

# «Non todo é rosa no cancro de mama»

Cuatrocientas supervivientes compartieron inquietudes y experiencias en el Colón

R. DOMÍNGUEZ  
A CORUÑA / LA VOZ

«Isto é unha carreira de longo recorrido e non todo é cor de rosa no cancro de mama» dijo ayer Luz Campello, jefa de Trabajo Social del Chuac y superviviente de «varios» tumores. El primero a los 33 años, hace ya 19. Ella fue la última ponente del foro de empoderamiento organizado por el servicio de Oncología del hospital coruñés, con apoyo de la Diputación, que reunió ayer en el Teatro Colón a 400 mujeres con cicatrices en el pecho y más adentro.

El objetivo era compartir experiencias y hacer hueco a las inquietudes que se plantean después de un cáncer. Parte de ellas las aclararon los especialistas invitados a tocar aspectos como las secuelas en el ánimo o la sexualidad, por citar solo dos, que pueden dejar la enfermedad. Y por su doble condición de socióloga en el ámbito sanitario y afectada, habló Campello del impacto social de un tumor que «cada unha vivimos dun xeito distinto, porque somos únicas».

En primera persona y con conocimiento de causa, contó cómo influye la edad, el momento vital y el proyecto de futuro de cada quien y, por supuesto, «o apoio do teu contorno, a túa familia, a túa rede de amizades», porque el camino cambia «se te sentes acompañada». Y se detuvo en recordar cuánto pesa en este cáncer, a su juicio de forma sobredimensionada, su impacto en una imagen física vinculada a la identidad femenina.

No olvidó tampoco apuntar lo distinto que es afrontar la enfer-



Los especialistas sanitarios que participaron en el foro, momentos antes del inicio. VERÓNICA VÁZQUEZ

## TRES DATOS

350	85 %	30 %
<b>Casos al año</b> En el área sanitaria. Es el segundo cáncer en incidencia.	<b>Supervivencia</b> A los 5 años, más del 85 % de las mujeres están vivas.	<b>Prevención</b> El 30 % pueden evitarse reduciendo factores de riesgo.

medad con un trabajo estable, y no en precario o siendo autónoma, y, sobre todo, lo decisivo que es la actitud personal.

### «Hai vida e hai felicidade»

En su caso, fue en el segundo cáncer cuando se paró a reflexionar «como vou vivir». Y concluyó que no la podía arrastrar. Por eso, entre todas las dificultades, animó a buscar aquello que, de forma personal, ayuda en la lucha.

«Temos que recordar que nes- ta espera hai vida e hai felicida-

de», les dijo a las mujeres que, como ella, saben no solo de oídas lo dura y larga que puede llegar a ser la pelea.

Su testimonio, en el que valoró el avance sanitario para progresar en lo prioritario, sobre todo, puso también el acento en lo que todavía falta. Ayudas psicosociales, la atención a la maternidad tras el cáncer o el abordaje sin tabúes de cómo colaborar a una intimidad plena, reconquistando el disfrute de la sexualidad, siguen aún pendientes. Reclamó más apoyos para alcanzar-

los porque «unha vez conquistado o que prima, conservar a vida, —dijo— o segundo obxectivo é mellorar a calidade desa vida».

En este punto, recalcó de forma especial la incongruencia de que el linfedema, una de las secuelas que puede dejar el tumor de pecho, no basta para obtener un reconocimiento adecuado de incapacidad y sus beneficios sociales pese a que «doe moito e incapacita no traballo, e tamén no rol que temos como mulleres e nais». «Temos que valorar o positivo, todo o que se avanzou, pero tamén temos que estar informadas porque todo isto son estratexias de empoderamento», concluyó Campello, contraria a endulzar situaciones duras que prolonguen «esa imaxe estética» y rosa ante un cáncer que «moitas superamos, outras non puidemos, e moitas seguen a sufrir».

