

**Narrador**

Cuando director de una escuela secundaria Everett Johnson cumplió 50 años, un análisis de revisión encontró las etapas tempranas de cáncer de colon.

**Paciente Everett Johnson**

"Me asombró, si digo la verdad, porque estaba totalmente sano en ese momento."

**Narrador**

Un cirujano quitó la malignidad, y Everett se recuperó rápidamente. Libre de cáncer, regresó a trabajar un mes más tarde sin requerir tratamiento adicional.

La experiencia de Everett ilustra una perogrullada médica -- lo más temprano que se detectan y se diagnostican los problemas de la salud, lo más probable es que puedan ser curados o manejados con éxito. Esa es la razón por la cual los análisis de revisión han sido desarrollados para varios tipos de cáncer, además de enfermedades como la diabetes y la cardiopatía.

El Dr. Rick Kellerman, presidente de la Academia Americana de Médicos de Familia, dice que estos análisis médicos rutinarios son una herramienta inestimable en mantener a los pacientes sanos.

**Rick Kellerman, MD/ Academia Americana de Médicos de Familia**

"No hay duda que los análisis de revisión han tenido un impacto positivo en la salud de estadounidenses. Hemos reducido el riesgo de un derrame cerebral en los Estados Unidos por más del 50% sólo porque revisamos la tensión arterial con frecuencia. Rara vez vemos el cáncer de útero en mujeres porque hacemos pruebas de Papanicolaou con frecuencia."

**Narrador**

A pesar de las ventajas claras asociadas con la detección temprana de enfermedades, sólo uno en cada tres adultos mayores recibe todos los análisis de revisión recomendados.

***Sonido Natural***

***"Puede ser sólo una inflamación de algo en los lugares de trabajo, pero revisaremos los análisis de sangre."***

**Steven Schnur, MD/Cardiología del Sur de Florida**

"Es la naturaleza humana. Sabes, si te sientes bien, entonces todo está bien. Si vas a un doctor, Dios no lo quiera que vaya a descubrir que algo está malo."

***Sonido Natural***

***"Son mujeres de 18 a 39 años."***

**Narrador**

Marti Spittell Ziegelbauer pasó 20 años en la emisión de radio y televisión, principalmente en Wisconsin y Minnesota. Había estado relativamente sana toda su vida, así que cuando su carrera llamó, respondió como muchas de las mujeres ocupadas de hoy.

**Paciente Marti Spittell Ziegelbauer**

"Mi vida fue sobre mi carrera. Y ésa fue una prioridad, y mi salud quedó en segundo lugar."

**Narrador**

Llegó un momento cuando esta hija de un doctor ya no podía ignorar su salud. A la edad de 38, Marti estaba a punto de despedirse de transmitir por la última vez y pasar a una carrera de consultora de televisión. Ese mismo día, apareció sangría severa y tuvo que ir al médico inmediatamente.

**Paciente Marti Spittell Ziegelbauer**

"Imagínate que tus piernas están en estribos, porque así están, y hay una sábana sobre tus piernas, y oyes un médico debajo diciendo, 'Tenemos que parar este examen porque el tumor en su cuello del útero es demasiado grande.'

Respiré hondo así, y le pregunté, '¿Acaba de decir 'tumor'?'"

**Narrador**

A continuación, aprenderemos más sobre el tratamiento de Marti y cómo un análisis rutinario podría haber detectado su enfermedad antes de que se convirtiera en una crisis médica grave. También veremos cómo otros análisis de revisión están ayudando a que más y más pacientes venzan el cáncer.

\*\*\*

**Gráfico de título en Pantalla: Cáncer**

***Sonido Natural***

***"Hace cinco años, me diagnosticaron con un tipo de cáncer del sistema reproductora, en las etapas tardes, al nivel 3."***

**Narrador**

Después de ser diagnosticada con el cáncer de útero avanzado, Marti tenía que ser operada en seguida.

**Paciente Marti Spittell Ziegelbauer**

“Fue en ese momento que me di cuenta de que todas estas cosas sobre mi trabajo que pensaba tan importantes en desarrollar esta carrera en realidad no significaron nada.”

