TALLER 5: TERRITORIO ATENTO AL CANCER

ESTRATEGIA: "Formando facilitadores en Salud“

LINEA: NO TRANSMISIBLES

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

¿QUE VEREMOS HOY?

Hospital San José De Aguadas E.S.E.

Útero

HOME



1. MITO: Tener VPH significa cáncer.

REALIDAD: El VPH es un virus muy común y la mayoría de las personas lo tendrán en algún momento de su vida. En la mayoría de los casos, el virus desaparece por sí solo sin provocar ninguna manifestación. Así mismo, existen tipos de VPH que pueden causar enfermedades benignas como verrugas. Sin embargo, alrededor del 5% al 10% de las infecciones por VPH, no se eliminan y permanecen en el cuerpo, pudiendo progresar hasta convertirse en cáncer.

---

2. MITO: La vacuna contra el Virus del Papiloma Humano (VPH) es un experimento y genera más problemas para la salud.

REALIDAD: La seguridad y eficacia de esta vacuna está respaldada con más de 20 años de desarrollo y estudios científicos.

---

3. MITO: Si me aplico la vacuna contra el VPH ya no tengo necesidad de hacerme más exámenes de detección.

REALIDAD: Toda mujer que haya iniciado su vida sexual o tenga más de 25 años, debe realizarse las pruebas de detección temprana como: citología, ADN – VPH y técnicas de inspección visual VIA-VILI, de acuerdo a la orientación médica.

1. MITO: Usar brasieres con varilla y aplicar desodorantes causa cáncer de mama.

REALIDAD: No hay evidencia científica que vincule antitranspirantes o el tamaño del sujetador con el desarrollo de este cáncer, independientemente de la edad de inicio o el tiempo de uso.

---

2. MITO: El cáncer de mama siempre se presenta en forma de masa.

REALIDAD: Este cáncer puede manifestarse de diversas formas, como cambios en la piel, secreción de líquido en los pezones o diferencias en la forma o tamaño de las mamas. Además, el 80% de las masas tienen una causa benigna.

---

3. MITO: Las mujeres que tienen implantes no se pueden hacer la mamografía.

REALIDAD: Durante la mamografía los médicos modifican su técnica para desplazar el implante y así poder ver el tejido mamario adecuadamente y poder determinar si hay alguna anormalidad.

Mama HOME



Piel HOME



1. MITO: El cáncer de piel sólo aparece en las partes más expuestas al sol.

REALIDAD: La mayoría de los cánceres de piel se originan en áreas expuestas al sol, pero también pueden aparecer en partes menos visibles como las plantas de los pies, genitales, uñas o el cuero cabelludo. Y al estar en áreas menos evidentes suelen diagnosticarse tarde y ser más agresivos.

---

2. MITO: Sólo debo utilizar protector solar en los días soleados.

REALIDAD: El 80% de los rayos ultravioleta pasan a través de las nubes o la niebla, pueden rebotar en la arena y el asfalto e incluso atravesar los cristales de las ventanas y ocasionar daños en la piel.

---

3. MITO: Las camas bronceadoras no son perjudiciales para la piel.

REALIDAD: Se ha encontrado que los rayos UV que emiten estos aparatos aumentan el riesgo de desarrollar cáncer de piel hasta en un 67%.

1. MITO: Si no tengo síntomas, no tengo cáncer de próstata.

REALIDAD: Este cáncer es uno de los tumores más asintomáticos que existen. A menudo no se manifiesta de ninguna forma hasta que ya se diagnostica en etapas muy avanzadas.

---

2. MITO: El examen de tacto rectal puede cambiar la orientación sexual.

REALIDAD: No existe evidencia científica que demuestre que el tacto rectal o los procedimientos endoscópicos anales y rectales cambien las preferencias sexuales.

---

3. MITO: El tacto rectal no es necesario, con el Antígeno Prostático (PSA) es suficiente.

REALIDAD: Este es un examen que toma muy pocos segundos y puede detectar anormalidades en la próstata que algunas veces no se ven reflejadas en el valor del PSA y se realiza para determinar no sólo patologías de la próstata, sino también del recto y el ano.

Próstata HOME



Pulmón

HOME



1. MITO: El cáncer de pulmón sólo afecta a los hombres y a las personas mayores.

REALIDAD: El cáncer de pulmón es la principal causa de muerte por cáncer en hombres a nivel mundial y la segunda causa en mujeres. Para el año 2022 en el Instituto Nacional de Cancerología se diagnosticaron 71 casos nuevos de cáncer de pulmón en hombres y mujeres menores de 65 años.

---

2. MITO: El cáncer de pulmón solo le da a las personas fumadoras.

REALIDAD: Aunque el cáncer pulmonar está asociado directamente al consumo activo de tabaco, otros factores se asocian al desarrollo de esta enfermedad en personas no fumadoras, como estar expuestos a alta contaminación ambiental y convivir con personas que fumen.

---

3. MITO: Los cigarrillos electrónicos y vapeadores no generan daño en los pulmones porque producen vapor de agua en vez de humo.

REALIDAD: En Colombia, un estudio publicado en 2023 demostró que al menos 59 personas han muerto en los últimos 2 años por causa del consumo de vapeadores y

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

¿Qué es el cáncer?

Es el **crecimiento descontrolado de células anormales en el cuerpo**, que se extienden más allá de sus límites habituales y pueden propogarse a otras partes del cuerpo.



El cáncer es una de las principales causas de muerte a nivel mundial.

Hospital San José De Aguadas E.S.E.

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

FACTORES DE RIESGO

1/3 MUERTES POR CÁNCER SE DEBEN A 5 FACTORES DE RIESGO EVITABLES



OTROS FACTORES IMPORTANTES



Hospital San José De Aguadas E.S.E.

