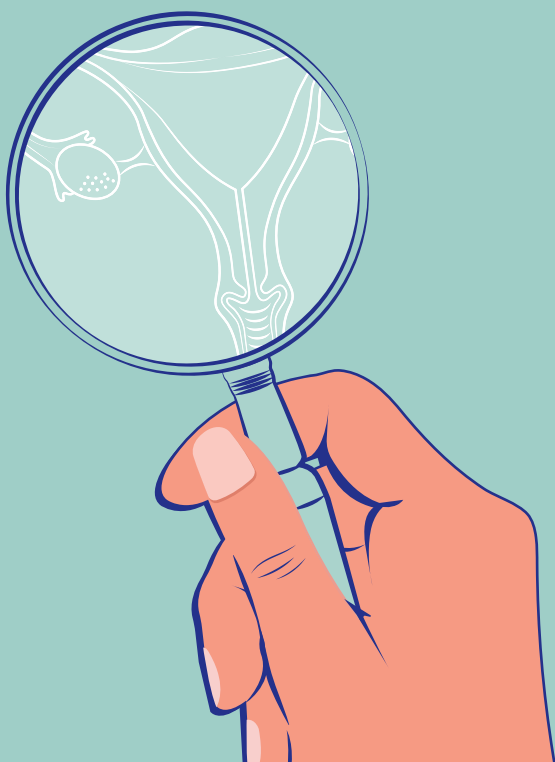


Departamento de Salud
del Gobierno Vasco

Programa de detección precoz de cáncer de Cérvix.



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



MINISTERIO
DE SANIDAD



Plan de
Recuperación,
Transformación
y Resiliencia



Osakidetza



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

OSASUN SAILA
DEPARTAMENTO DE SALUD

Esta campaña ha sido financiada por la Unión Europea - NextGenerationEU

SOBRE EL PROGRAMA DE DETECCIÓN PRECOZ...

El objetivo de este Programa es prevenir la aparición del cáncer de cérvix.

Osakidetza ofrece la posibilidad de realizarse una sencilla prueba con la que se pueden detectar lesiones precancerosas o la infección causante de esas lesiones, antes de que se desarrolle el cáncer. Según el resultado obtenido, se valora el riesgo existente y se ofrece una recomendación personalizada.

Se sabe que la mayor parte de los cánceres detectados se da en personas que no se realizan pruebas de forma periódica.

Participar es una buena manera de prevenir y cuidarte.

¿EN QUÉ CONSISTE LA PRUEBA DE CRIBADO?

Esta prueba va dirigida a mujeres y otras personas con cuello de útero*, empadronadas en Euskadi y con edades comprendidas entre los 25 y los 65 años.

**personas trans y no binarias con cuello de útero.*

La prueba de cribado o detección precoz consiste en tomar y analizar una muestra de las células que recubren el cuello del útero. La recogida generalmente, la realiza la matrona y suele tolerarse sin dificultad. Con la ayuda de un espéculo (dispositivo que se introduce en la vagina) se expone el cuello uterino y se recoge la muestra. Es un procedimiento sencillo y normalmente indoloro.

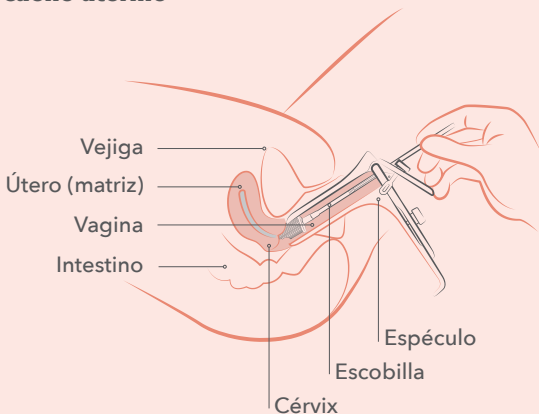
Análisis de la muestra por grupos de edad.

Una vez **recogida la muestra** se envía para su análisis que será diferente dependiendo del grupo de edad al que pertenezcas:

- > **ENTRE 25-34 AÑOS**, se realizará la citología cervicovaginal, que consiste en analizar las células recogidas mediante un microscopio. Se recomienda **repetir esta prueba cada 3 años**.
- > **ENTRE 35-65 AÑOS**, se realizará la prueba de detección del virus del papiloma humano (**VPH**). Se recomienda **repetir esta prueba cada 5 años**.

Los resultados de las pruebas de cribado tienen validez durante un tiempo limitado. Es por ello, que es importante acudir en cada invitación que recibas.

