

CÁNCER ESTARÍA MÁS CERCA DE MUJERES GRANDES

RIESGO

TOMA ALTURA

DEPORTISTA

Silvia Poll exnadadora y diplomática costarricense, mide 1,94 metros y tiene 43 años. Ella no habla escuchado del estudio pero reconoce que siempre está al tanto de su salud. Se hace chequeos cada año y aunque todas las mujeres de su familia son altas, ninguna ha tenido cáncer. Silvia es deportista de toda la vida, recordemos que fue la primera tica en

ganar una medalla olímpica y afirma que mantiene esos buenos hábitos por lo que no teme que su altura sea un factor de riesgo adicional.

KAREN FERNÁNDEZ M.
karenfernandez@latija.co.cr

A muchas ticas les encantaría tener los largos piernones de la guapa Gisele Bündchen, una de las supermodelos más famosas con sus 1,80 metros de estatura o la elegancia de la actriz sudafricana Charlize Theron, de 1,77 metros.

Pero la mayoría de las ticas son bajitas y eso podría tener su lado positivo, pues según un estudio hecho en Estados Unidos, las mujeres altas tendrían más posibilidades de padecer cáncer.

Los investigadores buscaron a 145.000 mujeres de entre 50 y 79 años que ya pasaron la menopausia y hallaron que por cada 10 centímetros adicionales de altura, incrementaba un 13% el riesgo de padecer la enfermedad.

Geoffrey Kabat, uno de los autores del estudio, detalló que a esas mujeres se les siguió durante 12 años, al inicio ninguna tenía cáncer y con el paso del tiempo encontraron vínculos entre la altura y el aumento de las posibilidades de desarrollar cáncer de mama, colon, endometrio, riñón, ovario, recto, tiroides, mielomas múltiples (médula ósea) y melanomas (piel).

En el cáncer de riñón, recto, tiroides y sangre el riesgo entre las altas es de entre 23 y 29% más por cada 10 centímetros adicionales de altura.

El estudio no parte de una altura en la que el riesgo comienza a aumentar, pero Kabat afirmó que el incremento del riesgo es pequeño.

"La asociación de la altura con el cáncer sugiere que la nutrición en la niñez, juega un papel importante a la hora de influenciar el riesgo de una persona a sufrir cáncer", detalló Kabat.

Sin embargo, con la edad las células envejecen y tienden a producir alteraciones o mutaciones genéticas que generan cáncer; de ahí que el estudio se realizara a muje-

MEJOR PREVENIR

Patricia Figueroa, presentadora de Giros, tiene 44 años y mide 1,80 metros. "Qué dicha que son solo dos centímetros los que estoy por encima del rango. Siempre he considerado que con todos los avances científicos actuales, es inconcebible que las mujeres no cuidemos nuestra salud y nos hagamos los exámenes preventivos a fin de

evitar un montón de factores de riesgo. Hacerse el papanicolaú, examen de mama, cuidar el corazón y la presión. Hacer ejercicio sin importar cuál sea la edad que tengamos", concluyó la peruana.

res de entre 50 y 79 años.

Ticas sin riesgo. Los oncólogos nacionales restan importancia al estudio y consideran que las ticas no deberían preocuparse mucho por este tema porque son bajitas por naturaleza.

"Las latinas medimos en promedio diez centímetros menos que las gringas y europeas. Las norteamericanas miden en promedio 1,68 metros por lo que se consideran altas a partir de 1,78 metros. Esas alturas se alejan mucho de nuestros estándares por lo que es poco probable que se aplique a nuestra población", indicó la doctora Marisel Aguilar.

Ellas se cuidan. Lorely Carrillo, la tica más alta, mide 1,92 y a sus 49 años dice que se hace exámenes dos veces al año porque en su familia varios han padecido de cáncer; pero que es muy golosa y no hace ejercicio por una lesión en la rodilla, aunque sí se mantiene en forma.

Patricia Figueroa, presentadora de Giros, y nuestra medallista olímpica Silvia Poll también nos contaron cómo se cuidan (ver recuadros).

La "doc" Aguilar coincidió con Denis Landaverde, jefe de oncología del Hospital México, en afirmar que si se come saludablemente y se hace ejercicio se puede prevenir el riesgo, eso sí, sin tomar licor ni fumar.

No se debe bajar la guardia, pues la genética tiene mucho que ver y los buenos hábitos no son una vacuna para las personas con antecedentes familiares, recalzó la doctora.

