

18

PROGRAMA DE NUTRICIÓN PARA UN CORAZÓN SALUDABLE DE HARLEM

Conferencia: Un corazón saludable con una dieta saludable

Evaluaciones de colesterol y presión arterial gratis

CONFERENCIANTE: Icilma Fergus, MD

FECHA: miércoles, 18 de enero

HORA: 5 - 7 pm

LUGAR: Edificio de oficinas estatales

Adam Clayton Powell, Jr.

Calle 125 oeste #163

Galería de arte - 2do piso

Para mas información llame al, 212-241-3271

19

FORO DE LA COMUNIDAD EN MESA REDONDA

Almuerzo y charla: Embarazo en la adolescencia, prevención, y cuidado de los hijos

CONFERENCIANTE: Andrea Rothenberg, MSW

FECHA: jueves, 19 de enero

HORA: mediodía - 2 pm

LUGAR: Centro Médico Mount Sinai

Avenida Madison 1468 esq. con la calle 100

Edificio Annenberg,

Salón de la junta - 5to piso

Se servirá almuerzo. Ser requiere matrícula.

Llame al 212-659-9085

24

JUNTA CONSULTORA DE LA COMUNIDAD DE MOUNT SINAI

Reunión de la junta Consultora de la comunidad

Abierta al público

FECHA: martes, 24 de enero

HORA: 5:30 - 7 pm

LUGAR: Centro Médico Mount Sinai

Avenida Madison 1468 esq. con la calle 100

Edificio Annenberg,

Salón de la junta - 5to piso

Llame al 212-659-9094



PROGRAMAS DE EDUCACIÓN Y EVALUACIÓN SOBRE LA SALUD DEL SENO PARA LA COMUNIDAD

FECHA: lunes, 9 de enero

HORA: mediodía - 3 pm

LUGAR: Settlement Health

212 Calle 106th este, entre la

2da & 3ra avenida - 3er piso

Pacientes deben llegar no mas tarde de la 1 pm

FECHA: lunes, 30 de enero

HORA: 11 am - 2 pm

LUGAR: Centro de Envejecientes

Leonardo Covello

Calle 109 este #312, entre la

1ra & 2da avenida

GRUPOS DE APOYO SOBRE CÁNCER DEL SENO

Acompáñenos en el grupo de apoyo para pacientes de cáncer

FECHA: lunes, 9, 23, 30 de enero

HORA: 5:30 - 7 pm

Acompáñenos en el grupo de apoyo hispanohablantes para pacientes de cáncer

FECHA: jueves, 12, 26 de enero

HORA: 11 am - 1 pm

Para pacientes bilingües

LUGAR: Programa de Recursos Educativos para la Salud del Seno
Calle 98 Este #16, 1B (timbre #30)

YOGA y Tú

Yoga para sobrevivientes de cáncer

FECHA: miércoles, 4, 11, 18, 25 de enero

HORA: 6 - 7:15 pm

LUGAR: Llame al 212-987-3063 para ubicación

Se requiere matrícula para los programas de cáncer de seno.
Para información, llame al
212-987-3063

FERIA DE SALUD PARA LA COMUNIDAD

VIERNES,
3 DE FEBRERO
DÍA DE VESTIR DE ROJO

Únete a la
**CAMPANA
GO RED
PARA LA MUJER**
en Mount Sinai

Gratis, chequeos de presión arterial, colesterol, pruebas de diabetes; consejería sobre nutrición y dieta; demostraciones sobre alimentación saludable y mucho más

FECHA: viernes, 3 de febrero

HORA: 10 am - 2 pm

LUGAR: Centro Médico Mount Sinai

Avenida Madison 1468 esq. con la calle 100

Pabellón Guggenheim, Atrio

Para mas información llame al 212-659-9085.



Cáncer del pulmón, principal causa de muerte por cáncer

¿QUÉ COMÚN ES EL CÁNCER DE PULMÓN?

El cáncer de pulmón es la causa principal de muertes por cáncer mundialmente, tanto en hombres como en mujeres. Se consideran más muertes por causa de cáncer de pulmón que por causa de cáncer de seno, colon y próstata juntos. La Sociedad Americana del Cáncer estima que unas 156,940 muertes habrán ocurrido en los Estados Unidos causadas por el cáncer de pulmón en el 2011. Un 27 por ciento de las muertes por cáncer son a causa del cáncer de pulmón. Aproximadamente 13,500 neoyorquinos son diagnosticados con cáncer de pulmón anualmente y alrededor de 9,200 hombres y mujeres en el estado de Nueva York mueren por causa de esta enfermedad.

