



Claves para tratar el cáncer de estómago

Martha Ramírez era de esas personas que disfrutaba mucho al comer una hamburguesa o una pizza, pero poco gozaba con una ensalada o una porción de frutas. Eso, recuerda ella, fue el detonante para su salud. Hace siete meses fue diagnosticada con cáncer gástrico.

En ese momento, Martha entró a hacer parte de los más de 4700 casos de personas con esta patología que se registran en Colombia para el 2014. “Seguramente si me hubiera cuidado un poco más, la historia sería diferente”, cuenta ella.

Ante esto, la nutricionista del Centro Médico Imbanaco, Sandra Alfaro asegura que “la alimentación es clave a la hora de prevenir una enfermedad, y cuando se habla de cáncer de estómago se deben evitar los alimentos procesados y aumentar el consumo de fibra”.

Sin embargo, la enfermedad no solo depende del cuidado del paciente, los especialistas también hablan de un diagnóstico a tiempo. “Muchas no se hacen a tiempo y suelen confundirse con una gastritis”, asegura Juan Felipe Montoya, médico del Grupo Emi.

Con esto coincide el oncólogo Joaquín Guerra, pues asevera que “en Colombia se hace el diagnóstico de forma tardía. Al llegar al paciente, la enfermedad ya está muy avanzada y en muchos de los casos metastásica, lo que significa que ya no podemos ofrecer ningún tipo de tratamiento curativo sino solo paliativo”.

Entonces, ¿a qué síntomas se debe estar alerta? ¿existen factores de riesgo para tener la enfermedad? ¿cuál es la forma ideal de detectarlo?

El País consultó con voces de expertos para resolver estas dudas y lograr un diagnóstico oportuno de este tipo de cáncer.

¿Cómo detectar un cáncer gástrico a tiempo?

Entre las formas de detectar a tiempo un cáncer de estómago, el doctor Joaquín Guerra asegura que la endoscopia disgestiva es la más recomendada.

Este procedimiento, explica Guerra, se realiza en ayunas, se introduce por la boca un equipo similar a una manguera flexible que se sitúa 15 o

20 cm más allá del estómago para así mirar las características del esófago.



Sala de Prensa

De este modo, es posible evidenciar si hay alguna afectación en la mucosa o la submucosa (primeras capas celulares). Esto permite determinar si existen alteraciones que sugieran la presencia, o no, de un tumor o cualquier otra patología.

Por otro lado, el especialista recomienda asistir a los controles médicos que permitan evaluar al organismo de forma completa y “realizarse el autoexamen, notar la presencia del aumento del perímetro abdominal o la presencia de ganglios en cuello o axila izquierda”, recomienda.

Algunos síntomas para estar alerta

Hay síntomas que pueden encontrarse en un estado muy temprano de la enfermedad y otros que se manifiestan en estados muy avanzados, indica el doctor Juan Felipe Montoya.

Un dolor en la boca del estómago (epigastrio), como la gastritis, es el primer síntoma, sin embargo, “no siempre se realizan las endoscopias para detectar de qué se trata la dolencia y así la enfermedad se deja avanzar”, manifiesta Montoya. De igual forma, el paciente también presenta una sensación de llenura, puede presentar náuseas y vómito.

Si la persona ya presenta un cáncer gástrico muy avanzado los síntomas son un dolor en la boca del estómago que no cede, pérdida de peso sin una justificación, dificultad para deglutir sólidos, incluso puede presentar vómito con sangre.

Otra alerta, indica el médico Joaquín Guerra, podría ser la presencia de ganglios en la fosa supraclavicular (se halla entre la clavícula y el esternocleidomastoideo) en la axila o a nivel umbilical.

Llevar una buena alimentación

Mantener una sana alimentación es uno de los aspectos claves cuando se habla de la prevención del cáncer de estómago.



Por tal motivo, la nutricionista del Centro Médico Imbanaco, Sandra Alfaro, recomienda tener un consumo alto de frutas y verduras, preferiblemente orgánicos, es decir, sin pesticidas.

De igual forma, la especialista aconseja disminuir el consumo de alimentos muy condimentados, carnes procesadas y que han sido expuestas al humo.

“Es importante el consumo de fibra, debe ser más o menos 30 o 35 gramos de fibra diaria, al igual que tomar ocho vasos de agua en el día, ya que esto ayuda mucho para que el colon tenga un buen tránsito intestinal y así favorezca a la digestión”, indica Alfaro.

Finalmente, los especialistas coinciden en llevar una alimentación mucho más sana y más natural consumiendo alimentos libres de pesticidas, pues “alimentos que son expuestos al humo con madera no son recomendados, ya que estas sueltan benzopireno, un agente carcinogénico, lo que provocaría cáncer gástrico”, explica Alfaro.

En el país más del 90 % de los casos de cáncer gástrico se detectan en estadio avanzado. Cada año mueren cerca de 29.000 personas por esta causa.

Tipos de cáncer de estómago

Según la Sociedad Americana de Cáncer, existen varios tipos de cáncer, sin embargo, el más común se conoce como adenocarcinoma, pues representa cerca del 90 % y el 95 % de los cánceres de estómago. Este tipo de tumor se origina en las células que forman la capa más interna del estómago, también conocida como la mucosa.

El linfoma es otro tipo, aunque no es tan común, representa aproximadamente el 4 % de los casos de cánceres de estómago. Este se refiere a los tumores cancerosos del sistema inmunológico que algunas veces se detectan en la pared del estómago.

Por otro lado, los tumores del estroma gastrointestinal (GIST) son otro tipo, pero poco comunes, estos se originan en formas muy tempranas de células de la pared del estómago llamadas células intersticiales de Cajal.

Según la Organización Mundial de la Salud, OMS, durante el 2014 en total se registraron 4721 pacientes con este tipo de cáncer en Colombia.



Factores de riesgo

El médico Juan Felipe Montoya explica que existen causas o factores de riesgo para padecer el cáncer gástrico: los evitables y los inherentes al cuerpo humano, es decir, aquellos que no son modificables.

Evitables: en este aspecto Montoya habla de las pocas condiciones higiénicas que hay para la preparación de los alimentos, ya que se puede contraer fácilmente el *helicobacter pylori*, una bacteria que convierte a los nitritos y nitratos en compuestos que han demostrado que causan cáncer de estómago. El alto consumo de alimentos muy calientes, condimentados y ahumados; carne salada y vegetales conservados en vinagre también son un riesgo aumentado del cáncer gástrico.

Inherentes: en cuanto a los que no se pueden modificar el especialista nombra el hecho de pertenecer al grupo sanguíneo A, prevalecer una enfermedad llamada la anemia perniciosa, es decir, una disminución en los glóbulos rojos que ocurre cuando los intestinos no pueden absorber apropiadamente la vitamina B12; tener familiares con primer grado de consanguinidad que tengan antecedentes de cáncer gástrico, lo cual predispone a la persona en un 11 % a que también pueda padecer la enfermedad.

Diario El País, 10 de Abril de 2016. Página C11.