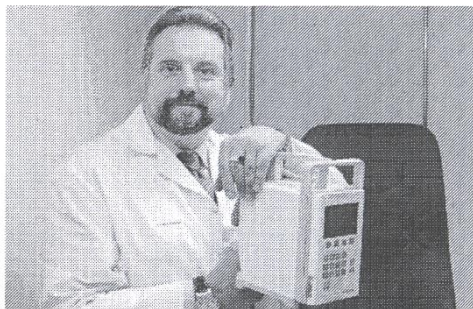


LA VANGUARDIA

“El cáncer se cura”

Tengo 57 años, nací en Barcelona y vivo en Alella. Soy oncólogo médico, soy jefe del servicio de oncología médica del Institut Català d'Oncologia, y director del departamento de oncología del hospital General de Catalunya. Estoy casado y tengo cuatro hijos, de 34 a 24 años. Soy un nacionalista catalán moderado. ¿Dios? Hay una esencia



ONCÓLOGO MÉDICO DR. JOSÉ RAMÓN GERMÀ

El cáncer se cura, dice?
-El cáncer se cura: así de claro.
-¿Ya es hora de decirlo?
-Todos tenemos cerca personas que han muerto de cáncer...
-Y seguro que también otras que viven porque se les ha diagnosticado cáncer.
-Es verdad...
-En Catalunya viven ahora 350.000 personas a las que en algún momento de su vida se les ha diagnosticado un cáncer. Repito: 350.000 personas!
-Y aquí están, entre nosotros...
-Así que hay que empezar a ver que la bota está medio llena, más que medio vacía: el 64% de los cánceres se cura!
-¿Qué se entiende por curación?
-Que a los cinco años del primer diagnóstico, el paciente está vivo y sin tumor alguno. Y, como le digo, esto sucede ahora en 64 de cada 100 personas diagnosticadas.
-¿Y hay muchos diagnósticos por año?
-Cada año se registra un incremento del 2-3% en el índice de diagnósticos de cáncer.
-¿Qué espanto...
-No se asuste, pues eso responde en parte a que somos cada vez más longevos: ¡a más edad, más probabilidad de ser diagnosticado de un cáncer!
-No sé si tranquilizarme...
-Si piensa que hace sólo 25 años el porcentaje de curaciones no superaba el 40%, tendrá que tranquilizarse, ¿no?
-Pero hay muchos tipos de tumores: ¿todos sanan en un 64%?
-No. El promedio del 64% sería muy superior si no existiera el maldito cáncer de pulmón, uno de los más frecuentes y con el porcentaje de curaciones más bajo: sólo un 15% (similar al de cáncer de páncreas y esófago).
-¿Y por qué es tan bajo?
-Son casos de diagnóstico precoz difícil, y cuando se diagnostica ya es complicado tratarlo... ¡Por eso es tan importante prevenir!

-Dígame cómo prevenir el cáncer.
-Me bastará con una frase: si hoy la humanidad entera dejase de fumar, desaparecería el 30% de todos los cánceres.
-¿Tantos?
-Sí. Pero después de explicar esto en clase, ¡poco luego a alumnos míos fumando...! O sea, que va a ser difícil acabar con esta lacra: ¡presta tantísimo dinero a los estados...!
-¿Qué debería enseñarles a mis hijos para blindarlos contra el cáncer?
-Primero, que no le vean fumar a usted ni a su mujer. Segundo, acostúmbreles a comer tres piezas de fruta al día.
-¿Prometido!
-Tercero, que coman alguna verdura fresca o legumbre cada día. Cuarto, más pescados que carnes. Y quinto, ejercicio diario.
-¿Sirve todo eso igual para mí?
-Igual. Usted camine al menos una hora al día, ¡a peso vivo vivace! Y frecuente el aceite de oliva. Y su vasito de buen vino tinto.
-¿Gracias! ¿Y de qué debo privarme?
-Minimice las grasas cármicas, las vísceras y los alcoholes destilados.
-¿Qué cáncer es el que mejor se cura?
-El tumor germinal de testículos y ovarios, del que en 1978 moría el 90% de los pacientes. Yo veía morir a cuatro niños al mes de este cáncer... Me fui a Londres, donde arrancaba un nuevo tratamiento con cisplatino. Volví y lo implanté aquí: hoy sana el 94,6% de los diagnosticados.
-¿Cómo andan hoy los cánceres de mama?
-Gracias a la radio y quimioterapia, hoy reducimos tanto el tumor antes de extirparlo, que el 80% de las mujeres diagnosticadas salva la mama. Asimismo, en el cáncer de recto evitamos la extirpación en el 35% de los casos. Y salvamos también muchas laringes.
-Y si vamos a Houston, ¿será aún mejor?
-No encontrará por ahí ningún tratamiento que no podamos darle en España, uno de los países más avanzados del mundo en esto.

ESPERANZA

El doctor Germà desborda vitalidad y entusiasmo: por temperamento -y también será porque 30 años como oncólogo le hacen testigo de los progresos en este duro terreno-, el doctor Germà empieza a estar harto de la sombría niebla de espanto, miedo y pesimismo que envuelve todo lo relativo al cáncer. Para disiparla ha escrito 'El cáncer se cura' (Planeta), libro que subtítulo: '50 historias reales de esperanza', porque la alimenta: relata casos de pacientes suyos que han mirado al cáncer a los ojos y el cáncer se ha ido. "Lo que el paciente quiere es que no le dejes sola", y este libro es el de un médico que se implica, que puede inocular alivio y ánimo a muchas familias ("el cáncer no lo padece sólo el enfermo, sino toda su familia") y que inyecta vitaminas para echarle pulsos al cáncer.