Factores de Protección frente al Cáncer

#JUNTOSXELCÁNCER



No Fumar

no consumir ningún tipo de tabaco



Hogar sin humo

apoyar políticas antitabaco



Peso saludable

evitar obesidad y sobrepeso



Hacer ejercicio

limitar sendentarismo



Dieta saludable

rica en fruta y verdura



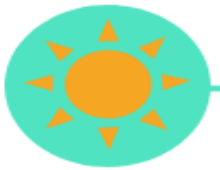
No beber alcohol

toda cantidad es perjudicial



Protegerse de contaminantes

trabajar con con elementos de protección



Protegerse del sol

evitar exposición excesiva



Vacunar

frente hepatitis B y VPH



Detección precoz

de cáncer colorrectal, mama y cervicouterino



Evitar exposición a radón

común en algunos hogares

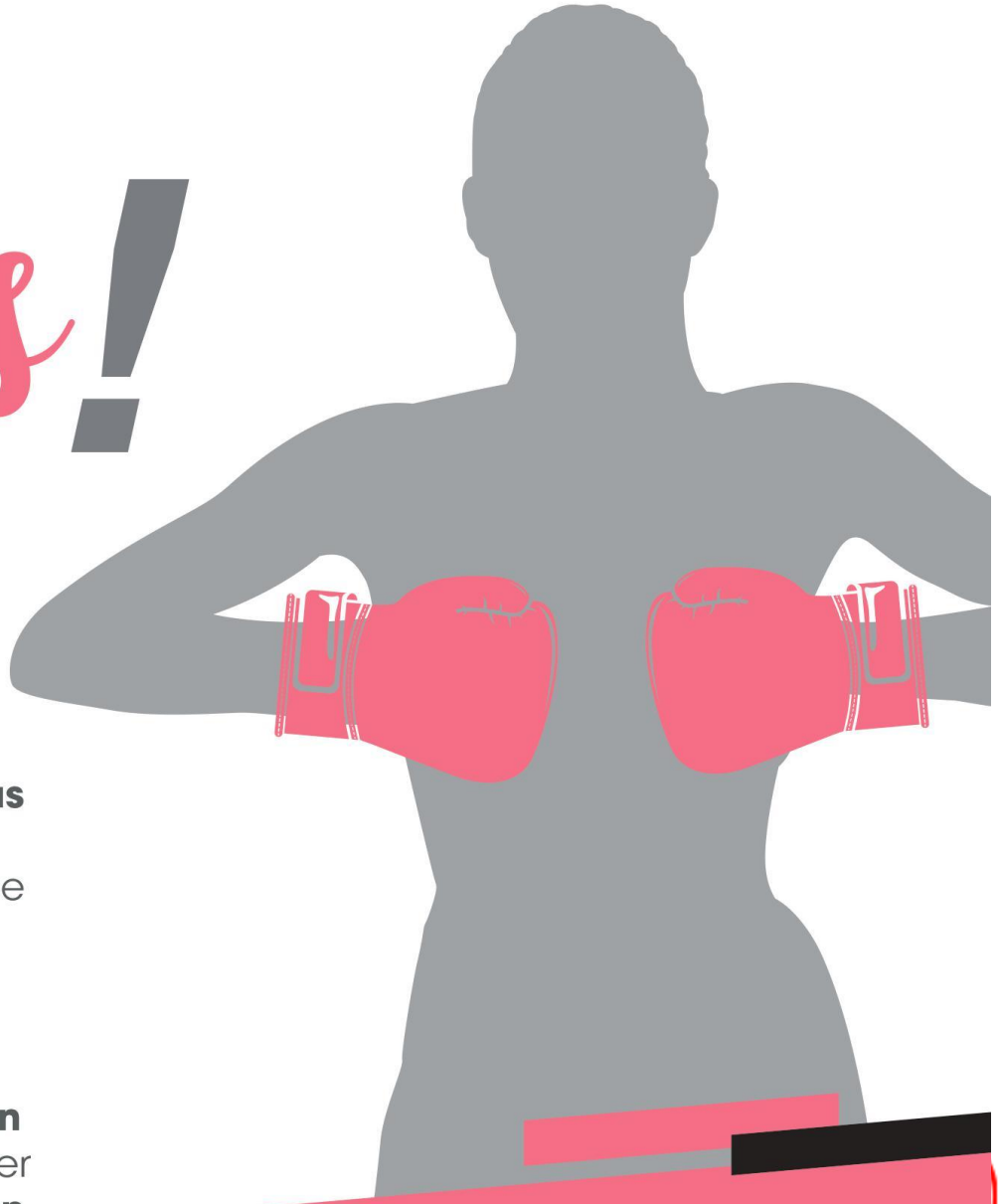


Mujeres

mantener lactancia materna y limitar THS

¡Unidos en la Lucha por Ellas!

¿ERES PARTE DE LA POBLACIÓN EN RIESGO?



El cáncer de mama se origina cuando las células crecen fuera de control debido a una serie de mutaciones que provocan que se comporten de manera diferente y aparezcan tumores.[1]

Según el Ministerio de Salud y Protección Social, **en 2014 en Colombia se detectaron alrededor de 8686 casos nuevos** de cáncer de mama y **2649 de esas mujeres murieron** a causa de esta enfermedad.[2]

Factores de riesgo relacionados con

a causa de esta enfermedad.[2]

CONOCE LOS FACTORES DE RIESGO:[3]



Mujeres mayores de 50 años



Historia familiar de cáncer de mama



Otras enfermedades mamarias



Tratamientos de radiación en el pecho

Factores de riesgo relacionados con **la historia reproductiva:**[3,4]

- **Una menstruación temprana**



- **Una menopausia tardía**



- **Un primer embarazo después de los 30 años**



- **No amamantar**



- **No tener hijos**



El sobrepeso, especialmente después de la menopausia, una vida sedentaria y el alto consumo de alcohol son factores de riesgo **asociados con el estilo de vida.**[4]





Detección Temprana y Bien Hecha

SÍ

Existen 3 formas de detectar a tiempo el cáncer de mama

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

Gobierno de CALDAS

Vive sin miedo,
Detecta a tiempo

MAMOGRAFÍA 1

A partir de los 50 años hasta los 69 años

La mamografía es el primer paso para estar al día con tu salud recuerda realizarla cada 2 años.





Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

Gobierno de CALDAS



2

EXAMÉN CLÍNICO

A partir de los 40 años hasta los 69 años

Recuerda asistir a tu chequeo médico anual.

Vive sin miedo,
Detecta a tiempo

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

Gobierno de CALDAS



AUTO EXAMÉN

Te permite identificar cambios en tus mamas.
Consulta a tu médico ante cualquier anormalidad

Vive sin miedo,
Detecta a tiempo

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

Gobierno de CALDAS

LIGA COLOMBIANA CONTRA EL CANCER y SUS Seccionales & Capítulos

¿Qué es el Cáncer de Cuello Uterino?

Es el crecimiento anormal y descontrolado de células malignas causado por la **infección prolongada** del **Virus del Papiloma Humano.**



En Colombia, el cáncer de cuello uterino es la quinta causa de muerte por cáncer en mujeres.

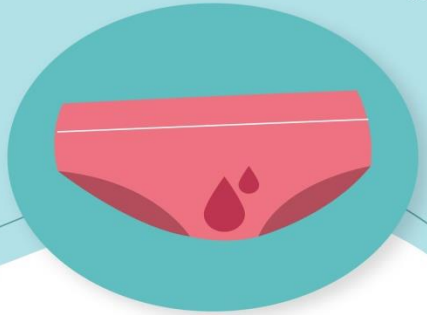
Fuente: Globocan 2022.


Factores de Riesgo
Del cáncer de cuello uterino
Uso prolongado de anticonceptivos
Bajo estrato socioeconómico
Edad temprana de inicio de relaciones sexuales
Multiples compañer@s sexuales
Tabaquismo
#LaLigaTeCuida

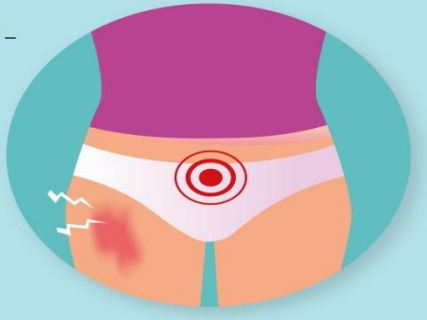
Signos y Síntomas

Del cáncer de cuello uterino

#LaLigaTeCuida



Sangrado anormal entre periodos con mal olor



Dolor pélvico e hinchazón en las piernas



Relaciones sexuales **dolorosas**

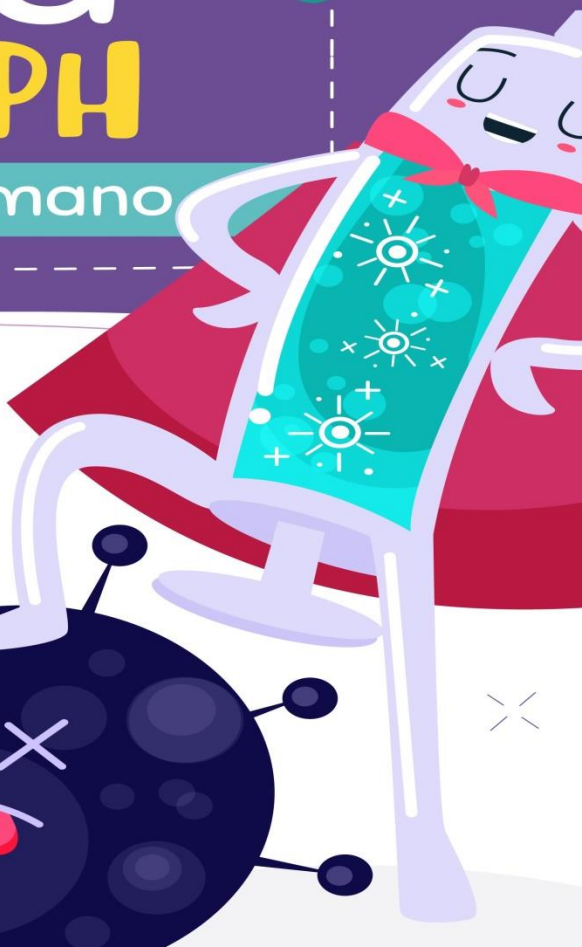
LIGA COLOMBIANA CONTRA EL CANCER y sus Seccionales & Capítulos

Así nos cuidamos



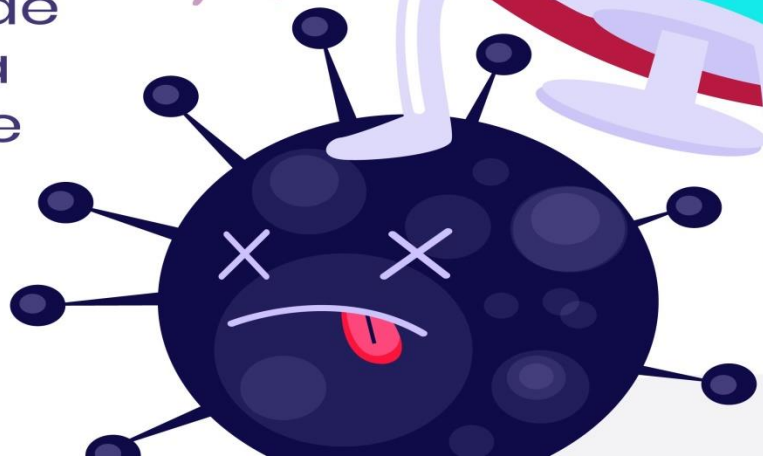
1 Vacuna contra el VPH

Virus del Papiloma Humano



Funciona como un **escudo que protege al cuerpo** de este Virus y nos ayuda a **prevenir** el desarrollo de varios tipos de cáncer.