Un foro de empoderamiento para más de un millar de afectadas en el área sanitaria

El foro de ayer en el Colón cerró un programa iniciado en mayo en Bergondo y que desde entonces ha llegado a más de un millar de mujeres del área sanitaria en sus sesiones en Carballo, Cee y A Coruña.

Para la sesión final se contó con la intervención de Luis Antón Aparicio, jefe de Oncología del Chuac, que arengó a las supervivientes y a las ahora afectadas por la enfermedad a tomar conciencia de lo que ellas mismas pueden lograr. «Los humanos somos más fuertes cuando nos unimos», dijo el doctor, que aplaudió el espíritu participativo y reivindicó el papel del asociacionismo.

Durante las distintas sesiones, oncólogas como Silvia Antolín y Begoña Graña se centraron en aspectos como la epidemiología de la patología y el cáncer familiar, y la ginecóloga Carlota Díaz abordó el tema de la fertilidad, la sexualidad y el embarazo. Los cuidados de la piel fueron analizados por el dermatólogo Jesús del Pozo, mientras que la enfermera Shalom Rivera revisó lo importancia de la nutrición, Julio Aparicio el papel de la fisioterapia y María Comillas de la Vega los aspectos psicológicos en torno a la enfermedad.

En el cierre de ayer intervino también Valentín González Formoso, presidente de la Diputación, que destacó la utilidad del foro, «unha iniciativa sociosanitaria pioneira», dijo, y que valoró como una oportunidad para reforzar conexiones entre clínicos y pacientes para la mejora de la atención.

**10 DÍAS KIA**

**OFERTAS INSUPERABLES**  
Del 8 al 19 de noviembre

**KIA**  
The Power to Surprise

Del 8 al 19 de noviembre aprovecha los 10 días Kia, que vuelven con ofertas insuperables, incluso en los nuevos modelos de Kia.

**Red Kia de A Coruña y Santiago de Compostela** [www.kiaacoruña.com](http://www.kiaacoruña.com)

Consumo combinado (l/100 km): 3,9-7,8. Emisiones CO<sub>2</sub> (g/km): 100-178.  
Consulta condiciones y requisitos de la promoción en [www.kia.com](http://www.kia.com). Oferta válida en la red de concesionarios Kia de la Península, Baleares, Ceuta y Melilla.  
\*Consultar manual de garantía Kia.



# La 'guerra' al tabaco tocará la cartera

Médicos y asociaciones plantean subir la cajetilla a 10 euros ■ “Es una vergüenza que España sea el estanco de Europa”, dicen expertos gallegos

E. Ocampo  
A CORUÑA

Duplicar el precio del tabaco, que podría pasar a rondar en España unos 10 euros la cajetilla. Es una de las propuestas de un paquete de medidas que han llevado a Bruselas esta semana profesionales sanitarios y asociaciones ciudadanas, arropadas por la Red Europea de Prevención del Tabaquismo en la que se integra la española.

Se quieren mirar en el espejo de Francia donde, en apenas un año, un millón de franceses han dejado de fumar. Ha bastado con subir el precio medio del tabaco a 8 euros el paquete. El catedrático en Psicología clínica y experto en tabaquismo en Galicia Elisardo Becoña lo tiene clarísimo: “Cada 5% que se sube el tabaco por encima del IPC, hay un 2% de prevalencia de fumadores. Hay un estudio muy amplio”. Defiende que suba el precio de forma significativa, como “una medida de salud excelente, muy positiva para la población general”. También alude Becoña al hecho en otros países europeos fumar se ha convertido en una práctica de lujo, con hasta 14 euros de media por cajetilla. “Para muchos países, España es el estanco de Europa y Canarias más, lo que representa una vergüenza”, añade.

Por su parte, el profesor de Farmacología de la Universidad de

Cantabria Javier Ayesta explicó que la subida debería ser de “un 20% mínimo”. Y piden que se equipare al alza la fiscalidad de todos los productos que contienen nicotina.