Examen de cuello uterino



Indicaciones antes de hacer la prueba.

No hacer la prueba si se tiene la regla en este momento. Se recomienda **esperar 3 días** tras su finalización y después se podrá realizar la prueba.

No haber tenido relaciones sexuales 24 horas antes de realizarse la prueba.

No haber usado medicación por vía vaginal durante los tres días anteriores (a excepción del anillo vaginal o el DIU que no interfiere en la prueba).

En caso de **embarazo***, **posparto o aborto**, esperar hasta pasados 4 meses para recoger la muestra.

** Durante el 1º trimestre de embarazo, se podría recoger la muestra; más allá del 1º trimestre se recomienda esperar.*

Prueba de detección del VPH y prueba de citología.

Con la **prueba de detección del VPH**, lo que se intenta es conocer si existe una presencia suficiente del virus como para causar lesiones o daños en las células que componen el cuello del útero.

Con la **prueba de citología**, se puede conocer si esas células han llegado a ser alteradas por esta infección, y cuál es la alteración. Por tanto, podríamos decir que la prueba de detección del VPH detecta el riesgo en fases más precoces, de ahí que el intervalo entre pruebas sea mayor.

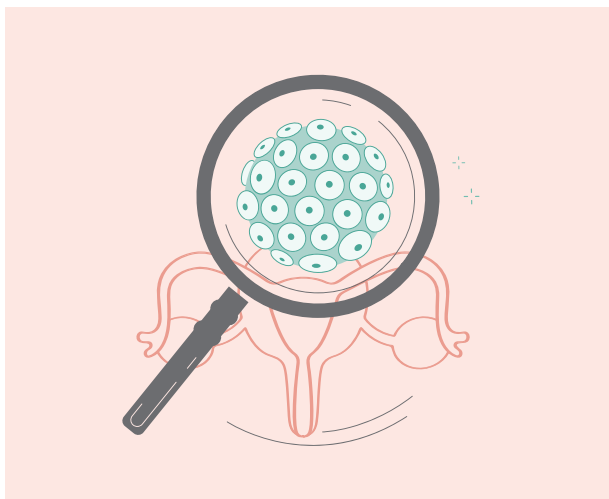
¿Por qué a las mujeres más jóvenes se les realiza citología y no la prueba del VPH?

Aunque es verdad que la infección por el VPH es mucho más frecuente en mujeres menores de 35 años, también es verdad que generalmente lo eliminan de forma espontánea sin dar síntomas.

La utilización de la prueba de detección del VPH, en ellas, comportaría un aumento de número de casos que hubiesen sido innecesarios detectarlos, ya que la propia inmunidad de la mujer joven hubiera podido atajarla.

¿Y si estoy vacunada frente al VPH también debo participar?

En caso de vacunación completa frente a VPH **también está indicada la realización de la prueba** periódica de detección precoz de cáncer de cuello de útero, ya que la vacuna, a pesar de ser muy eficaz (eficacia del 96%), no es eficaz al 100%.



DECIDIRSE: POSIBLES BENEFICIOS Y RIESGOS DE LA PRUEBA DE CRIBADO

BENEFICIOS

- Reduce la incidencia y mortalidad por cáncer de cuello de útero.
- Mejora la calidad de vida gracias a tratamientos menos agresivos de las lesiones precancerígenas detectadas.
- Conocer el resultado negativo ofrece un intervalo de bajo riesgo que puede tener un efecto tranquilizador.

DAÑOS POTENCIALES

- Molestias físicas asociadas a la exploración como dolor, sangrado o complicaciones del tratamiento de lesiones.
- Ansiedad al recibir un resultado de cribado anormal y someterse a un examen colposcópico y tratamiento posterior.
- Efectos obstétricos adversos asociados al tratamiento de lesiones precancerosas, no a la prueba de cribado, como tener mayor riesgo de parto prematuro.
- Retraso en el diagnóstico de la lesión relacionado con un resultado falso negativo.
- Sobretratamiento ligado a un resultado falso positivo.

CÓMO INTERPRETAR EL RESULTADO

Es conveniente tener los datos de contacto que figuran en tu Centro de Salud actualizados, ya que, una vez realizado el análisis, el resultado se enviará por SMS, correo postal, y/o llamada telefónica. También es posible consultarlo a través de la aplicación Carpeta de Salud.