**Narrador**

Afortunadamente, su terapia para la enfermedad tenía éxito.

Hoy Marti trabaja para recaudar dinero para, y conciencia de, la importancia de revisiones médicas para mujeres, como pruebas de Papanicolaou.

**Paciente Marti Spittell Ziegelbauer**

“Refiérase a mí como ejemplo si no ha ido a su doctor durante el último año.”

**Narrador**

La prueba de Papanicolaou se ha convertido en la técnica de revisión para el cáncer más usada y exitosa en el historial médico. Se le atribuyen reducir el índice de mortalidad por cáncer de útero por más del 70% desde la Primera Guerra Mundial.

Una prueba de Papanicolaou implica coleccionar una muestra de células del cuello del útero, que es parte del útero de una mujer, durante un examen pélvico. Entonces se revisan las células para señales de anomalías que podrían llevar al cáncer.

La Academia Americana de Médicos de Familia recomienda mucho que las mujeres tienen una prueba de Papanicolaou por lo menos cada tres años para revisar para el cáncer del útero.

**Rick Kellerman, MD/ Academia Americana de Médicos de Familia**

“Haciendo pruebas de Papanicolaou regularmente, tenemos la oportunidad de detectar el cáncer del útero en una etapa temprana y tratarlo adecuadamente.”

**Narrador**

Una vacuna para prevenir el cáncer del útero también ha sido desarrollada. La vacuna es aprobada por la FDA para hembras entre 9 y 26 años de edad.

***Sonido Natural***

***“Y quiere examinar sus senos la semana después de su regla ¿de acuerdo?”***

**Narrador**

Además de revisiones regulares para el cáncer del útero, las mujeres de 40 años y mayor se deberían revisar para el cáncer de seno con mamografía cada uno o dos años después de orientación con su médico de familia respecto a los riesgos y ventajas potenciales del procedimiento.

La segunda causa principal de muertes por cáncer en mujeres, el cáncer de seno mata a más de 40,000 mujeres cada año.

## EL CANAL DEL PACIENTE PRESENTA: ANÁLISIS QUE LE PUEDEN SALVAR LA VIDA

Pero gracias al uso generalizado de mamografía, que implica examinar el seno con rayos X de bajo nivel, y la llegada de nuevas terapias, las probabilidades de sobrevivir esta enfermedad están mejorando.

### **Rick Kellerman, MD/ Academia Americana de Médicos de Familia**

“Si podemos encontrar el cáncer de seno en una etapa muy temprana, podemos curar el cáncer de seno.”

### **Narrador**

También hay análisis de revisión para el cáncer que han sido desarrollados específicamente para hombres.

La próstata es una glándula del tamaño de una nuez debajo de la vejiga que secreta proteínas encontradas en semen. Por razones desconocidas, la próstata es propensa al cáncer.

### **Gerald Chodak, MD/Centro de Salud de Próstata y Urología del Medio Oeste**

“El cáncer de próstata es muy común. Hay aproximadamente 12 millones de hombres con cáncer de próstata. Cualquier hombre está a riesgo de desarrollar el cáncer de próstata.”

### **Narrador**

Un análisis de sangre llamado una prueba PSA se usa para revisar para el cáncer de próstata.

### **Gerald Chodak, MD/Centro de Salud de Próstata y Urología del Medio Oeste**

“La prueba PSA es una medida de una proteína llamada antígeno prostático específico, y esa prueba puede ayudar a alertarnos que un hombre puede tener el cáncer de próstata.”

### **Narrador**

Además de la prueba PSA, los médicos típicamente hacen un examen rectal digital, donde el tamaño y localización la glándula próstata o anomalías se pueden sentir.

### **Gerald Chodak, MD/Centro de Salud de Próstata y Urología del Medio Oeste**

“El examen rectal digital encuentra algunos cánceres que no van a detectar el análisis de sangre, la prueba PSA.”

### **Narrador**

Varios tratamientos efectivos para el cáncer de próstata están disponibles. Estos incluyen cirugía y varios tipos de radioterapia.

