



VIRUS DE PAPILOMA HUMANO

En la actualidad el virus del papiloma humano es un problema de salud ya que se presenta en cerca del 80% de la población sexualmente activa, por lo que si solo nos quedamos con las estadísticas estaríamos hablando que al tener más de 2 parejas sexuales la probabilidad de contraerlo sería muy alta arriba del 95%.

El que se contraiga el virus no quiere decir que aparezca en el papanicolau, ya que en la mayoría de los casos estaría en su etapa latente, y en esta etapa la cantidad de virus presentes es mínima y no hay lesión, por lo que no aparecería ni en el papanicolau ni en la colposcopia se requerirían de 2 estudios mas sensibles para detectar al virus, estos son:

. La citología líquida con p16: Este estudio se toma de la misma manera que el papanicolau, pero con una brocha y frasco especiales, sirve para detectar la presencia del virus y ver si el virus es de alto o bajo riesgo, el de alto riesgo es el que tiene la probabilidad de progresar a cáncer, si no hay tratamiento. Este estudio sería el que inicialmente se tomaría solo para descartar la presencia o ausencia del virus y si existe ver su peligrosidad así como para valorar la aplicación de la vacuna preventiva o Gardasil.

. La PCR, por sus siglas de reacción en cadena de polimerasa: Es un estudio que se toma de manera similar al papanicolau pero igual con un frasco especial donde se coloca la muestra. Este estudio es para ver la presencia del virus y específicamente nos dice que tipo de cepa tiene, es decir existen mas de 120 tipos de virus y cada uno de ellos se identifica de manera numérica.

LAS CEPAS QUE SE RELACIONAN CON EL 70% DE LOS CANCERES A NIVEL CERVICO UTERINO SON LAS CEPAS: 16 Y 18. Y LAS QUE MÁS PRODUCEN VERRUGAS VULVARES SON LA 6 Y LA 11.

Este estudio estaría mas indicado para ver que tipo de cepa tiene la paciente cuando ya ha sido

diagnosticada por colposcopia o papanicolau con la presencia del virus del papiloma. O para valorar la aplicación de vacunas y que tipo de vacunas.

Estos dos estudios los puede realizar con nosotros sin ningún problema, el estudio del P 16 es un estudio muy nuevo y difícilmente lo va ha encontrar en algún otro lugar.

Actualmente en el mercado a nivel mundial solo existe una vacuna para el virus del papiloma humano, su nombre es gardasil y es una vacuna de tipo preventivo para las cepas 6, 11, 16 y 18, que las mencionamos con anterioridad, esta vacuna solo sería útil si las pacientes no tienen estas cepas, si ya las tienen la utilidad de la vacuna sería nula, por lo que antes de colocar esta vacuna en una paciente que ya inicio su vida sexual sería recomendable realizar cuando menos el estudio del P 16 para ver si es candidata a la aplicación de la misma, si la paciente no ha tenido relaciones sexuales entonces sería la candidata ideal, y se le puede aplicar desde los 9 años de edad.

Esta por salir a nivel comercial una vacuna de tipo terapéutico cuyo nombre es cervarix, esta vacuna tiene la propiedad de proteger a la mujer contra el cáncer cérvico uterino pero en este caso no importa si ya contrajo el virus como tal. La vacuna esta diseñada para evitar la progresión hacia el cáncer de las cepas 16 y 18 entre otras 3, que ya sumando su protección combinada, nos brindan una protección general de hasta el 80% de no progresar hacia el cáncer, ahora si usted tiene las cepas antes mencionadas la protección sería del 100%, de ahí la necesidad de que usted conozca el numero de virus que tiene, que esto solo se puede lograr mediante el estudio de PCR antes mencionado.



TIPS DE SALUD

Tip 1. Es de suma importancia que conozcas si tienes el virus del papiloma humano o no, el papanicolau y colposcopia como tal solo lo detecta en el 70% de los casos a menos que tengas una lesión activa.

Tip 2. Es importante si ya tuviste mas de dos parejas sexuales el realizarte el p 16 o el PCR para descartar una infección aunque este en etapa latente.