¿QUE CAUSA EL CÁNCER DE PULMÓN?

De acuerdo al Instituto Nacional de Cáncer (NCI siglas en inglés), la causa principal de cáncer de pulmón es el fumar cigarrillos. Más o menos un 85 por ciento de los cánceres de pulmón son diagnosticados en fumadores o personas que acostumbraban fumar. En el 10-15 por ciento de casos de cánceres en no-fumadores, hay una serie de causas potenciales:

- exposición considerable a asbestos, gas radón, arsénico y otras sustancias que causan cáncer;
- predisposición genética;
- humo secundario fuerte de cigarrillos;
- danos causados por enfermedades previas.

¿QUÉ PAPEL JUEGA EL CIGARRILLO EN EL CÁNCER DE PULMÓN?

Según el NCI, mientras mayor el número de cigarrillos que se fuman al día y más temprana la edad en que se comienzan a fumar, mayor es el riesgo al cáncer de pulmón. Si se deja de fumar, el riesgo disminuye, pero sigue siendo mayor que si nunca ha fumado. Si quiere minimizar el riesgo, no fume. Si fuma, deje de fumar. Si nunca ha fumado, no empiece.

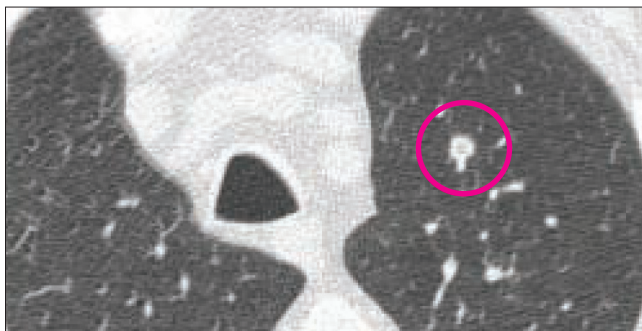
¿CUALES SON LOS SÍNTOMAS DEL CÁNCER DE PULMÓN?

La enfermedad no presenta síntomas hasta que ha progresado a una etapa más difícil de tratar. Aun así, adelantos en imagimática hacen posible la detección en etapas más tempranas con la oportunidad de resultado positivo en el tratamiento. Algunos de los síntomas son:

- dolor de pecho, tos con sangre;
- tos persistente, sibilancia, dificultad para respirar;
- pulmonía o bronquitis recurrentes;
- cansancio, falta de apetito y/o pérdida de peso.

Otros síntomas que pueden ocurrir en etapas más avanzadas incluyen:

- dolor y fractura de huesos;
- hinchazón del área facial;
- dolores de cabeza;
- hemorragia y coagulación sanguínea sin explicación



Escáner de pulmón revela la presencia de cáncer.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA DETECCIÓN TEMPRANA?

La detección temprana con una Tomografía Computarizada (CT en inglés) salva vidas. En un estudio reciente del NCI se enfatiza el trabajo producido por dos investigadores de la Escuela de Medicina de Mount Sinai, en el que han encontrado que escáneres de CT de baja dosis han sido de gran beneficio en las etapas tempranas de la enfermedad, cuando es más curable. El estudio es apoyado por más de 20 años de investigación. Claudia I. Henschke, MD, PhD y David F. Yankelevitz, MD, ambos profesores de radiología de Mount Sinai, determinan que el índice de cura en etapas iniciales de cáncer de pulmón en pacientes que han recibido CT de baja dosis es de un 80 por ciento, basado en un estudio de índice de sobre vivencia de 10 años. Por comparación con los casos que no fueron detectados con CT, el índice se reduce a un 10 por ciento debido a que el cáncer ha progresado a una etapa más avanzada y es más difícil de tratar. Estos escáneres de CT de baja dosis también ayudan en la detección en etapas tempranas de enfermedades cardiovasculares y enfisema.

El Programa de detección temprana y acción para el cuidado cardiaco y de pulmón en el Centro Médico de Mount Sinai esta en busca de participantes fumadores y no fumadores para un estudio de investigación. Los participantes calificados recibirán escáneres de CT de baja dosis sin costo alguno.

Participantes elegibles deben ser:

- Fumadores de 50 años de edad o mayores, los cuales recibirán materiales para dejar de fumar.
 - No-fumadores, 40 años o mayores, que nunca han fumado o han sido expuestos a humo secundario.
- Ex-fumadores con un referido de su médico pueden llamar para hacer una cita para una evaluación de escáneres de CT a un costo de \$300.

Para mas información o para hacer una cita, favor llamar al Programa ELCA (Early Lung and Cardiac Action Program) al 212-241-2420.