

Un octubre más rosa que nunca

Comienza octubre, mes global de la sensibilización sobre el cáncer de mama. Sin lugar a dudas, un “octubre rosa” diferente, ya que es urgente redoblar los esfuerzos en prevención, debido a la interrupción en los controles que generó la pandemia del COVID-19 entre las pacientes.

Ante esta preocupación, desde la Sociedad Chilena de Mastología queremos poner en el centro de la atención la importancia de la prevención de esta enfermedad, primera causa de muerte por cáncer en mujeres del país. De hecho, el cáncer de mama es responsable de 1 de cada 4 nuevos diagnósticos de cáncer en mujeres, y se estima que cada 3 horas una mujer es diagnosticada con cáncer de mama en Chile. Sólo en un día mueren tres mujeres por cáncer de mama en el país.

Si bien esta enfermedad no se puede evitar, sí se puede prevenir a través de un diagnóstico temprano, lo que da como resultado que el 90% de estos casos sea curable. Aquí radica la importancia de los esfuerzos en promoción y acceso a exámenes preventivos.

La mejor forma de prevenir el cáncer de mama continúa siendo el estudio por imágenes; principalmente la mamografía. Entre las mujeres que no presentan ningún síntoma y no tienen antecedentes familiares, se recomienda realizar una mamografía al año a partir de los 40 años. Mientras que las mujeres que cuentan con antecedentes deben comenzar con sus controles 10 años antes que la edad a la que se enfermó su familiar.

Otra forma de prevención, sobre la cual existe un consenso a nivel mundial, es mantener un peso saludable, hacer ejercicio regularmente, tener un bajo consumo de grasas saturadas, evitar beber alcohol y fumar.

En el marco del mes de la sensibilización sobre el cáncer de mama, este 1 de octubre comenzará el XV Congreso Chileno de Mastología, que reunirá de manera online a más de 100 expertos de todo el mundo y donde se discutirá las últimas novedades en tratamientos y estudios, donde siempre la prevención y control son claves, por eso el llamado es a vivir este mes con urgencia, conciencia y decisión.

Un simple gesto puede salvar vidas, por eso cuando tengas a una mujer sobre los 40 años enfrente tuyo, pregúntale cuándo fue su última mamografía e incítala a hacer lo mismo con sus amigas, colegas y familiares, ya que sólo así lograremos generar una mayor conciencia sobre la urgencia de la prevención, aunque estemos conviviendo con una de las mayores pandemias de la humanidad.

Dra. María Eugenia Bravo
Presidente Sociedad Chilena de Mastología