Cuello uterino, vagina, vulva, boca, garganta, ano y pene.



#LaLiga TeCuida

2 Citología Vaginal

A partir de los 25 años, cada 3 años.

Es un examen sencillo para detectar tempranamente **células premalignas** en el cuello uterino.

La citología vaginal es una prueba GRATUITA que está incluída en el Plan de Beneficios

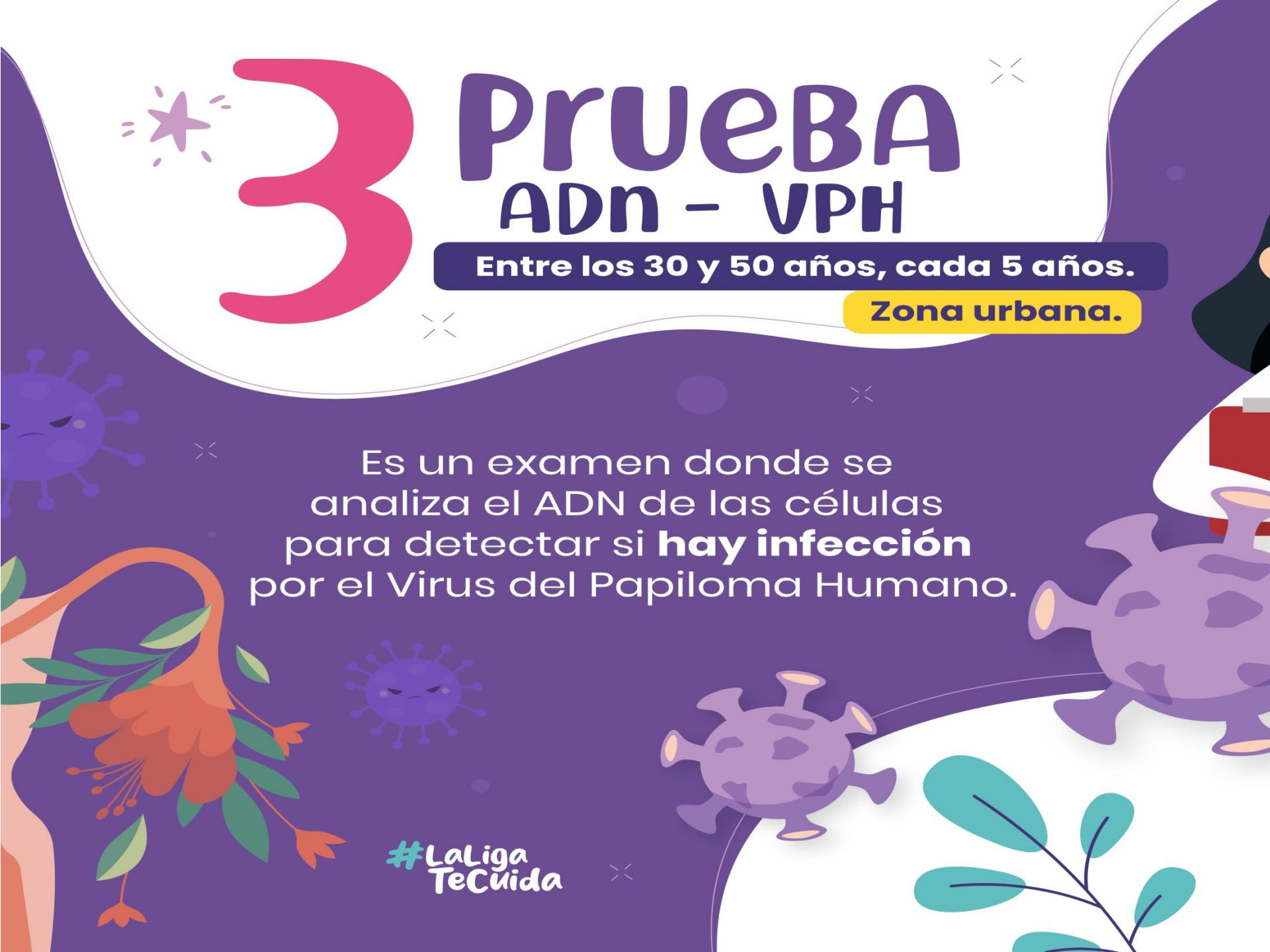
y puedes **Solicitarla en tu EPS**

3 PRUEBA ADN - VPH

Entre los 30 y 50 años, cada 5 años.

Zona urbana.

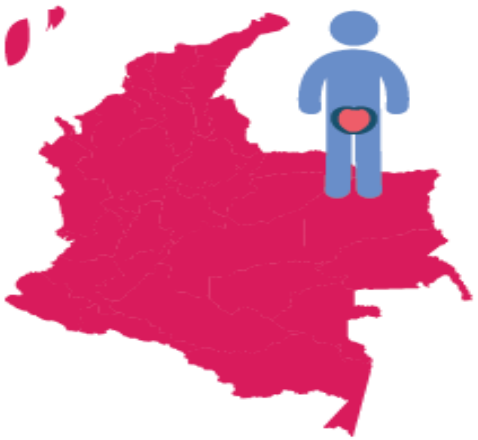
Es un examen donde se analiza el ADN de las células para detectar si **hay infección** por el Virus del Papiloma Humano.



#LaLigaTeCuida

Cáncer de próstata

En Colombia:



Cada año se diagnostican **8.872** casos nuevos de cáncer de próstata y **2.416** hombres mueren por esta causa.