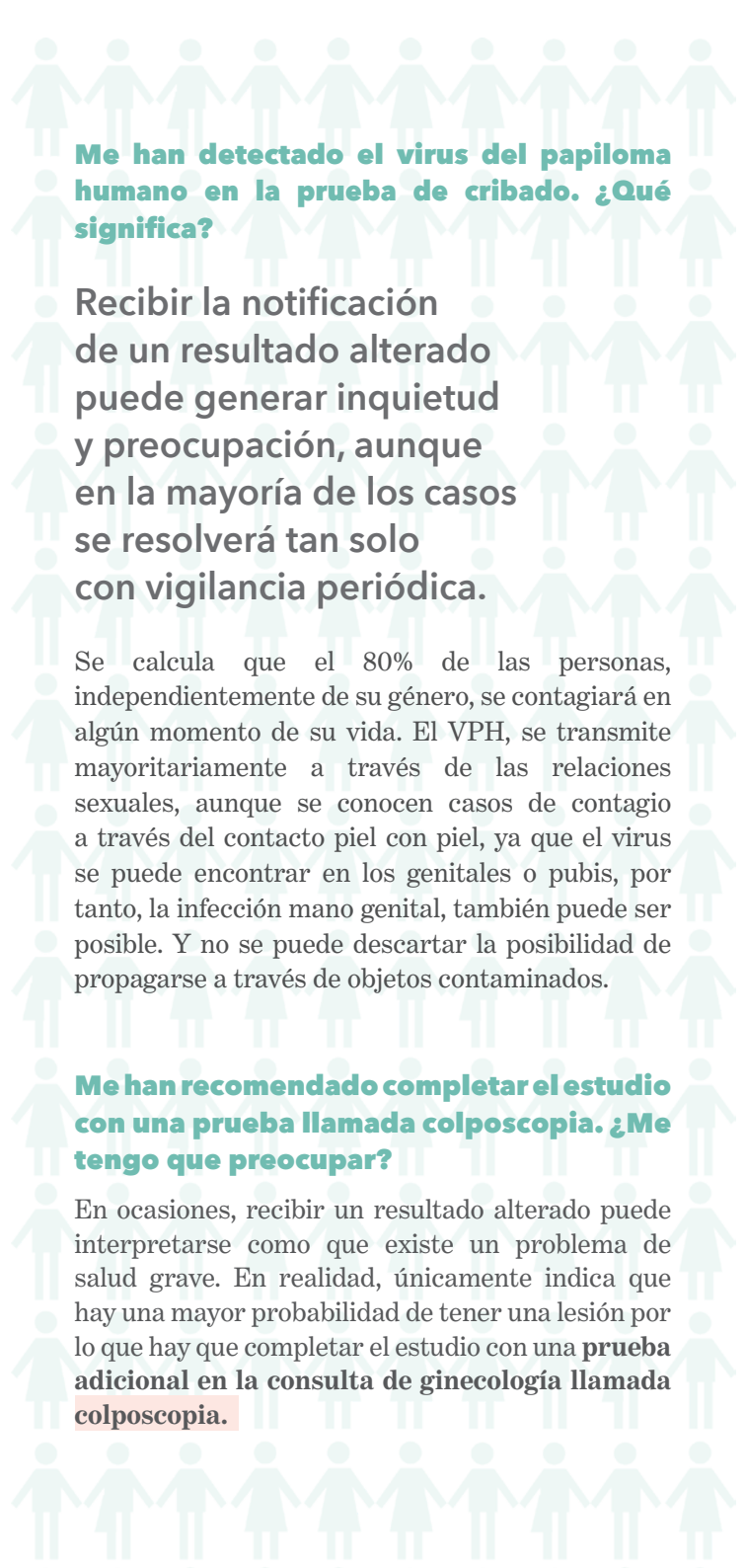
A continuación, te explicamos los distintos resultados que puedes recibir y su interpretación:

RESULTADO NO VALORABLE, indica que no se ha podido realizar el análisis por lo que es necesario repetir la prueba. Habitualmente, la causa suele ser la falta de material para realizar el estudio (muestra insuficiente), de ahí que se necesite repetir. **Si aún no dispones de cita con tu matrona, cógela pasados al menos 4 meses desde la anterior,** porque antes podría dar resultados confusos.

RESULTADO DE RIESGO MUY BAJO, indica que existe muy baja probabilidad de tener una lesión premaligna o maligna en este momento. El siguiente control se realizará en 3 o 5 años con la matrona del centro de salud. El Programa de cribado te enviará una nueva invitación en el momento indicado salvo que exista otra indicación expresa de tu ginecólogo o ginecóloga. Si durante este periodo notas algún síntoma nuevo (sangrado genital espontáneo, irregular y reiterado; sangrado con las relaciones sexuales de forma repetida; flujo vaginal anómalo) no dudes en consultarlo con tu matrona.