### **Gerald Chodak, MD/Centro de Salud de Próstata y Urología del Medio Oeste**

“Afortunadamente, podemos tratarlo bien, particularmente cuando lo encontramos temprano.”

**Narrador**

La Academia Americana de Médicos de Familia sugiere que los hombres hablen con sus médicos particulares sobre si una prueba PSA es apropiada para ellos o no.

**Sonido Natural**

***"Tenemos un flujo máximo de 12 cc cada segundo."***

**Narrador**

El cáncer de testículo es principalmente una enfermedad de hombres menores, y es el cáncer más común diagnosticado en hombres entre las edades de 15 y 35. Pero es también entre los tipos de cáncer más curables, especialmente si es encontrado en una etapa temprana. Según la Sociedad Americana del Cáncer, un examen del testículo es una parte importante de una revisión médica general. Los hombres también pueden querer preguntar a sus doctores que les enseñen hacer un autoexamen de testículo.

Para hombres y mujeres, análisis de revisión periódicos para el cáncer de piel están disponibles.

**Elizabeth Connelly, MD/Escuela de Medicina de la Universidad de Miami**

"Revisiones son muy importantes en cáncer de piel porque por lo general, el cáncer de piel es evitable, y con revisiones, puedes detectar otros cánceres tempranos y potencialmente salvar la vida."

**Narrador con gráficos de 2 dimensiones**

Hay tres tipos principales de cáncer de piel...carcinoma de células basales, carcinoma escamocelular, y melanoma, el tipo de cáncer de piel más raro, pero más peligroso.

**Narrador**

Se ha mostrado que la exposición al sol causa el cáncer de piel. Así que además de revisarse regularmente, la Dra. Connelly les incita a sus pacientes que eviten actividades al aire libre durante los períodos de máxima luz del sol. También insiste en la importancia de usar productos con filtro solar y llevar ropa protectora, como camisas de manga larga.

**Elizabeth Connelly, MD/Escuela de Medicina de la Universidad de Miami**

"Piense en protección del sol como hábito de la misma manera en que pensamos en cepillar los dientes. Nadie piensa en cepillarse los dientes antes de hacerlo. Saben que tienen que hacerlo."

**Sonido Natural**

***"Todo parece bien. Le veremos el año que viene para otra revisión de la piel.***

***Gracias, doctora.***

***Adiós."***

## EL CANAL DEL PACIENTE PRESENTA: ANÁLISIS QUE LE PUEDEN SALVAR LA VIDA

### **Narrador**

Cáncer de colon no discrimina entre géneros. Se cobra las vidas de 56,000 hombres y mujeres en los Estados Unidos cada año.

Expertos médicos dicen que hasta un tercero de estas muertes podrían ser impedidas si todos los hombres y mujeres de la edad de 50 y mayor se revisaran para el cáncer de colon – también conocido como cáncer colorrectal -- cada 1 a 10 años, dependiendo del análisis que usa su médico.

### **Narrador**

En un procedimiento llamado una colonoscopia, que es el análisis de revisión más común para el cáncer de colon, se usa un instrumento delgado y flexible para examinar el colon y el recto. El paciente está sedado ligeramente, pero permanece despierto.

### **Narrador**

A Bill Campbell, el director creativo en una agencia de publicidad en Carolina del Norte, no le revisaron para el cáncer colorrectal cuando cumplió 50 años. Pero después de soportar meses de dolor de estómago y diarrea, por fin fue al médico.

Una masa cancerosa se encontró en el recto de Bill. Su régimen de tratamiento, que incluyó cirugías repetidas además de quimioterapia y radioterapia, fue agotador pero finalmente exitoso.

### **Paciente Bill Campbell**

"Mi consejo más sincero a cualquiera que ha cumplido los 50 es sométase a una colonoscopia.

Si no lo hace y termina con cáncer, va a doler. Saldrá de él resignado, quizá, queriendo al mundo que le quiso. Todo el mundo le cuida a usted, se preocupa por usted. Pero va a doler, así que recomiendo que lo haga. No será la experiencia más memorable, pero le salvará la vida inmediatamente."

