

Tec campus Guadalajara se pinta de rosa en la lucha vs. el cáncer



Carmen Huerta | Campus Guadalajara

Eduardo Ramírez-García y Andrea | Video y edición

“Hace 11 años, cuando yo tenía 40, comencé con un pequeño ardor y algo me decía que mi cuerpo no estaba bien, le hablé al doctor y me pidió que me sacara una mamografía; el estudio confirmó que era **cáncer de mama**”, fueron palabras de Emma Yolanda Castellanos, directora de **Cruz Rosa Guadalajara**, quien compartió su testimonio con la Comunidad Estudiantil.

“Tuve primero una cirugía de extirpación de un cuarto de mama y después una mastectomía; después cirugía reconstructiva y quimioterapias. Hubo muchas pérdidas en el proceso, pero siempre quise vivir, amo a la vida y me llevó a luchar... y lo hicimos en familia para salir adelante”, concluyó.



/>>

Jalisco ocupa el segundo lugar de muertes en mujeres jóvenes

Martín de la Cruz González, director de Servicios Médicos del campus Guadalajara, explicó que “el cáncer es un conglomerado de células que se transforman y no permiten seguir su proceso normal... Es un cúmulo de células anormales, que van degradándose y desgastándose de una forma totalmente errática del proceso oxidativo del cuerpo”.

Agregó que en las mujeres casi un **60% mueren prematuramente por cáncer de mama**. “Los marcadores tumorales son exámenes donde evaluamos cómo está la progresión del cáncer, desde la parte inicial o si es un cáncer activo”, afirmó Martín de la Cruz.

Mencionó que el **cáncer en Jalisco ocupa el segundo lugar de muertes en mujeres jóvenes por cáncer de mama** y subrayó que es importante la detección a tiempo para mejorar el pronóstico y la supervivencia de los diferentes casos de mama. “Es la base para salvar vidas”, resaltó.



/>>

Guerrera de vida

El testimonio de Emma Castellanos, como parte de la Semana Rosa en el que se incluyeron talleres, conferencias y asesorías médicas, fue organizada por el Grupo Estudiantil “Carpe Diem IV”

“Compartí mi testimonio de vida porque he pasado el cáncer, me detecté, atacamos a tiempo la enfermedad y estoy viva”, dijo Emma, y aconsejó a la Comunidad Universitaria que “si acuden al médico a tiempo, hay vida”

Cáncer de mama en cifras

Según la **Organización Mundial de la Salud (OMS)**, **1 de cada 8 mujeres** tendrá cáncer de mama a lo largo de su vida, por tal motivo en la lucha contra el cáncer, el doctor Martín recomienda tener un estilo de vida saludable como:

- Alimentarse bien **con antioxidantes y nutrientes ricos en vitaminas** que pueden prevenir ciertos formadores de células malignas como **frutos verdes, cereales, hortalizas espinacas, brócoli, aguacate, la cáscara de la uva**, entre otros.
- Hacer ejercicio,
- Dormir bien,
- Alejarnos de hábitos nocivos,
- Hacer revisión médica anual.