No fumar en el coche y vigilar el humo de las terrazas, así como un empaquetado neutro del tabaco que no llame la atención de los menores son otras de las 15 medidas propuestas. Los grupos *antitabaco* españoles reivindican la conocida como *Declaración de Madrid*, que fue ratificada por colegios médicos, más de 60 sociedades científicas y colectivos sociales y ponen datos sobre la mesa: “El consumo de tabaco provoca más de 50.000 muertes anuales en España, siendo la primera causa de muerte evitable y un grave obstáculo al derecho a la salud y a la vida de la población española”.

Aseguran que las leyes de tabaco de 2005 y 2010 han contribuido a “desnormalizar” el consumo y, especialmente, a reducir la exposición al humo de tabaco. Sin embargo, este movimiento ciudadano considera que queda mucho margen de mejora en cuanto al control y la prevención del tabaquismo. “Estamos aquí porque el principal problema de salud pública para España y para Europa es el tabaco”, señaló el presidente de la Organización Médica Colegial (OMC) española, Serafín Romero, en la presen-

**7 claves de la propuesta**

- 1. SUBIR EL PRECIO**  
Equiparar al alza la fiscalidad de todos los productos de tabaco o que contengan nicotina: imitar el modelo francés, que duplicaría el precio actual de 5€ de media en España a unos 10 €
- 2. CUMPLIR LA LEGISLACIÓN**  
Que impide el consumo en lugares públicos como terrazas, patios o áreas de tránsito en centros comerciales
- 3. NO FUMAR EN EL COCHE**  
Prohibir fumar en cualquier tipo de vehículo para evitar la exposición al humo de los pasajeros y como medida de seguridad vial y medio-ambiental
- 4. CAJETILLAS SIN ATRACTIVO**  
Introducir el empaquetado neutro, para disminuir el poder de atracción a los menores
- 5. CONCIENCIACIÓN**  
Promover los hogares libres de humo. Son el principal lugar de exposición al tabaco
- 6. AYUDAR A LA DESHABITUACIÓN TABÁQUICA**  
Dotación de profesionales sanitarios entrenados en el tratamiento del tabaquismo y financiar las intervenciones clínicas, conductuales y farmacológicas, que hayan mostrado efectividad y seguridad
- 7. VAPEAR**  
Debe extenderse también a los dispositivos para 'vapear' la misma consideración del tabaco convencional, tanto en la regulación de publicidad, como en la limitación de espacios

H. BARREIRO

tación en las dependencias de la Eurocámara.

La citada declaración, presentada en Madrid el pasado julio y cuyos autores quieren que se aplique en España y sirva de modelo en otros países de la Unión Europea, pone de relieve los éxitos consecui-

dos en la lucha contra el tabaco, con una caída de la tasa de fumadores del 32% antes de la ley antitabaco de 2010 al 22% de la actualidad, según datos de la misma. Pero avisa del peligro de que se estanquen los esfuerzos para erradicar la adicción a la nicotina y sus riesgos asocia-

dos. “Nos están adelantando”, comentó en el acto el presidente de la Red Europea de Prevención del Tabaquismo, Francisco Rodríguez-Lozano. Apuntó que la ley española de 2010 fue pionera pero que actualmente hay medidas más ambiciosas en otros países.

Redacción  
A CORUÑA

Un total de 400 mujeres del área coruñesa participaron ayer en el cierre del ciclo *Emponderamento da muller con cancro de mama*, organizado en el Teatro Colón por el servicio de Oncología del Complejo Hospitalario Universitario de A Coruña (Chuac) y la Diputación. Médicos, psicólogos, enfermeros y fisioterapeutas intentaron resolver las dudas planteadas por las mujeres e incidieron en la importancia de la prevención de este tumor.