### **Paciente Everette Johnson**

"No diga, 'Lo haré mañana,' porque el tiempo es esencial cuando trata de una situación como ésta."

### **Narrador**

Personas con un historial familiar de cáncer deberían hablar con su médico sobre ser revisados más temprano que la población general. El mismo consejo es cierto para individuales con un historial de otros problemas de la salud.

### **Rick Kellerman, MD/ Academia Americana de Médicos de Familia**

"La cosa más importante es que habla con su médico y determina cuáles análisis de revisión son importantes y adecuados para usted."

**Narrador**

A continuación, centraremos en análisis de revisión que están ayudando a reducir el número de enfermedades como la cardiopatía y la diabetes.

\*\*\*

**Gráfico de título en Pantalla: la Cardiopatía y Derrame**

**Narrador**

En el mundo de hoy de alta tecnología y lleno de artilugios, un análisis simple de la tensión arterial todavía es una de las mejores revisiones disponibles.

**Rick Kellerman, MD/ Academia Americana de Médicos de Familia**

“Cuando va al médico, siempre le revisan la tensión arterial, porque si podemos diagnosticar la hipertensión, o tensión arterial alta, podemos tratarla adecuadamente y reducir el riesgo de un derrame cerebral y la cardiopatía.”

**Steven Schnur, MD/Cardiología del Sur de Florida**

“Todo el mundo debería revisarse la tensión arterial empezando en los años 20.”

**Narrador**

El Dr. Schnur también dice que esta tarea importante, que se debería hacer por lo menos una vez cada dos años, se necesita hacer por un profesional médico.

**Steven Schnur, MD/Cardiología del Sur de Florida**

“Se puede revisar la tensión arterial en farmacias, por comprar una máquina ambulatoria de tensión arterial. El problema es que la mayoría de esas máquinas no son precisas y la mayoría de los individuales no saben hacer el análisis bien. Entonces diría, sí, es importante que un profesional médico haga el análisis. Aunque sea un enfermero, aunque sea el ayudante de un médico, un enfermero médico, o médico, necesita hacerlo alguien que sabe hacerlo y con el equipo adecuado.”

**Narrador**

No revisada, la hipertensión puede ser mortal después de mucho tiempo.

**Steven Schnur, MD/Cardiología del Sur de Florida**

“Es un asesino silencioso porque aumenta su riesgo de infartos, aumenta su riesgo de un derrame cerebral, pero no sabes que la tienes.”

**Narrador**

La mayoría de la gente puede recordar teniendo su tensión arterial revisada, pero ¿sabe lo que significan los números?

**Steven Schnur, MD/Cardiología del Sur de Florida sobre video de tomarse la tensión**

“Cuando revisas la tensión arterial de alguien, tienes un número de arriba y un número de abajo. Y el número de arriba se llama la tensión sistólica, y el número de abajo es la tensión diastólica.

Cuando escuchas con un estetoscopio donde se revisa tu tensión arterial, mientras el puño se desinfla, el momento en que empiezas a oír sonidos por el estetoscopio es considerado la tensión arterial sistólica. El momento en que tu tensión ya no es audible, se llama tu tensión arterial diastólica.

Así que la proporción de la sistólica sobre la diastólica es lo que llamamos la medición de tu tensión arterial. La tensión normal es 120 sobre 80.”

**Narrador**

Si un paciente tiene una tensión elevada, puede ser motivo de preocupación.

**Steven Schnur, MD/Cardiología del Sur de Florida**

“Lo más alta la tensión, lo menos sumisas son sus arterias y está a más alto riesgo de la cardiopatía y derrame cerebral.”

***Sonido Natural***

***“Hola, ¿cómo está? Bien. Es bueno verle. Usted también.”***

**Narrador**

Además de revisar su tensión, hombres y mujeres deberían revisar regularmente el colesterol, porque, como la hipertensión, niveles elevados de colesterol pueden causar daño serio silenciosamente.