Este cáncer es la primera causa de incidencia y mortalidad por cáncer en los hombres.

Más información en:
www.minsalud.gov.co/prevencioncancer

La salud es de todos | Minsalud

¡ Si lo detectas a tiempo lo puedes curar !

Cáncer de próstata



factores de riesgo:

- Sedentarismo.
- Obesidad.
- Consumo nocivo de alcohol.
- Alimentación basada en el consumo de carnes rojas, y contenidos grasos.
- Tabaquismo.
- Ser mayor de 50 años.
- Tener un familiar en primer grado con cáncer de próstata.
- Raza negra.

Más información en:
www.minsalud.gov.co/prevencioncancer

La salud es de todos | Minsalud

¡ Si lo detectas a tiempo lo puedes curar !

Cáncer de próstata

Señales de alarma:



Si tienes alguna de estas señales de alarma consulta a tu servicio de salud

- Dificultad y dolor al orinar o eyacular, y presencia de sangrado.
- Disminución del calibre del “chorro” de orina.
- Aumento de la frecuencia de micción y urgencia urinaria, particularmente en la noche.

Más información en:
www.minsalud.gov.co/prevencioncancer

La salud es de todos | Minsalud

¡ Si lo detectas a tiempo lo puedes curar !

EL CÁNCER DE PIEL

90% ORIGINADO POR LARGAS EXPOSICIONES A LOS RAYOS ULTRAVIOLETAS DEL SOL

10% DEBIDO A CONDICIONANTES GENÉTICOS

ivo

FACTORES DE RIESGO

EL FACTOR PRINCIPAL DEL DESARROLLO DEL CÁNCER DE PIEL ES LA EXPOSICIÓN SOLAR



QUEMADURAS SOLARES PREVIAS



ANTECEDENTES FAMILIARES DE CÁNCER DE PIEL (ESPECIALMENTE MELANOMA)



POCA MELANINA O TEZ DE PIEL MÁS CLARA



EXPOSICIÓN A LA RADIACIÓN



ANTECEDENTES DE LESIONES CUTÁNEAS PRE CANCEROSAS



USO DE CÁMARAS DE BRONCEADO

LOS SÍNTOMAS



CRECIMIENTO SIMILAR A UNA VERRUGA



HERIDA ABIERTA QUE PERSISTE DURANTE SEMANAS



MANCHA ROJIZA ESCAMOSA CON BORDE IRREGULAR QUE PUEDE SANGRAR FÁCILMENTE



CRECIMIENTO CON BORDES ELEVADOS CON UNA SUPERFICIE RUGOSA Y UNA DEPRESIÓN CENTRAL

REVISA LOS LUNARES

UN LUNAR NORMAL

- TIENE FORMA REDONDEADA O SE ASEMEJA A UNA FIGURA GEOMÉTRICA
- PRESENTA BORDES DEFINIDOS
- TIENE UN COLOR UNIFORME: MARRÓN, NEGRO O INCLUSO ROJO
- MIDE HASTA 6 MM

UN LUNAR MALIGNO

- LA FORMA DE LA MITAD DEL LUNAR ES DISTINTA A LA OTRA
- SU BORDE ES IRREGULAR Y DIFÍCIL DE SEGUIRLO CON LA VISTA
- PRESENTA COLORES VARIADOS
- SU MEDIDA ES MAYOR DE 6 MM O CRECE RÁPIDAMENTE