Tip 3. Ya que tengas conocimiento de si tienes o no el virus, podrás elegir cual es la vacuna que más que te conviene.



MITOS Y REALIDADES

Mito. "La vacuna del virus del papiloma humano solo esta indicado en mujeres que son promiscuas"

Realidad. Ambas vacunas están indicadas para todas las mujeres con las condiciones antes vistas, si lográramos vacunar a toda la población la incidencia de cáncer cervicouterino bajaría hasta en un 80% de la población.

Mito. "Solo las mujeres que inician con actividad sexual tienen la indicación de la vacuna"

Realidad. Las mujeres que no han tenido actividad sexual pueden ser beneficiadas por completo de la vacuna preventiva o gardasil.

¿Cuántas aplicaciones son de la vacuna?

Ambas vacunas requieren de 3 aplicaciones intramusculares a nivel del glúteo o del brazo. Con el siguiente esquema, se aplica hoy a los 2 meses y a los 6 meses.

¿Por cuánto tiempo te protege la vacuna?

Las vacunas continúan evaluándose pero se habla de una protección sostenida de hasta por 5 años.

¿Se requerirá algún tipo de refuerzo para las vacunas?

Los estudios hasta el momento no han documentado la necesidad de algún refuerzo.

¿Tiene algún efecto secundario la vacuna?

En todos los estudios los efectos secundarios son mínimos y son iguales o menores comparándolos con la aplicación de otras vacunas, como son dolor en el sitio de aplicación, puede haber ligera inflamación etc.

¿Para quien estaría indicada la vacuna?

Pues de manera general como lo mencionamos anteriormente el gardasil estaría indicado para todas las mujeres que no tienen el virus del papiloma humano, y la segunda vacuna, el cervarix, estaría indicado para todas las mujeres que ya han tenido mas de dos parejas sexuales o tienen la presencia de virus de papiloma humano.



BEBE S@NO

INFORMACIÓN PARA LOS PADRES SOBRE LA FIEBRE

La fiebre es un signo clínico muy común en pediatría y alarma mucho a los padres. Al síndrome febril debemos de considerarlo como un enemigo más que a un amigo. Pero es muy importante primero definir que es fiebre y cuál es la temperatura normal en el cuerpo.

La temperatura normal del cuerpo puede variar de 36° C a 37.4° C, se denomina de 37.5° C a 37.9° C febrícula, y por arriba de 38° C ya hablamos nosotros de fiebre. En el transcurso de un día puede haber oscilaciones en las mediciones ya que conforme pasa el tiempo la temperatura va aumentando, por las mañanas tenemos nuestra temperatura más baja.

En el cuerpo tenemos un termostato el cuál es el hipotálamo y este se encarga de regular la temperatura en el cuerpo dentro de los límites normales.

La intensidad de la fiebre no siempre guarda paralelismo con la gravedad del proceso patológico que la ocasiona, de manera que grandes elevaciones transitorias se pueden observar en procesos benignos.

Además siempre que consideremos que nuestro hijo tiene fiebre debemos de medirle la temperatura, no solo asumirlo tocándolo, en los recién nacidos que no regulan adecuadamente la temperatura si los abrigamos mucho, es común que lo percibamos caliente pero no que tenga temperatura, y es un error muy común en los padres.

Cuando nuestros hijos tienen una infección, el sistema inmune se activa en respuesta a los agentes infecciosos, liberando ambas sustancias que modifican el punto de ajuste de el centro termorregulador (hipotálamo) por arriba de 37° C, el cuál al percibir esto, hecha andar mecanismos para crear calor

como el aumento de la frecuencia cardiaca, la actividad muscular (escalofríos) y disminuye la circulación periférica (palidez y extremidades frías), ya que para él el cuerpo está frío y tiene que alcanzar esta nueva temperatura ajustada.

Lo anterior nos explica por que antes de iniciar la fiebre observamos que nuestro hijos se ponen pálidos y sus manos y pies se sienten fríos, su corazón late rápidamente y su respiración igual, y presentan los llamados escalofríos y la piel se pone de gallina. Es importante que conozcan todo esto los padres, por que al ver todo el conjunto de síntomas suelen alarmarse mucho y consideran que su hijo tiene algo más grave.

