

El trabajo nocturno podría aumentar el riesgo de cáncer de mama

Por: Redacción

El trabajo nocturno continuo y a largo plazo ha sido sugerido como un factor de riesgo para el cáncer de mama, según diversas investigaciones a nivel mundial efectuadas en los últimos años. Por ejemplo, en el 2007, la Agencia Internacional para la Investigación del Cáncer (IARC) alertó por primera vez, concluyendo que “el trabajo por turnos que implica la interrupción circadiana es probablemente carcinógeno para los seres humanos”.

Es interesante además señalar que según estos estudios de todas las profesiones que ejercen las mujeres, al parecer la enfermería es la más vulnerable a los efectos carcinógenos del trabajo en turnos nocturnos con regularidad.

Sabemos que el trabajar por la noche provoca desorganización del ritmo circadiano, y supresión de la secreción nocturna de la melatonina, que a largo plazo funcionaría como carcinógeno, lo que aumentará la aparición de tumores malignos. A corto plazo, esto origina lo que suele denominarse “desfase horaria” cuya sintomatología consiste en trastornos del sueño, problemas



(Foto: CDC)

Investigaciones describen el problema de cáncer de mama con mayor frecuencia en las enfermeras.

digestivos, fatiga y hasta, fluctuaciones emocionales, manifestó el Dr. Mauricio León Rivera, director médico del Centro Detector del Cáncer y cirujano oncólogo de la Clínica Ricardo Palma.

La evidencia del posible impacto del turno de trabajo nocturno parece más relacionado al cáncer de mama, aunque aumentaría también el riesgo de cáncer de próstata, colorrectal y de leucemia

linfática crónica, aunque los estudios en humanos son aún escasos para llegar a algo concluyente.

En ese sentido, se mencionó que “el cáncer de mama es el más diagnosticado entre mujeres de todo el mundo y estos resultados podrían ayudar a establecer e implementar medidas eficaces para proteger a las mujeres que laboran en turnos nocturnos, debiendo someterse a exámenes preventivos con regularidad”.

La Melatonina y el Sueño

Cabe indicar, que la melatonina es una hormona, en realidad una neurohormona secretada por la glándula pineal (situada en el cerebro) que controla el ciclo diario del sueño, disminuye la oxidación además de intervenir en gran variedad de procesos celulares, neuroendocrinos y neurofisiológicos.

Las concentraciones de esta hormona fluctúan a lo largo del día, son más altas por la noche y sus niveles bajan durante el día. Una revisión del año 2013 realizada por el “National Cancer Institute” determinó que no existían evidencias sólidas sobre el uso terapéutico de la melatonina en el tratamiento de ningún cáncer.

Uso temprano de antivirales es clave en esta temporada de influenza



(Foto: CDC)

La ‘Influenza A’ causa más hospitalizaciones y muertes de personas mayores y niños pequeños.

Por: Redacción

Un fuerte aumento reciente en la actividad de la influenza A (H3N2) en los Estados Unidos ha llevado a los Centros para el Control y la Prevención de las Enfermedades (CDC) a emitir una advertencia de salud que enfatiza la importancia de sus recomendaciones sobre el tratamiento antiviral esta temporada.

La advertencia difundida por medio de la Red de Alertas de Salud (HAN) destaca la probabilidad de que en las temporadas en las que predomine el virus de la influenza A (H3N2) haya más hospitalizaciones y muertes de personas de 65 o mayores y de niños pequeños, si se compara con otros grupos de edad.

Además, también se informa que las vacunas generalmente son menos eficaces contra los virus de la influenza A (H3N2) que contra los virus de la influenza A (H1N1) pdm09 o la

influenza B. En la última temporada, la eficacia de las vacunas se estimó en un 32 por ciento en EE.UU.; esto subraya la necesidad de que los médicos redoblen los esfuerzos para aplicar el tratamiento contra la influenza con el uso adecuado de medicamentos antivirales.

Se ha de mostrar que el tratamiento con medicamentos antivirales inhibidores de la neuraminidasa tiene un beneficio clínico y de salud pública al reducir los casos de enfermedad y los efectos graves de la influenza. Estos antivirales recomendados son oseltamivir, zanamivir y peramivir. Y son más eficaces cuando se empiezan a administrar de forma temprana.

Los CDC recomiendan que los medicamentos antivirales contra la influenza comiencen a ser administrados dentro de las 48 horas de la aparición de la enfermedad. Sin embargo, si se usan después, aún pueden ser beneficiosos para algunos pacientes.