PREVENCIÓN



EVITAR LA EXPOSICIÓN EXCESIVA AL SOL, ESPECIALMENTE EN LA INFANCIA



BUSCAR LA SOMBRA Y EVITAR EXPONERSE DURANTE EL MEDIODÍA



PROTEGERSE CON ROPA, SOMBRERO Y GAFAS DE SOL



UTILIZAR PROTECTOR SOLAR EN LAS ZONAS EXPUESTAS DE LA PIEL

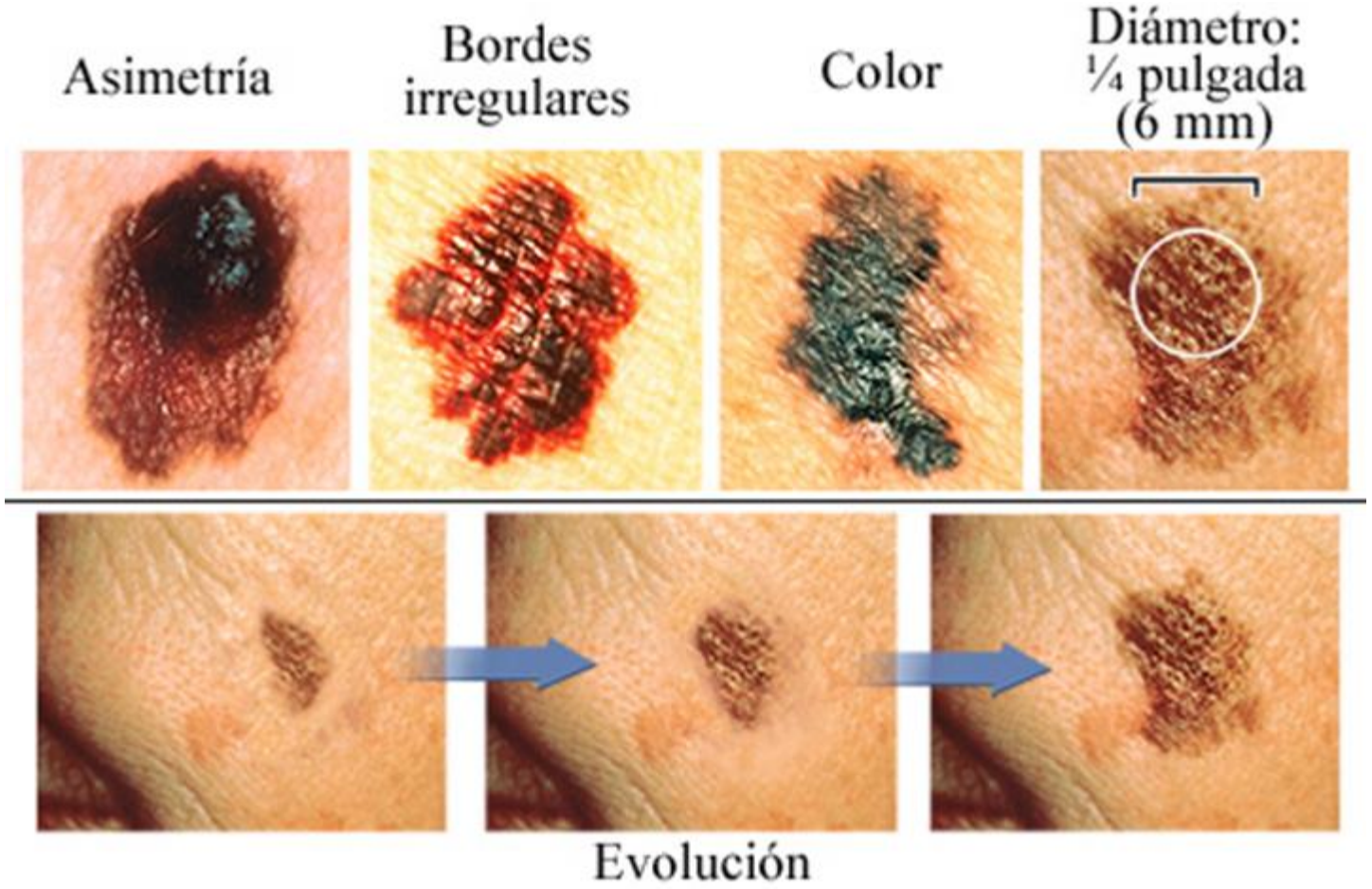


NO USAR CABINAS BRONCEADORAS DE RAYOS UVA



PRESTAR ATENCIÓN A LUNARES DE NUEVA APARICIÓN Y CONSULTAR SI SE OBSERVAN CAMBIOS ANORMALES EN UN LUNAR O EN UN ÁREA DE LA PIEL

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas



Hospital San José De Aguadas E.S.E.

Cáncer de colon y recto sí es posible prevenirlo

80% - 90% de los casos ocurren en personas mayores de **50 años** que presentan **pólipos adenomatosos** (adenomas) en colon o recto

En Colombia se diagnostican cada año aproximadamente **6350 casos nuevos y mueren cerca de 3200** personas por esta causa

Después de **5 años** de haber sido diagnosticada la enfermedad, **sobrevive el 43%** de los pacientes



Factores de riesgo

Genéticos

- Es el cáncer con mayor componente familiar
- **20 al 30%** tienen antecedentes familiares en parientes de primer y segundo grado

Medio ambientales

- **Obesidad** aumenta hasta **2 veces** el riesgo de desarrollarlo
- Elevado consumo de **carnes rojas y procesadas** (embutidos)
- Consumo excesivo de alcohol
- **Tabaquismo**
- **Sedentarismo**

Otros factores

- Edad > a 50 años
- Diabetes mellitus tipo 2
- Raza negra



Prevención

- Consuma **frutas, vegetales y granos integrales**
- Realize **actividad física** regular
- Modere consumo de carnes rojas y procesadas
- Evite consumo de alcohol y cigarrillos
- Mantenga un **peso corporal adecuado**

Detección temprana

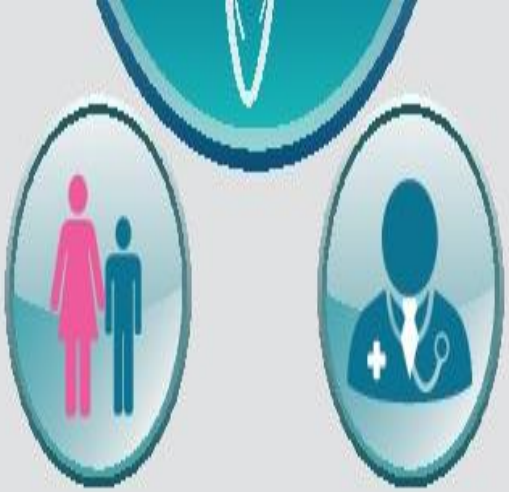
- **Personas asintomáticas, mayores de 50 años:** prueba de sangre oculta en materia fecal cada dos años

Mortalidad

- En **Colombia** es la **cuarta causa** de muerte por cáncer en **ambos sexos**

Incidencia

- En **Colombia** es el **tercer** tipo de cáncer más frecuente en mujeres y el **cuarto** en hombres



- Sensación de **masa**
- **palpable** en el abdomen

Antecedentes

- **familiares** de cáncer colorectal

Consultar si hay

- **Dolor abdominal** marcado y frecuente
- **Cambio en su hábito intestinal:**
  - diarrea o estreñimiento
  - sensación de que el intestino no se limpia completamente
  - heces más delgadas de lo normal
  - sangrado en la materia fecal (color rojo muy vivo o muy oscuro)
- **Pérdida de peso** injustificado y en poco tiempo
- **Anemia**

*Oficina de Comunicaciones INC / 334 0760

¿QUÉ ES EL CÁNCER GÁSTRICO?

Es el crecimiento **descontrolado** de las células presentes en la mucosa gástrica que forman tumores y pueden propagarse a otras partes del cuerpo.

Generalmente los síntomas de este cáncer no se presentan en etapas tempranas, por lo que es **difícil su detección** y tratamiento oportuno.



LIGA COLOMBIANA CONTRA EL CANCER y sus Seccionales & Capítulos

¿EL CÁNCER GÁSTRICO PRESENTA SÍNTOMAS?