-¿Inventaremos un día la vacuna contra el cáncer?
-Hay un tumor, el de cuello uterino (el quinto más mortal), que erradicaremos con la vacuna del virus del papiloma humano, inyectándola en niñas de 9 a 12 años.
-¿En qué sector hemos avanzado más?
-En la tecnología para afinar diagnósticos. Y en los fármacos en torno a la quimioterapia, que la hacen más tolerable y eficaz... Y, sobre todo, en los equipos interdisciplinarios.
-¿Qué es eso?
-Equipos de cirujano, oncólogo médico y radioterapeuta, que deciden conjuntamente qué estrategia es mejor en cada caso.
-Echo en falta ahí a un psicooncólogo.
-Tiene razón. Y a medida que vayan contrastando su competencia, se nos sumarán.
-Estoy seguro de que el factor psicológico es muy relevante en la curación, ¿sí o no?
-Sí. Tengo observado que el paciente que se involucra en curarse ¡se cura en mayor proporción! Y también he constatado casos de remisión espontánea...
-¿Tumores que desaparecen solos?
-Sí: sucede en uno de cada 130.000 casos. Curiosamente, es el mismo porcentaje de curaciones que se registra en Lourdes...
-Ajá. Y la explicación a eso, ¿cuál es?
-No sé. Una hipótesis es que el sistema inmunitario reacciona y el tumor revierte.
-¿Deberían investigar más ahí, doctor?
-Ya. Si le diré algo: si fuese posible meter en una jeringa una sustancia inyectable para darnos vida, yo sé qué sustancia metería.
-¿Qué?
-¡Ilusión! Perder el gusto por vivir mata.
-¿Cultivemos nuestras ilusiones, pues!
-Nos mantienen ligados a la vida... He visto a tantos pacientes terminales resistir fieramente hasta el nacimiento de un nieto, el retorno de un hijo, una boda... ¡y, después de eso, morir en seguida... Querer es poder.

VICTOR-M. AMELA

11 El diagnóstico precoz en cáncer de pulmón salvaría a nueve de cada diez pacientes

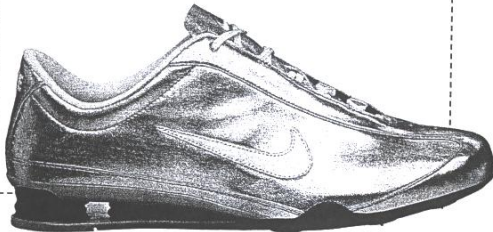
Cada año se diagnostican 20.000 nuevos casos de cáncer de pulmón. Es el más frecuente entre los varones y constituye la primera causa de muerte en la población masculina. Más del 80% de los casos podrían curarse si se

detectara en sus fases iniciales. Sin embargo, suele detectarse en fases avanzadas. Expertos del CIMA aseguran que si se realiza un TAC (Tomografía Axial Computerizada) al año en pacientes de riesgo se salvarían nueve de cada diez.

12 El ejercicio físico reduce el riesgo de cáncer en un 30%

Un tercio de los cánceres (sobre todo de mama, colon y esófago) podrían prevenirse con la práctica de ejercicio físico combinado con una alimentación sana. Y es que, según

un estudio presentado por la Asociación Española del Cáncer, entre el 30 y 40% de la formación de los tumores guarda relación con el sedentarismo y el exceso de peso.



14 El abordaje multidisciplinar mejora la calidad de vida

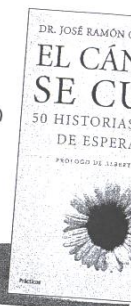
El abordaje del tratamiento del paciente con cáncer desde varias especialidades (lo que se ha llamado "abordaje multidisciplinar") ha mejorado la calidad de vida del paciente. Médicos de familia, dermatólogos, ginecólogos, psicólogos, oncólogos,

radioterapeutas y centros de estética integral para pacientes oncológicos, como el de Ángela Navarro (Madrid. Tel.: 914 313 990), aúnan sus esfuerzos para identificar cualquier efecto secundario o problema que pudiera surgir durante y después del tratamiento.

Páginas llenas de esperanza

El oncólogo José Ramón

Germà recoge 50 casos de personas que han superado el cáncer, ayudando así a quienes lo padecen (Editorial Planeta, 21,50 €).



13 Los 'tratamientos a la carta' son más efectivos y menos nocivos

Dos personas que presentan un tumor de las mismas características pueden responder a los tratamientos de manera diferente y, por tanto, tener distinto pronóstico. Por esto es importante la existencia de "dianas molecu-

lares" o tratamientos a la carta: un gran conjunto de fármacos que, combinados con quimioterapia en dosis adecuadas para cada paciente, potencian su efectividad y tratan mejor el cáncer en cada caso concreto.

15 La medicina paliativa trata los síntomas, no sólo a los pacientes terminales

Un avance muy significativo en el campo oncológico es el cambio de significado de la medicina paliativa y del control de síntomas. Hoy, "el contexto de esta unidad no se refiere al paciente terminal sino al que es curable pero que presenta efectos secundarios por el tratamiento o la enfermedad. El control de esos síntomas es tan importante como el tratamiento, ya que queremos curar pero también ayudar a que la calidad de vida del paciente sea lo mejor posible", indica Jesús García, jefe de Oncología de la Clínica Universitaria de Navarra.