



Así es el cáncer de estómago, el más mortal en Colombia

Aparece silenciosamente, y, cuando se deja detectar, en muchos casos ya es tarde.

El cáncer gástrico es el más letal en Colombia y sigue detectándose tardíamente, causando una alta mortalidad. No hay programas específicos para la prevención y el manejo de esta enfermedad, y también existe un desconocimiento de la población en general.

Su aparición y progreso son insidiosos, lo que hace que sea evidenciado muy tarde, en fases tan avanzadas que un manejo oportuno y efectivo es casi imposible.

Por otro lado, los programas de prevención, detección y tratamiento no están al alcance de una gran parte de la población con riesgo de padecer este mal, que, sin duda, es el tumor que más gente mata entre hombres y mujeres.

Pero, antes de ahondar en esta enfermedad en específico, vale la pena darle una mirada al estómago y explicar que tiene forma de bota de vino y está situado, en su mayor parte, al lado izquierdo alto del abdomen. Es en realidad una bolsa de varias capas de potentes músculos que mueven y preparan los alimentos para que sus nutrientes puedan ser pasados a la sangre.

En rigor, el estómago se divide en tres partes –de arriba abajo–: el ‘fundus’, que se conecta con el esófago por un esfínter (válvula de acceso) llamado cardias. Le siguen el cuerpo y el antro, en la parte inferior, que se une al duodeno en una puerta de salida: el píloro. Su interior está cubierto por un tapete de células que producen moco, ácido clorhídrico y un factor para absorber la vitamina B12, además de enzimas para procesar proteínas y grasas.

¿Hay que pensar en el cáncer?

El asunto es que, por estar expuesto a sustancias externas, entre ellas pueden existir algunas capaces de transformar las células en malignas.

Se sabe que las nitrosaminas, los nitritos y otros elementos contenidos en algunos alimentos son capaces de alterar el material genético de las células con desenlaces tumorales. Esto puede empezar como una masa o una úlcera que, en algunos casos se extiende por todo el espesor del estómago.

Ahora, según las células afectadas, pueden existir varios tipos de cáncer a este nivel. El más frecuente es el adenocarcinoma (de células glandulares), que constituye el 80 por



ciento; pero también puede haber linfomas, sarcomas, tumores en las células de soporte y melanomas.

Como cualquier cáncer, hay primero una etapa subclínica, en la cual hay un crecimiento microscópico de células; por tanto, durante algún tiempo, las personas no sienten nada extraño. Luego, cuando el tumor puede ser visible, hay síntomas leves, ocasionales, como dispepsias, agrieras, acidez, molestias después de las comidas, náuseas, pesadez y dolor de estómago, ardor y flatulencia.

Con el avance, los síntomas son más intensos y frecuentes, y aparece la famosa gastritis, que no da tregua. Posteriormente hay deposiciones negras (por los sangrados del estómago); también, vomito con sangre, pérdida de peso, anemia y malestar general.

Se puede prevenir

Lo importante es que existen medidas generales para disminuir el riesgo de padecer este mal.

Eso empieza por la dieta, que debe ser balanceada, rica en verduras, frutas, fibra y antioxidantes. También, evitar exceso de grasa, sal, lo procesado y lo ahumado. Por supuesto que hay que evitar el cigarrillo, disminuir el alcohol y atenuar el estrés.

Es imperativo que cualquier síntoma, por menor que parezca, se consulte. No sobra la realización de una endoscopia digestiva alta (Evda) para visualizar alteraciones como masas, úlceras y otras variaciones en la anatomía, además de tomar biopsias (pedazos de tejido) para estudiarlas en el laboratorio.

Como la herencia es un factor importante en estos casos, cuando se tienen antecedentes familiares de esta enfermedad se recomienda consultar, así no existan síntomas.

Los expertos recomiendan que toda persona mayor de 40 años se realice una endoscopia para quedar tranquilos frente a una enfermedad letal y silenciosa.

El 'Helicobacter pylori'

Es una bacteria, en forma de bacilo, que vive en el estómago y se ha relacionado como factor determinante en la aparición del cáncer de estómago.

Se sabe que tolera el ácido gástrico y produce una inflamación en las paredes de este órgano que, de no tratarse, se puede malignizar.



De ahí que se recomienda buscarla siempre y erradicarla, con antibióticos específicos.

El tratamiento

Ante la sospecha del tumor se requieren exámenes específicos, que incluyen endoscopias, biopsias, imágenes y análisis para diagnosticar y clasificar el tumor, lo mismo que su estado.

Una vez diagnosticado el cáncer se determina si hay invasión de otros órganos y tejidos, y, de acuerdo con su condición se define el tratamiento, que puede incluir cirugía, quimioterapia, radioterapia y seguimiento exhaustivo.

Ojo a estos síntomas

Según la Sociedad Estadounidense de Oncología Clínica, el cáncer de estómago habitualmente no se detecta en un estadio temprano porque no causa síntomas específicos. Cuando los síntomas se presentan, pueden ser ambiguos e incluir los que figuran a continuación. Es importante recordar que estos síntomas también pueden estar causados por muchas otras afecciones, tales como:

- Un virus o úlcera estomacal.
- Indigestión o acidez estomacal.
- Dolor o molestia en el abdomen.
- Náuseas y vómitos, especialmente vomitar los alimentos sólidos poco después de haberlos consumido.
- Diarrea o estreñimiento.
- Hinchazón del estómago después de las comidas.
- Pérdida del apetito.
- Sensación de que los alimentos se atorán en la garganta al comer.

Los síntomas de cáncer de estómago avanzado pueden incluir:

- Debilidad y fatiga.



- Vómitos de sangre o sangre en la materia fecal.
- Pérdida de peso sin razón aparente.

Recomendaciones

La Liga Colombiana contra el Cáncer da estos consejos para evitar esta enfermedad:

- Coma saludablemente.
- Consuma gran cantidad de cereales integrales, legumbres, frutas y verduras.
- Limite los alimentos hipercalóricos (ricos en azúcar o grasa) y evite las bebidas azucaradas.
- Evite la carne procesada; limite el consumo de carne roja y de alimentos con mucha sal.
- Haga ejercicio a diario. Limite el tiempo que pasa sentado.
- No fume. No consuma ningún tipo de tabaco. El tabaco es la principal causa de enfermedades y muertes evitables en el mundo.