LIGA COLOMBIANA CONTRA EL CANCER y sus Seccionales & Capítulos

En fase temprana, el cáncer de estómago produce síntomas **generalmente leves e inespecíficos** muy similares a los síntomas de una gastritis o una úlcera.

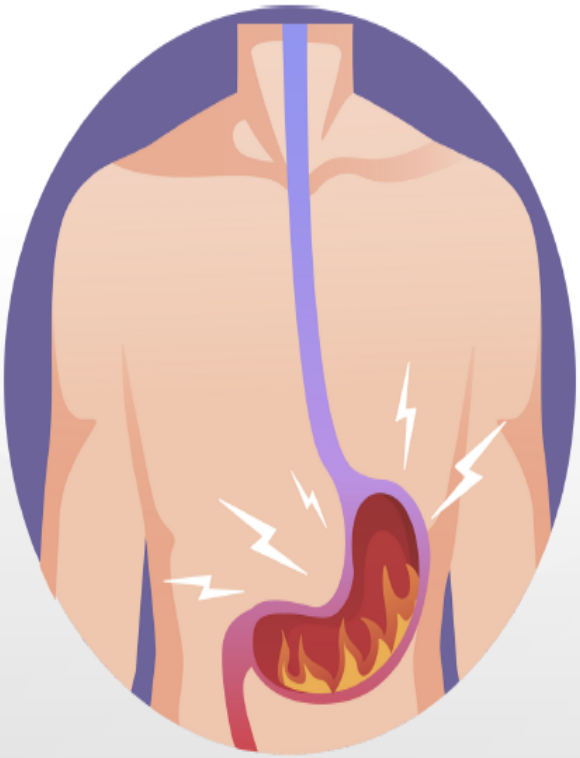


ALGUNOS SÍNTOMAS PUEDEN SER :

- Indigestión o acidez crónica.
- Perdida de peso y falta de apetito.
- Molestias o dolor abdominal persistentes.
- Sensación de llenura, incluso después de una comida escasa.
- Náuseas y/o vómitos, con o sin sangre.
- Hinchazón o acumulación de líquido en el abdomen.
- Deposiciones negras, anemia.

Comenzaremos por hablar sobre la gastritis porque es una enfermedad relacionada con el desarrollo de cáncer gástrico

LIGA COLOMBIANA CONTRA EL CANCER y sus Seccionales & Capítulos

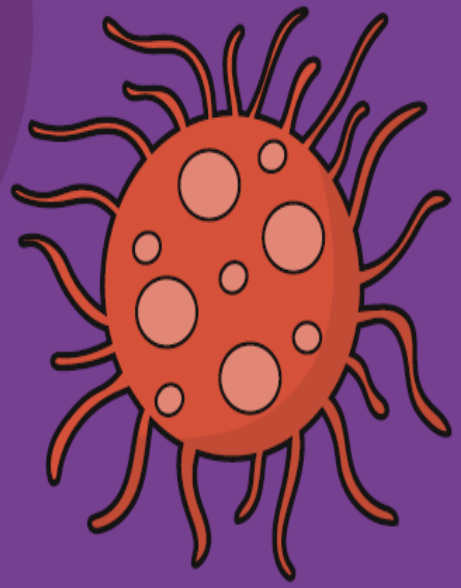


¿QUÉ ES LA GASTRÍTIS?

- Es la **inflamación de la mucosa** que recubre las paredes internas del estómago.
- Uno de los factores principales para desarrollar gastritis es la infección con la bacteria: **Helicobacter Pilory.**
- Más del **50%** de las personas adultas en Colombia pueden estar infectadas con esta bacteria

LIGA COLOMBIANA CONTRA EL CANCER y sus Seccionales & Capítulos

El HELICOBACTER PYLORI



Es una **bacteria** que puede residir en el estómago y provocar inflamación crónica **(gastritis)** o úlceras.

Si las lesiones continúan durante un tiempo prolongado sin tratamiento, puede desarrollarse cáncer

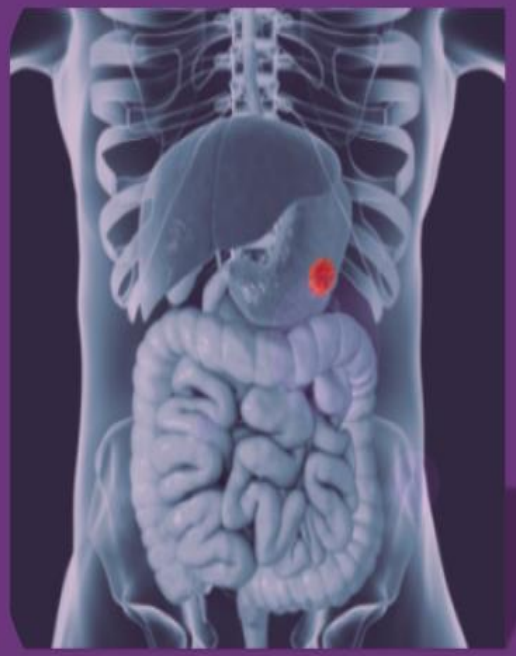
Entonces la infección con **Helicobacter pylori** es el **factor de riesgo** más importante para el desarrollo de **cáncer de estómago**

La buena noticia es que la infección por Helicobacter Pylori tiene **tratamiento eficaz** con antibióticos

LIGA COLOMBIANA CONTRA EL CANCER y sus Seccionales & Capítulos

HABLEMOS SOBRE LOS RIESGOS DEL CÁNCER GÁSTRICO

NO todas las personas que tienen el Helicobacter Pylori en el estomago van a desarrollar cáncer gástrico, se calcula que esto ocurre solamente en el **3%** de los casos.



Consumir altas cantidades de alimentos que contienen Nitratos o Nitritos como:

- Sal
- Ahumados
- Carnes procesadas como embutidos
- Almidones.