El objetivo de esta iniciativa —que concluye tras varias charlas en Bergondo, Carballo, Cee y A Coruña— es que pacientes que han superado esta patología puedan compartir sus experiencias a la vez que despejan dudas sobre cómo es la vida tras un tumor y abordan cuestiones de interés común.

De este modo, a lo largo de las diferentes sesiones —en las que participaron un millar de mujeres de toda la provincia—, se abordaron diferentes temas como la sexualidad, el embarazo, la depre-

## La vida tras un cáncer de mama



Asistentes al ciclo, ayer, en el Teatro Colón de A Coruña. | CASTELEIRO/ROLLER AGENCIA

sión, la ansiedad o los cuidados específicos de las zonas afectadas tras padecer esta patología que ya representa uno de cada tres tumores diagnosticados en mujeres. Di-

ferentes especialistas informaron y respondieron cualquier consulta o duda sobre estos temas a la vez que intentaron sensibilizar sobre la importancia de concienciar a la pobla-

ción sobre la detección precoz de este tipo de enfermedad.

El presidente de la Diputación da Coruña, Valentín González Formoso, alabó esta “iniciativa socio-

saniaria pionera” y destacó que no solo permitió ofrecer recursos a las mujeres que han padecido un cáncer de mama sino que “permite a profesionales de la sanidad pública obtener un interesante *feedback* sobre cuales son los asuntos que les preocupan”.

### Unas 400 pacientes de A Coruña participan en un foro con sanitarios para resolver dudas e informarse

El acto de clausura de ayer contó además de con la participación de González Formoso con la intervención del jefe del área de Oncología del Hospital Universitario de A Coruña, Luis Antón Aparicio.

La organización de este ciclo, gracias al apoyo de la Diputación, desarrolló una aplicación para móviles que permite a las afectadas obtener información sobre determinados aspectos de interés y mantener el contacto a través de un foro en el que compartir experiencias.





En algunos pasos de peatones de la zona han estado a punto de registrarse atropellos | PEDRO PUIG

## El comercio pide que se baje la velocidad en la calle de la Torre para proteger a los peatones

La asociación de Monte Alto está contenta por la reurbanización pero critica la actitud de los conductores

SONIA DAPENA A CORUÑA

Los comerciantes de la calle de la Torre están muy satisfechos con la reurbanización del entorno que encargó el Ayuntamiento y que estrenaron al completo ya hace algunos meses pero creen que falta adaptar las características de la zona a su nueva realidad. La Asociación de Vecinos y Comerciantes de Monte Alto demanda al Gobierno local que limite la velocidad en esa infraestructura dado que los conductores pasan muy rápido y ahora que hay más viandantes por el entorno han aumentado mucho los riesgos desde el punto de vista peatonal. Igualmente, solicitan que se completen los arreglos con un mobiliario urbano que no se llegó a colocar.

"La valoración de la reforma es positiva al 100% pero hay que ajustar la velocidad de la calle de la Torre", afirma el presidente de la Asociación de Vecinos y Comerciantes de Monte Alto, José

Luis Boado, que entiende que la visibilidad de los negocios se incrementó con el cambio.

"Hay más gente porque es más cómodo circular por unas aceras muy amplias, lo que incluso está llevando a los locales que estaban vacíos nuevas propuestas comerciales y hosteleras y animando a las reformas en establecimientos asentados desde hace tiempo.

### Flecos pendientes

Sin embargo, Boado también aclara que al Consistorio le falta solucionar algunos flecos que dejaron sueltos. El más importante desde el punto de vista de vecinos y comerciantes es el de limitar la velocidad "a 30 kilómetros por hora porque hay mucho tránsito de niños y mayores" y los coches pasan muy rápido.

Al contar con más afluencia también más riesgo de atropello, algo que para el colectivo se nota especialmente en algunos pasos de peatones a los que los conductores llegan muy ajustados

**El colectivo cree que la obra quedó a medias porque faltan mobiliario urbano y bolardos en las aceras**

para frenar. Pasa, por ejemplo, "en el cruce de Marconi con 'Trabajo', donde estuvieron a punto de registrarse varios alcances.

