales.
2. Enviar una foto a su página de facebook soplando burbujas (una representación de susurrar), mostrando un letrero con el hashtag #cuidatusovarios. También utilizan #30daysofteal y #takecareofyourovaries.

Reduzcamos las muertes por cáncer de ovario. ¡Únete al esfuerzo!

Hojas de datos del CDC:

http://www.cdc.gov/spanish/cancer/ovarian/pdf/ovarian_facts_sp.pdf [14]

Sitios web que proveen más información:

El CDC: <http://www.cdc.gov/spanish/cancer/ovarian/index.htm> [15]

Las estadísticas presentadas se obtuvieron de:

<http://www.ovarian.org/about-ovarian-cancer/what-is-ovarian-cancer> [16]

<http://www.cdc.gov/spanish/cancer/ovarian/statistics/race.htm> [17]

<http://www.estadisticas.gobierno.pr/iepr/LinkClick.aspx?fileticket=N7h0ekUBEfA%3D&tabid=186>
[18]

<http://www.salud.gov.pr/Estadisticas-Registros-y-Publicaciones/Publicaciones/Informe%20de%20enfermedades%20crónicas%20en%20Puerto%20Rico%20>
[19]

Tags:

- [cancer de ovario](#) [20]
- [Conocimiento A Tu Salud](#) [21]
- [Medicina](#) [22]
- [septiembre](#) [23]
- [ovarian cancer awareness](#) [24]

Source URL: <https://www.cienciapr.org/es/blogs/conocimiento-tu-salud/septiembre-mes-del-cancer-de-ovario?language=en>

Links

[1] <https://www.cienciapr.org/es/blogs/conocimiento-tu-salud/septiembre-mes-del-cancer-de-ovario?language=en> [2] <https://www.cienciapr.org/es/user/nicole-yordan?language=en> [3] <https://youtu.be/E95Cfoxo5t4> [4] <https://www.youtube.com/watch?v=U4azwyOD-VA> [5] <https://www.facebook.com/susurros-cancer-ovario/> [6] http://www.cdc.gov/spanish/cancer/knowledge/pdf/gyn_symptoms_wallet_sp.pdf [7]

<http://www.cdc.gov/spanish/especialescdc/cancereshereditarios/index.html> [8]
<http://www.cdc.gov/spanish/especialescdc/sindromelynch/index.html> [9]
<http://www.cdc.gov/spanish/cancer/breast/index.htm> [10] <http://www.cdc.gov/spanish/cancer/uterine/index.htm>
[11] <http://www.cdc.gov/spanish/cancer/colorectal/> [12] <http://www.cdc.gov/spanish/cancer/cervical/index.htm>
[13] <http://www.cdc.gov/spanish/cancer/skin/index.htm> [14]
http://www.cdc.gov/spanish/cancer/ovarian/pdf/ovarian_facts_sp.pdf [15]
<http://www.cdc.gov/spanish/cancer/ovarian/index.htm> [16] <http://www.ovarian.org/about-ovarian-cancer/what-is-ovarian-cancer> [17] <http://www.cdc.gov/spanish/cancer/ovarian/statistics/race.htm> [18]
<http://www.estadisticas.gobierno.pr/iepr/LinkClick.aspx?fileticket=N7h0ekUBEfA%3D&tabid=186> [19]
<http://www.salud.gov.pr/Estadisticas-Registros-y-Publicaciones/Publicaciones/Informe%20de%20enfermedades%20crónicas%20en%20Puerto%20Rico%202012.pdf>
[20] <https://www.cienciapr.org/es/tags/cancer-de-ovario?language=en> [21]
<https://www.cienciapr.org/es/tags/conocimiento-tu-salud?language=en> [22]
<https://www.cienciapr.org/es/tags/medicina?language=en> [23]
<https://www.cienciapr.org/es/tags/septiembre?language=en> [24] <https://www.cienciapr.org/es/tags/ovarian-cancer-awareness?language=en>