LIGA COLOMBIANA CONTRA EL CANCER y sus Seccionales & Capítulos

4. ACTÚA A TIEMPO E IDENTIFICA LAS SEÑALES DE ALERTA

Cuando se presenta alguno o varios de los siguientes síntomas, **debemos consultar** con un profesional de la salud.

- Pérdida del apetito
- Pérdida de peso
- Vómito con o sin sangre
- Acidez o indigestón frecuente
- Náuseas frecuentes
- Bajo recuento de glóbulos rojos
- Dolor de éstomago frecuente
- Hinchazón en el abdomen

¿Conoces los signos y síntomas del cáncer infantil?



Aprendamos juntos

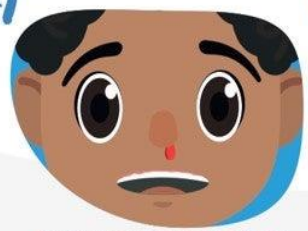
La detección temprana aumenta las posibilidades de salvar la vida de muchos niños.

OPS | OPS 120 Aniversario | Childhood Cancer International LATAM | St. Jude Children's Research Hospital | Juntos

¿El niño presenta alguna de estas señales?

Podría ser un signo o síntoma de cáncer infantil. Converse con sus padres para que sea atendido por el equipo de salud de inmediato.

#1



Sangrado repentino o persistente en nariz o encías

#2



Reflejo blanco en la pupila

#3



Ganglios abultados en cuello, axilas o ingle

#4



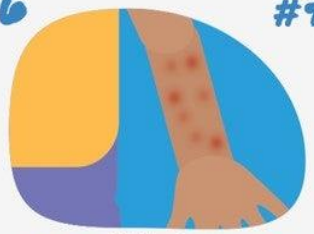
Aumento de volumen del abdomen

#5



Aumento de volumen o tumoración en cualquier parte del cuerpo

#6



Puntos rojos o moretones en la piel sin explicación

#7



Palidez de piel y mucosas

#8



Fiebre persistente o recurrente que no ceda a tratamientos comunes

#9



Dolor de cabeza, asociado a mareos y vómitos

#10



Dolor de huesos y articulaciones

¡Juntos podemos detectarlo a tiempo!

OPS
Organización Panamericana de la Salud
Organización Mundial de la Salud
Américas

OPS 120 ANIVERSARIO

Childhood Cancer International LATAM

St. Jude Children's Research Hospital

Juntas

La importancia de la observación para una detección temprana

¿Qué debemos identificar?

1. Mancha blanca en el ojo



2. Petequias o puntos rojos en el cuerpo



3. Palidez marcada





OPS | OPS 120 Aniversario | Childhood Cancer International LATAM | St. Jude Children's Research Hospital | Juntos

Aprendiendo sobre Signos y síntomas del cáncer infantil

¿Qué buscamos durante la palpación?

1. Bolitas en el cuello, axilas o ingle
2. Bulto en alguna parte de la barriga
3. Hinchazón en alguna otra área del cuerpo





OPS | OPS 120 Aniversario | Childhood Cancer International LATAM | St. Jude Children's Research Hospital | Juntos

¡Escucha con atención!

A lo que el niño o la niña expresa

Detrás de palabras o actitudes, podría esconderse un tipo de cáncer infantil que necesita atención inmediata.



OPS

OPS 120 Aniversario

Childhood Cancer International LATAM

St. Jude Children's Research Hospital

Juntas

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

SENSIBILIZACION
NO DEJES PARA MAÑANA LO QUE PUEDE SALVARTE HOY



Hospital San José De Aguadas E.S.E.
HSJ

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas



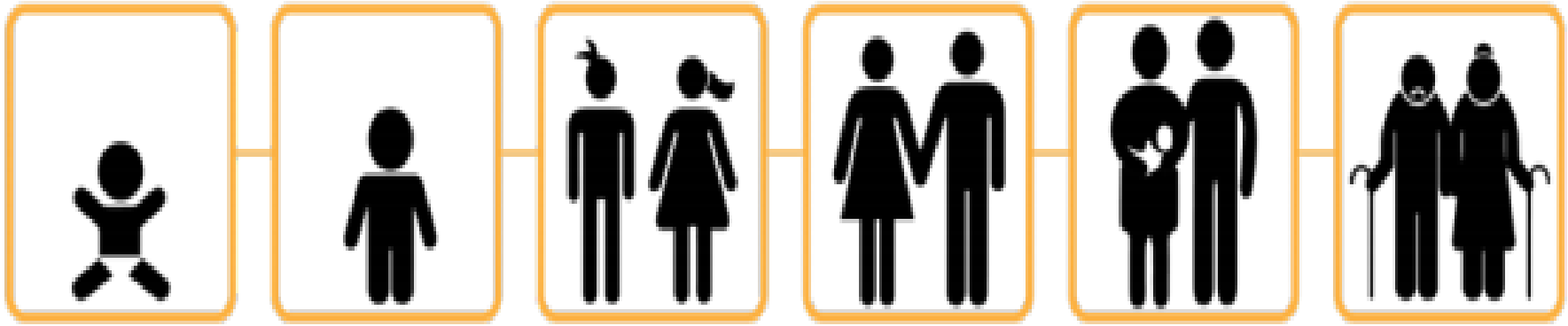
CÓMO AYUDAR A TU CUERPO A CREAR UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE.

Hospital San José De Aguadas E.S.E.

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

1 Ruta integral de atención para la promoción y mantenimiento de la salud

Acciones realizadas en los entornos donde transcurre la vida y se desarrollan las personas



Físico y Motor / Socio-emocional / Cognitivo

Hospital San José De Aguadas E.S.E.

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas



Hospital San José De Aguadas E.S.E.

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas



Hospital San José De Aguadas E.S.E.