Los antipiréticos usados normalmente en pediatría como el paracetamol o acetaminofen, así como el ibuprofeno, realizan su acción al inhibir las sustancias que ajustan el termostato por arriba de 37° C, y de esta manera logran mantener una temperatura dentro de rangos normales.

¿Qué debo de hacer cuando siento a mi hijo caliente?

Lo primero que debe de hacer es tomarle la temperatura y corroborar que sea fiebre, si tiene fiebre debe de quitarle la ropa y mantenerlo con ropa ligera, y por último meterlo a bañar para que empiece a bajarle la fiebre, con el agua a temperatura del medio ambiente a menos.

Pediatra Marcia Aguilar Ramos
Progreso 231 Esq. Agrarismo
Col. Escandon. Citas 52-733715
Urgencias 044-5520661657



MENTE S@N@

LA ADOLESCENCIA

La adolescencia es el periodo de la vida de todo individuo en que física, emocional y psicológicamente, además de socialmente, tiene que lograr un acomodamiento o adaptación a la maduración biológica que lo llevará a la edad adulta. Idealmente, el buen resultado, es un individuo, con identidad propia quien logró su autonomía con respecto de sus padres o personas encargadas de su cuidado. Lo que quiere decir que ya será independiente en varios aspectos: emocional, intelectual, económico, etc.

Todos los que hoy somos adultos conocemos lo difícil que fue ese largo periodo llamado adolescencia, termino que según yo, se deriva de adolecer, carecer. Poco a poco, pudimos lograr una cierta estabilidad psicológica pero

Hoy, podemos reconocer lo difícil que fue: los cambios de humor, la incertidumbre, los temores, la timidez, la inseguridad, la sensación de incomprensión, por parte de los familiares, los embates hormonales que nos dejaban incómodos y confundidos, etc.

Pues bien, todo esto finalmente tiene un propósito o varios que a continuación menciono:

- Desprendimiento de los lazos de dependencia de la familia
- Adquirir una clara idea de lo que es él como

individuo.

- Tener un sistema de valores éticos propios.
- Poder establecer metas realistas en la vida. Profesionalmente elegir la actividad adecuada.
- Desarrollo de la autoestima adecuada.
- Con base en todo esto, buscar socialmente personas con quien relacionarse saludablemente y eventualmente lograr hacer pareja, si esos son sus deseos.
- Ejercer una sexualidad responsable y madura.

Un proceso de desarrollo que se lleve a cabo "sobre ruedas" sin grandes tropiezos sería maravilloso porque los logros son muchos, pero desafortunadamente en estos tiempos las cosas no son sencillas. Los jóvenes adolescentes se tienen que enfrentar a condiciones difíciles de vida.

Para reflexionar menciono algunos ejemplos:

- El divorcio de los padres y un hogar desintegrado.
- El narcotráfico con el riesgo de hacerse fármaco dependiente.
- La información excesiva sobre temas sexuales que no saben como asimilar.
- La soledad durante muchas horas del día ya que ambos padres trabajan.
- Incertidumbre profesional.
- Uso excesivo de los medios de comunicación lo cual los confunde por lo abundante y contradictorio de la

información.

- El distanciamiento de los valores morales cada vez más laxos.
- Aparición de enfermedades como la depresión en adolescentes.

Estos aspectos los anoto para reflexionar en lo difícil que tienen los jóvenes este proceso de vida.

Podemos ayudarlos dedicando tiempo de calidad para convivir con ellos.

Podemos sorprendernos gratamente al interesarnos en su música, sus intereses en internet, los temas sobre los que platican en la escuela con sus compañeros y maestros. Idealmente podemos lograr su confianza y lograr que compartan con nosotros, sus padres, sus inquietudes, dudas, temores y demás.

Los padres somos quienes más amamos a nuestros hijos y ellos necesitan saberlo a diario y tenemos que decirles que los queremos sanos, fuertes, independientes y exitosos pero por sobre todas las cosas felices.

Hasta pronto.

Psiquiatra Maria del Carmen Trejo
Tel. 55 75 15 11.
Matías Romero 5
Col. Del Valle

