

Una de las cosas más importantes que puede hacer para ayudar a prevenir el cáncer de cuello uterino es vacunarse contra el virus del papiloma humano (VPH).

La vacuna contra el VPH protege contra los tipos de VPH que con mayor frecuencia causan el cáncer de cuello uterino, vagina y vulva.

- La vacunación contra el VPH se recomienda para los preadolescentes de 11 a 12 años de edad, pero puede comenzar desde los 9 años.
- La vacuna contra el VPH también se recomienda para todas las personas hasta los 26 años.
- No hay recomendaciones sobre la vacunación contra el VPH para personas mayores de 26 años. Sin embargo, es posible que algunos adultos entre los 27 y 45 años de edad, decidan vacunarse contra el VPH después de hablar con su médico del riesgo que tienen de contraer infecciones por el VPH y los beneficios de la vacunación. La vacunación contra el VPH en este rango de edad proporciona menos beneficios, debido a que más personas ya han estado expuestas a este virus.

Si se comienza la vacunación antes de los 15 años, se recomiendan dos dosis con un intervalo de entre 6 y 12 meses. A las personas que empiezan la serie después de cumplir los 15 años, la vacuna es en una serie de tres inyecciones.

La vacunación contra el VPH previene nuevas infecciones por este virus, pero no sirve para tratar las infecciones o enfermedades existentes. Esta es la razón por la cual la vacuna contra el VPH es más eficaz cuando se administra antes de cualquier exposición al virus.

Hay dos pruebas que pueden ayudar a detectar los cambios que podrían convertirse en pre-cáncer o cáncer de cuello uterino. Usted debería hacerse las pruebas de detección de cáncer de cuello uterino con regularidad, incluso si recibió la vacuna contra el VPH.

- La prueba de Papanicoláu (o citología vaginal) busca *pre-cánceres*, que son cambios en las células del cuello uterino que podrían convertirse en cáncer si no se tratan en forma adecuada.
  - Si tiene entre 21 a 29 años, debe comenzar a realizarse la prueba de Papanicoláu a los 21 años de edad. Si los resultados de su prueba de Papanicoláu son normales, es posible que puede esperar 3 años para hacerse la siguiente.
- La prueba del VPH busca el virus del papiloma humano que puede causar este tipo de cambios en las células.
  - Si tiene entre 30 a 65 años, hable con su médico acerca de cuál es la mejor opción para usted: **solo la prueba del VPH**, si los resultados de su prueba del VPH son normales, es posible que puede esperar 5 años para hacerse la siguiente prueba. **Una prueba del VPH junto con la prueba de Papanicoláu**, si los resultados de ambas pruebas son normales, es posible que puede esperar 5 años para hacerse la siguiente prueba.

Si tiene más de 65 años, es posible que su médico le diga que ya no tiene que hacerse más la prueba: si los resultados de sus pruebas de detección han sido normales por 10 años, y si no ha tenido un pre-cáncer de cuello uterino en el pasado.

Ambas pruebas se pueden hacer en un consultorio del médico. Si usted tiene pocos ingresos o no tiene seguro médico, podría realizarse la prueba de Papanicoláu gratis o a bajo costo a través del Programa Nacional de Detección Temprana del Cáncer de Mama y de Cuello Uterino. Averigüe si usted reúne los requisitos para el programa de detección llamando al Departamento de Salud del Condado de Polk al 515-286-3921.