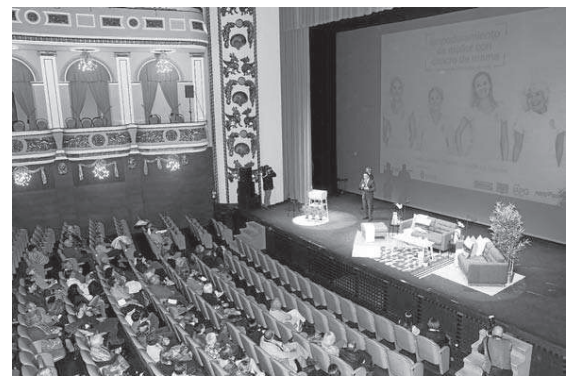
### Una ORA especial

El representante del barrio añade que también quieren que el Gobierno local cree una especie de zona "ORA en las plazas de residentes durante el horario comercial porque muchas están vacías" al ir a trabajar los vecinos del entorno.

Así se compensaría el traslado de los espacios que se perdieron en la calle de la Torre a Zalaeta, por el que muchos clientes ya evitan la zona. Otros, por contra, estacionan de manera ilegal sobre las aceras por muy altas que sean. Boado demanda al Ayuntamiento que instale bolardos de una vez para evitar esta práctica.

No obstante, el colectivo también vería interesante que la Policía Local controle más la zona y multe a los infractores, para dar un escarmiento debido a las dificultades que ponen a los ciudadanos para caminar por las aceras.

Otra de las peticiones es que instalen papeleras para promover la limpieza porque "no hay ninguna" en el último tramo. Igualmente quieren que se repinte una plaza de parking para discapacitados que quedó prácticamente anulada. ●



### Las coruñesas debaten sobre el cáncer de mama

Más de 400 mujeres de la comarca participaron en la última jornada del ciclo "Empoderamiento da muller con cancro de mama", organizado por el servicio de Oncología del Chuac y la Diputación en el teatro Colón.



### La Diputación cede tres furgonetas adaptadas

El presidente de la Diputación, Valentín González Formoso, entregó tres furgonetas adaptadas para el transporte de personas con discapacidad a las entidades Aspace, Agasdep y Amarai. FOTO: PEDRO PUIG

OTOÑO - INVIERNO 2017  
ESPECIAL 2018  
MENÚ DEL DÍA  
Reservas 981 652 803

Todos los días a partir de la 13:00 h.  
Sábados, Domingos y Festivos a partir de la 13:30h.

**LOS LUNES**  
Gambón a la plancha

**LOS MARTES**  
Fabada asturiana  
Cachopo relleno de grelos y queso ahumado

**LOS MIÉRCOLES**  
Bacalao a la gallega

**LOS JUEVES**  
Lacónadas / Cocido

**LOS VIERNES**  
Callos  
Churrasco mixto con criollo

**LOS SÁBADOS**  
Jarrete al estilo casero con patatas asadas

**LOS DOMINGOS**  
Rabo de toro estofado al vino Mencía

ESTAS NAVIDADES RESERVE SUS CENAS DE EMPRESA

6 platos 1º 9.90 €  
6 platos 2º 9.90 €  
incluye pan, bebida, postre y café LUNES A VIERNES

MENÚ INFANTIL 7.50 €  
incluye pan, bebida y postre

MENÚ EXPRESS 7.50 €  
Escoge entre uno de los platos del menú, pan, bebida, postre y café (DE LUNES A VIERNES)

MENÚ ESPECIAL FIN DE SEMANA 12.50 €  
incluye pan, bebida y postre SÁBADOS, DOMINGOS Y FESTIVOS

**La Explanada**  
EN ALVEDRO - CULLEREDO (A Coruña) Cuesta de Alvedro, Nº 41 - B