RESULTADO DE RIESGO BAJO/MEDIO, indica que existe alguna alteración, pero con escasa probabilidad de tener una lesión en este momento. Precisa de un control más cercano, generalmente en un año. El Programa contactará de nuevo contigo trascurrido este periodo.

RESULTADO QUE PRECISA DE PRUEBAS COMPLEMENTARIAS. Algunas alteraciones detectadas conllevan mayor riesgo de presentar lesiones premalignas o malignas y se recomienda **completar el estudio.** Para ello es necesario acudir a una consulta especializada de ginecología donde realizarán una prueba llamada **colposcopia**, con el objetivo de valorar la integridad del tracto genital y aplicar el tratamiento o seguimiento necesario. Esta prueba no resulta mucho más molesta que la revisión ginecológica rutinaria. Se observa el cuello del útero, la vagina y la vulva a través de un microscopio tras aplicar unas tinciones para encontrar posibles lesiones, en caso de encontrarlas, y confirmarlas mediante biopsia, se valoraría realizar un tratamiento denominado **conización**, que consiste en eliminar el tejido lesionado.



Me han detectado el virus del papiloma humano en la prueba de cribado. ¿Qué significa?

Recibir la notificación de un resultado alterado puede generar inquietud y preocupación, aunque en la mayoría de los casos se resolverá tan solo con vigilancia periódica.

Se calcula que el 80% de las personas, independientemente de su género, se contagiará en algún momento de su vida. El VPH, se transmite mayoritariamente a través de las relaciones sexuales, aunque se conocen casos de contagio a través del contacto piel con piel, ya que el virus se puede encontrar en los genitales o pubis, por tanto, la infección mano genital, también puede ser posible. Y no se puede descartar la posibilidad de propagarse a través de objetos contaminados.

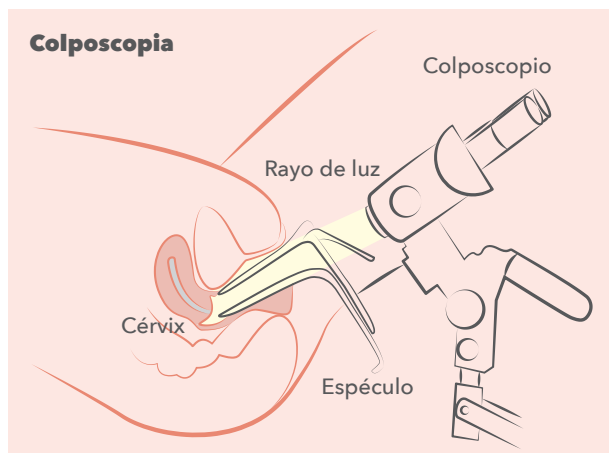
Me han recomendado completar el estudio con una prueba llamada colposcopia. ¿Me tengo que preocupar?

En ocasiones, recibir un resultado alterado puede interpretarse como que existe un problema de salud grave. En realidad, únicamente indica que hay una mayor probabilidad de tener una lesión por lo que hay que completar el estudio con una **prueba adicional en la consulta de ginecología llamada colposcopia.**

En la mayoría de las ocasiones se van a encontrar **lesiones leves que curan sin tratamiento**, solamente se harán revisiones periódicas para su control. En el caso de que se detecten lesiones de alto grado en las que las probabilidades de curación espontánea disminuyen, se realiza un tratamiento llamado **conización**, que consiste en eliminar el tejido que tiene dicha lesión, evitando así hasta en un 99% de los casos la progresión a cáncer. La conización es un procedimiento algo molesto, pero la mayoría de las mujeres lo tolera bien.

Además, durante un tiempo, se te ofrecerán revisiones periódicas para asegurar que no existen complicaciones mientras tu organismo consigue inactivar o eliminar la infección por el virus del papiloma humano. Cuando esto ocurra, el seguimiento también se irá normalizando y volviendo a gestionarse desde el centro de salud. Si por el contrario el VPH persiste y comienza a producir una lesión, estos controles permitirán su rápida detección y tratamiento precoz.

Es importante realizar el seguimiento que te recomienden individualmente.



VIRUS DEL PAPILOMA HUMANO

PREGUNTAS FRECUENTES



El 80% de las personas, se contagiará en algún momento de su vida.

