

Salud



Clínica
Universidad
de los Andes

Somos personas al cuidado de tu salud

**El apoyo multidisciplinario
es fundamental para el
tratamiento del cáncer**



TESTIMONIO

“Los médicos me dieron la confianza que necesitaba para enfrentar este momento”

Marissa Gómez tuvo un cáncer gástrico avanzado que, gracias al apoyo de los médicos, pudo superar.

El deporte siempre ha formado parte importante de la vida de Marissa Gómez, quien incluso siguió practicando actividad física diaria durante sus tres embarazos. Sin embargo, con los años, comenzó a subir considerablemente de peso, por lo que decidió cambiar de manera drástica sus hábitos. Con la ayuda de un nutriólogo y un entrenador, logró bajar 50 kilos.

Con la baja de peso, comenzó a disfrutar de una vida aún más activa. Hasta que en mayo del año pasado empezó a sufrir fuertes dolores de estómago.

“En primera instancia me diagnosticaron gastroenteritis y, a pesar de seguir todas las indicaciones médicas, seguí con los malestares, así que busqué una segunda opinión en la Clínica Universidad de los Andes”, comenta Marissa.

El Dr. Raúl Araya, gastroenterólogo, le realizó una endoscopia, examen que detectó que tenía intolerancia a la lactosa y una úlcera, que tras ser sometida a biopsia determinó que presentaba un cáncer gástrico. “Se me vino el mundo abajo. A pesar de que el médico me dio

apoyo y contención, inmediatamente pensé en mis hijas y mi marido. Estuve en shock. Fue un momento muy duro”, explica Marissa.

El cáncer gástrico que padecía es conocido como adenocarcinoma y requería de una cirugía inmediata. “Iniciamos el tratamiento con quimioterapia, para luego realizar una cirugía laparoscópica, que consistió en la extracción de todo el estómago y de los ganglios linfáticos locales. De lo contrario, la enfermedad iba a seguir avanzando. Para tener éxito, trabajamos con un equipo multidisciplinario, que constituye el pilar más importante en el tratamiento con intención curativa a largo plazo”, explica el Dr. Alex Escalona, Jefe de Cirugía de Clínica Universidad de los Andes.

El Dr. Ricardo Silva, oncólogo, fue otro de los integrantes del equipo que la atendió en todo el proceso y explica que, “al existir compromiso ganglionar regional perigástrico, su enfermedad era de un estado localmente avanzado”.

“Usamos un tratamiento estándar multimodal, que combina quimioterapia

asociada a una cirugía con criterio oncológico. En los casos de cáncer gástrico localmente avanzado, es insuficiente el enfoque basado exclusivamente en quimioterapia, siendo esencial la terapia combinada que llevamos a cabo, mejorando así la probabilidad de sobrevida y curación definitiva”, sostiene el Dr. Silva.

Actualmente, Marissa puede realizar una vida normal, teniendo algunos cuidados, como controles periódicos con el equipo médico y quirúrgico, por lo menos, por los próximos cinco años.

En Clínica Universidad de los Andes, contamos con un equipo multidisciplinario que se encarga del diagnóstico y tratamiento de tumores digestivos altos (esófago y gástrico), hepatobiliar (vesícula, páncreas, hígado) y tumores digestivos bajos (colon y recto).



Dr. Alex Escalona P.

Cirugía General – Cirugía Digestiva

Médico Cirujano por la Pontificia Universidad Católica de Chile, y especialista en Cirugía General y Cirugía Digestiva por la misma casa de estudios. Research Fellow Department of Surgery, Division of General and Gastrointestinal Surgery, Massachusetts General Hospital- Harvard Medical School. Profesor de Facultad de Medicina de la Universidad de los Andes.



Dr. Ricardo Antonio Silva M.

Oncología Médica - Tumores Sólidos

Médico Cirujano de la Universidad de Concepción, y especialista en Medicina Interna por la Pontificia Universidad Católica de Chile. Especialista en Oncología Médica por el Instituto Nacional del Cáncer/Universidad del Desarrollo.



Te invitamos a conocer nuestro libro de recetas para pacientes oncológicos

Nutricionistas de la Clínica colaboraron con Pfizer en el desarrollo de un libro de recetas para pacientes oncológicos, con preparaciones nutritivas y balanceadas para apoyarles en su tratamiento y ayudarles a mejorar su calidad de vida.

Conoce las recetas en clinicauandes.cl

Cirugía endoscópica: una técnica mínimamente invasiva para los pacientes

Permite revertir lesiones, cálculos, divertículos o estrecheces del tubo digestivo.

Cada vez más la medicina avanza hacia intervenciones que sean más amigables para los pacientes. La cirugía endoscópica es una de ellas, ya que ha tenido un gran desarrollo en los últimos años, con procedimientos mínimamente invasivos que logran excelentes resultados en el tratamiento de patologías que, anteriormente, requerían de cirugía tradicional.

El Dr. Sergio Rubel, cirujano especialista en endoscopia digestiva de Clínica Universidad de los Andes, explica que "las nuevas técnicas también se asocian a una menor tasa de complicaciones. Junto a esto, los pacientes requieren sólo de hospitalización transitoria

o una hospitalización muy leve. Además, tienen menos dolor, lo que acorta el periodo de convalecencia".