**Steven Schnur, MD/Cardiología del Sur de Florida**

“El colesterol alto no sólo lleva a la cardiopatía, a la enfermedad cerebral vascular, sino lleva a enfermedades por todo el cuerpo porque es una condición general. Así que le tiene que hacer mucho caso y lo tiene que controlar. Es un análisis de sangre rutinario. Normalmente revisamos el colesterol bueno, el colesterol total, el colesterol malo, y miramos las proporciones.”

**Narrador**

El colesterol total se categoriza en el colesterol HDL bueno y el colesterol LDL malo. Los niveles de LDL y HDL están medidos para evaluar el riesgo de tener un infarto. El colesterol LDL menos de 100 es considerado óptimo, y menos de 130 es casi óptimo para la mayoría de la gente. HDL es el colesterol bueno porque un nivel alto -- más alto de 40 en hombres y 50 en mujeres -- parece proteger contra infartos. En general, el colesterol total debería ser menos de 200.

***Sonido Natural***

***“¿Nada le está molestando? Recientemente, no.”***

## EL CANAL DEL PACIENTE PRESENTA: ANÁLISIS QUE LE PUEDEN SALVAR LA VIDA

### **Narrador**

La falta de síntomas asociados con el colesterol alto es una de las razones por las cuales muchas personas ignoran este aspecto de su salud.

### **Steven Schnur, MD/Cardiología del Sur de Florida**

“Puedes tener el colesterol muy elevado y no saberlo. Si cada vez que subiera a 201, tuvieras un dolor en el brazo hasta el punto que no pudieras mover ese brazo, te garantizo que harías caso al colesterol alto.”

### **Narrador**

Para pacientes con hipertensión o colesterol alto, el tratamiento inicial a menudo gira en torno a cambios de estilo de vida, como mejor gestión de la dieta, pérdida de peso, y ejercicio aumentado. Si es necesario, también hay varias medicaciones que se pueden recetar para ayudar a controlar la tensión y el colesterol.

A pesar de todo, la clave es detección temprana.

### **Steven Schnur, MD/Cardiología del Sur de Florida**

“Lo más temprano lo detectas, más vidas salvarás.”

### **Narrador**

El mismo principio de detección temprana es aplicable con la diabetes, una enfermedad metabólica incurable y progresiva que afecta al 10% de la población de los EE.UU.

Personas con la diabetes tienen metabolismos alterados que producen niveles continuamente elevados de una glucemia conocido como glucosa. Un análisis de revisión de la sangre puede detectar este trastorno antes de que aparezcan los síntomas. Este análisis se recomienda cada tres años para hombres y mujeres empezando a la edad de 45.

### **Rick Kellerman, MD/ Academia Americana de Médicos de Familia**

“La razón por la cual revisamos la glucosa o la glucemia es para determinar si un paciente tiene la diabetes, y sabes que la diabetes tiene muchas complicaciones.”

### **Narrador**

No todas las revisiones rutinarias involucran los análisis de sangre.

Los médicos pueden también revisar varios problemas con la salud durante un reconocimiento médico rutinario. Palpar el cuello de un paciente, pueden buscar indicaciones de la enfermedad del tiroides y trastornos con la glándula linfática, incluyendo el cáncer. Usar un estetoscopio para escuchar las arterias carotinas también puede detectar un riesgo potencial para un derrame.

Adicionalmente, examinar los pies de un paciente y revisar el pulso en las extremidades puede revisar para la arteriopatía periférica.

## EL CANAL DEL PACIENTE PRESENTA: ANÁLISIS QUE LE PUEDEN SALVAR LA VIDA

El Dr. Kellerman, cuya oficina está en Wichita, Kansas, también pesa y mide sus pacientes para calcular el índice de la masa del cuerpo.

### **Rick Kellerman, MD/ Academia Americana de Médicos de Familia**

“Usamos ese cálculo para ayudar a aconsejar a los pacientes sobre las comidas adecuadas de comer, el nivel adecuado de actividad física, y en algunos casos el hecho de que necesitan perder algo de peso.”

### **Narrador**

Otras revisiones recomendadas de la salud incluyen visitas regulares al dentista dos veces al año, además de análisis del oído y exámenes de la visión periódicamente que incluyen una revisión para el glaucoma.

