

Cómo utilizar con prudencia las tecnologías de diagnóstico en beneficio para su salud.

En este artículo nos hemos centrado en los riesgos potenciales para la salud como resultado del incremento desmesurado de la exposición a la radiación, como resultado del uso excesivo de los métodos de diagnóstico como los rayos x, tomografía, mamografías y otros. En particular, niños, adultos jóvenes y las mujeres, tienen mayor riesgo de desarrollar cáncer inducido por radiación durante su vida.

La utilización de tomografías computarizadas en los Estados Unidos, se ha disparado en las últimas tres décadas. Aunque la radiación es perjudicial para todos los órganos de nuestro cuerpo, el pecho, tiroides, médula ósea, y los órganos digestivos y reproductivos son los más radiosensibles, debido a la continua actividad de proliferación celular. La exposición repetitiva a los Rayos X, las tomografías computarizadas o a las mamografías, no aportan un valor adicional a la atención médica de los pacientes, pero sin duda, estos procedimientos proporcionan el camino hacia el cáncer, enfermedades cardíacas y mutaciones genéticas a las generaciones futuras. La exposición a la radiación a través de la mamografía puede ser igual a la recibida por 75 radiografías de tórax. Por otra parte, según un reciente estudio de 25 años realizado en 90 000 mujeres, un 22% de los cánceres de mama, fueron innecesariamente diagnosticados y tratados, lo cuál no tenían que haberse convertido en un peligro para la vida de las mujeres.

Un estudio comparativo en la detección de cáncer de mama entre los Estados Unidos e Inglaterra, demostró que aunque las tasas de detección de cáncer fueron similares en ambos países, los resultados falsos positivos de la mamografía y las tasas de tratamientos subsecuentes, fueron dos veces superiores en los Estados Unidos. Teniendo en cuenta la relación riesgo – beneficio, la recomendación de las mamografías anuales para todas las mujeres mayores de 40, debe ser evaluada en forma individual. Esto ahorraría a miles de mujeres el dolor psicológico y la consecuente carga financiera. Mientras que las mamografías han ayudado en la detección del cáncer de mama, es importante que los resultados sean evaluados por un médico experimentado.

Puesto que es imposible evitar la exposición a la radiación en conjunto, este artículo aborda también las maneras para proteger el cuerpo, mediante el uso de forma regular de los micronutrientes adecuados. Micronutrientes tales como:

- **Las vitaminas C y E en sinergia con la vitamina A y N-acetilcisteína** previenen el daño cromosómico e inducen la muerte celular en las células dañadas. Por lo tanto pueden ser útiles incluso cuando se toma inmediatamente después de la exposición a la radiación excesiva.
- **El extracto de té verde**, protege las células de división rápida del tracto digestivo y las células de la médula ósea.
- **La Quercetina y la Curcumina** (ingredientes activos de la Cúrcuma) protegen el ADN mitocondrial y las células normales, del daño de la radiación.

No hay ninguna orientación clara, en la frecuencia o en los requerimientos de análisis regulares de la tomografía computarizada y la mamografía, para el diagnóstico del cáncer y otras enfermedades. Una discusión abierta con su médico, es la clave para minimizar los riesgos de estas pruebas de diagnóstico para la salud. Por otra parte, una fuente óptima de micronutrientes proporcionará la protección adicional.