*Aunque es verdad que el VPH está relacionado con el cáncer de cérvix, tener la infección por VPH no significa que vayas a desarrollarlo. **Es la persistencia de este virus en el tiempo lo que podría provocar lesiones premalignas** que, con el tiempo, podrían evolucionar a un cáncer de cérvix en el futuro.*



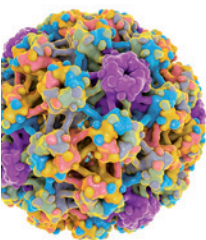
En la mayoría de las personas se resuelve gracias al sistema inmune sin necesidad de tratamiento.

En definitiva, el cáncer de cuello de útero es una complicación grave, pero extremadamente infrecuente, de un fenómeno relativamente común: la infección por el VPH.

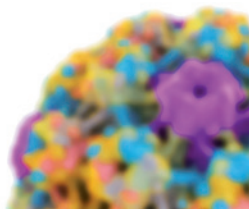
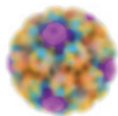
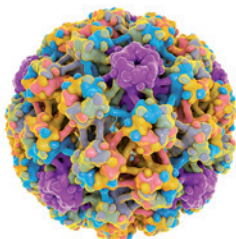
¿Cuándo se produjo el contagio del virus?

Esto es difícil saberlo ya que el sistema inmune puede mantener el virus indetectable a las pruebas actuales durante años. Aunque el resultado fuera negativo, no podemos excluir que no exista infección, solo que si existiera, estaría en un estado de latencia en el que no puede causar lesión. Por tanto, detectarlo en un momento concreto, no implica que el contacto se haya producido recientemente, aunque se tengan pruebas negativas previas.

En ocasiones, el conocer que tienes la infección por VPH puede vivirse como una alteración en la imagen corporal, en los proyectos de vida de pareja y suponer un impacto en la sexualidad. Es importante recordar que seguir disfrutando de tu sexualidad tiene innumerables beneficios en tu salud por lo que rechaza de tu mente cualquier tipo de sentimiento de culpa. Recuerda que un altísimo porcentaje de personas tienen o han tenido el VPH en algún momento de sus vidas.



Virus VPH



¿Qué puedo hacer yo para ayudar a mi organismo a inactivar o eliminar el virus del papiloma humano?



1. REFORZAR TU SISTEMA INMUNE:

No fumar o reducir el consumo al máximo.

Está demostrado que el tabaco produce un descenso del sistema inmune de la zona que dificulta la eliminación del virus y que multiplica hasta por cinco la posibilidad de tener una lesión cervical.

Hacer ejercicio y meditación ayuda a reducir los niveles de estrés, ya que el estrés tiene gran impacto sobre la respuesta inmunológica que ofrece nuestro cuerpo ante las agresiones externas como lo son los virus.

Llevar una alimentación equilibrada rica en antioxidantes, proteínas, grasas saludables (pescados azules, frutos secos, semillas y huevo). Evitar los alimentos procesados, el azúcar y el alcohol. No abusar de los cereales (pan/harinas).

Realizar actividades al aire libre, el descanso nocturno, cuidar tu salud emocional, son hábitos de vida que refuerzan tu sistema inmune.



2. USAR PRESERVATIVO DE FORMA CORRECTA

también te puede ayudar a eliminar antes el virus. Salvo esto, no es necesario cambiar ningún otro comportamiento sexual.

Vacunación frente al VPH.

¿En qué casos se recomienda?

La vacunación frente al VPH es la mejor estrategia para **prevenir la infección por el virus del papiloma humano**, pero no es un tratamiento para curarla.

Cualquier persona puede beneficiarse de ella, dado que la eficacia de la vacuna está en torno al 96% si no ha existido contacto sexual previo y alrededor del 70% si lo ha habido.

Actualmente está incluida en el calendario vacunal para niñas y niños de 12 años. Aunque también está financiada en algunos grupos de riesgo, como mujeres conizadas durante el último año o inmunodeprimidas.



Este es un buen momento para mejorar tus hábitos de vida. Fortalecer el sistema inmunitario te ayudará a hacer frente al virus.



No hay mejor
herramienta en
el cuidado de la
salud que
la prevención.

¿NECESITAS MÁS INFORMACIÓN?



→ Infórmate en
www.osakidetza.euskadi.eus

→ Teléfono gratuito: 900 222 002

→ **programacervix@osakidetza.eus**