Además, las mujeres de la edad de 65 y mayor deberían revisarse para la osteoporosis.

A continuación, aprenderemos por qué la pauta para revisiones médicas tienden a cambiar y evolucionar al pasar el tiempo.

\*\*\*

### **Narrador**

La Academia Americana de Médicos de Familia tiene 94,000 miembros -- médicos y estudiantes de medicina de todas partes de los EE.UU. Como parte de su misión de mejorar la atención médica para todos estadounidenses, la academia da la pauta para las revisiones médicas.

### **Rick Kellerman, MD/ Academia Americana de Médicos de Familia**

“Tenemos varios comités con expertos médicos que toman los resultados de las investigaciones más recientes y los usan para evaluar y actualizar la pauta de las revisiones médicas.”

### **Narrador con gráficos de 2 dimensiones**

Para resumir alguna de la información en el programa de hoy, aquí hay unas pautas para las revisiones médicas:

#### **Cáncer de seno --**

las mujeres de la edad de 40 y mayor se deberían revisar para el cáncer de seno con mamografía cada uno a dos años después de orientación con su médico de familia respecto a los riesgos y ventajas potenciales del procedimiento.

#### **Cáncer de útero --**

una prueba de Papanicolaou se debería hacer por lo menos cada tres años para revisar para el cáncer de útero en mujeres que han tenidos relaciones sexuales y

## EL CANAL DEL PACIENTE PRESENTA: ANÁLISIS QUE LE PUEDEN SALVAR LA VIDA

tienen una cerviz. En mujeres mayores de 30 años, una prueba ADN de HPV se puede usar con una prueba de Papanicolaou para revisar para el cáncer de útero.

### **Cáncer de colon --**

hombres y mujeres de la edad de 50 y mayor se deberían revisar para el cáncer de colon cada 1 a 10 años, dependiendo del análisis que usa su médico.

### **La diabetes --**

hombres y mujeres de la edad de 45 y mayor deberían tener una prueba de glucosa en la sangre cada tres años.

### **Hipertensión --**

empezando a la edad de 20, adultos se deberían revisar para la hipertensión por lo menos cada dos años.

### **La osteoporosis --**

mujeres de la edad de 65 y mayor se deberían revisar para la osteoporosis..

### **Cáncer de próstata --**

empezando a la edad de 50, los hombres deberían hablar con sus médicos sobre si la prueba PSA es adecuada para ellos.

### **Historial familiar --**

estas pautas son para la gente que no tiene historial familiar o riesgos hereditarios para la condición. Si tiene un historial familiar, puede necesitar una revisión más temprana. Pregúnteselo a su médico.

Aunque los análisis de revisión son útiles, el Dr. Kellerman y otros expertos enfatizan que esta relación entre el médico y el paciente es igual de importante.

### **Rick Kellerman, MD, Academia Americana de Médicos de Familia**

“Todos nosotros deberíamos tomar nuestra salud en serio. Deberíamos tener un hogar personal médico, un médico de familia en que confiamos, un médico de familia que trabaja con nosotros para proveer asistencia médica óptima para que podamos vivir una vida más larga y más sana.”

Este programa fue revisado por:

Bruce B. Dan, MD  
Montador Directivo  
El Canal del Paciente

Para más información, póngase en contacto con:

La Academia Americana de Médicos de Familia  
[www.familydoctor.org](http://www.familydoctor.org)

## EL CANAL DEL PACIENTE PRESENTA: ANÁLISIS QUE LE PUEDEN SALVAR LA VIDA

La American Diabetes Association

[www.diabetes.org](http://www.diabetes.org)

La American Heart Association

[www.americanheart.org](http://www.americanheart.org)

La Sociedad Americana del Cáncer

[www.cancer.org](http://www.cancer.org)

Departamento de Salud y Servicios Humanos del EE.UU.

[www.healthierus.gov](http://www.healthierus.gov)

Para más información sobre esto o algún otro tópico relacionado con la salud, por favor visite nuestro sitio web en [www.thepatientchannel.com](http://www.thepatientchannel.com).