La Unidad de Endoscopia realiza todas las cirugías endoscópicas que existen a nivel global, las que permiten tratar diversas patologías como obesidad, acalasia o trastornos motores esofágicos, lesiones digestivas, gastroparesia, tumores subepiteliales, divertículos esofágicos cervicales, estrecheces del tubo digestivo, hemorragias digestivas, cálculos y otras causas de obstrucción de las vías biliares. Además, el equipo está capacitado para tratar perforaciones y fístulas intestinales, extracción de cuerpos extraños y complicaciones de cirugías o patologías como pancreatitis.

"Quienes tienen enfermedades hereditarias o crónicas y familiares con patologías

neoplásicas deben estar constantemente chequeándose con un especialista. Asimismo, quienes tengan hábitos de riesgo o personas de más de 45 años con antecedentes de neoplasias digestivas", sostiene el doctor.



Dr. Sergio Rubel C.

Cirugía General – Endoscopia Digestiva

Médico Cirujano por la Universidad de Chile y especialista en Cirugía General por la misma casa de estudios. Subespecialista en cirugía endoscópica de la Universidad de Chile. Diplomado en Gestión de Administración de Salud de la Universidad de Santiago de Chile (USACH).

Para evitar estas patologías, es importante seguir las siguientes recomendaciones:

- Realizar actividad física.
- Dormir las horas adecuadas.
- Tener una alimentación balanceada en cantidad, calidad y frecuencia.
- Preferir alimentos integrales, carnes bajas en grasas y lácteos descremados.
- Ingerir frutas y verduras diariamente.
- Evitar el tabaco.
- Tener un consumo moderado de alcohol.

Dormir mal afecta al corazón y puede aumentar el riesgo de cáncer

Un sueño interrumpido eleva la presión arterial y el azúcar en la sangre.

Lograr un sueño reparador trae importantes beneficios, ya que las personas están menos cansadas durante el día, tienen mayor concentración, están más activas y también disminuyen el riesgo de padecer patologías cardiovasculares y de desarrollar cáncer.

La última Encuesta Nacional de Salud detectó que más de 800 mil adultos chilenos sufren insomnio y el 43,3% declara tener dificultades para dormir. Además, el estudio demostró que el gasto en medicamentos para dormir aumentó un 34,6% desde 2012 a 2017, dejando de manifiesto que cada vez más recurrimos a la automedicación para lograr conciliar el sueño.

La Dra. Evelyn Benavides, neuróloga especialista en Medicina del Sueño de Clínica

Universidad de los Andes, sostiene que "es una realidad preocupante. El sueño es vital para todos, porque cuando dormimos se producen funciones que son relevantes para el organismo, y necesarias para lograr un buen funcionamiento. Mejora la función endocrina y el control de la presión arterial".

"Por otro lado, una mala calidad de sueño se relaciona con arritmias, hipertensión, y una mayor posibilidad de presentar enfermedades cardiovasculares, ya que el tener un sueño interrumpido eleva la presión arterial y el azúcar en la sangre", señala la especialista. Además, un mal dormir debilita el sistema inmune, lo que se asocia a un aumento de riesgo de cáncer.

"Dormir bien no solo permite tener un buen descanso, en ese proceso se regeneran los tejidos que influyen en el proceso de la memoria y las defensas. En ese contexto,

cuando no descansamos adecuadamente, puede aumentar el riesgo de sufrir ciertas enfermedades, y el cáncer no es la excepción", explica la doctora.

"Si tenemos una mala calidad del sueño por más de un mes, es importante acudir a un especialista", finaliza la Dra. Benavides.



Dra. Evelyn Benavides S.

Neurología - Epilepsia y Medicina del Sueño

Médico Cirujano por la Pontificia Universidad Católica de Chile, y especialista en Neurología por la misma casa de estudios. Especialista en Epilepsia y Medicina del Sueño por la Universidad del Desarrollo. Profesora de la Facultad de Medicina de la Universidad de los Andes.

Consejos para tener un sueño reparador:

- Dormir y levantarse todos los días a la misma hora.
- Evitar ver televisión y el celular en las noches.
- Realizar ejercicio en la mañana.
- No consumir comidas abundantes en la noche.
- No ingerir alcohol de noche.
- Eliminar ruidos o luces que interrumpen el descanso.
- No dormir siestas de más de 30 minutos al día.
- Evitar la automedicación.

MARZO, MES DEL SUEÑO

CUANDO DUERMES BIEN, TU FAMILIA TAMBIÉN

Dormir bien, sin problemas ni interrupciones, es sinónimo de una mejor calidad de vida.

En marzo, Mes del Sueño, consulta con nuestros especialistas y accede a valores preferentes en exámenes.

Más información en clinicauandes.cl

Programa de Medicina del Sueño





**SIEMPRE
PROTEGIDO**
SEGUROS PARA TODA TU FAMILIA



Clínica
Universidad
de los Andes

CONVENIO DE ACCIDENTES

LA TRANQUILIDAD DE SABER QUE ESTÁS PROTEGIDO

ABRIL 2020 - MARZO 2021

ESCOLAR

\$42.000

COBERTURA ANUAL

UNIVERSITARIO

\$59.000

COBERTURA ANUAL

Beneficios

- 100% cobertura en eventos traumáticos
- Atenciones no traumáticas con **copago máximo conocido**
- Cobertura **desde los 14 días de vida hasta los 29 años** de edad
- Atenciones en el Servicio de Urgencia **ilimitadas para padres y abuelos** con copago máximo conocido, previa inscripción en clinicauandes.cl

Más información en CLINICAUANDES.CL

(56) 22 618 3000



clinicauandes.cl