

DÍA MUNDIAL

# En Chile, mueren 5 mujeres al día por cáncer de mama

**EQUIPO EL DÍA** Chile

El cáncer de mama es una enfermedad prevalente tanto a nivel mundial como en Chile. Cada año, alrededor de 1.800 mujeres fallecen a causa de esta patología. Además, se estima que una de cada diez mujeres desarrollará cáncer de mama a lo largo de su vida.

El Dr. Nicolás Droppelmann, cirujano oncólogo del Centro de Cáncer y jefe del Programa de Cáncer de Mama de Clínica Universidad de los Andes, señala: "Un examen fundamental para mujeres mayores de 40 años es la mamografía. Lamentablemente, menos del 20% de las mujeres en este grupo etario se realiza este examen, que además de ser seguro, permite detectar alteraciones como nódulos, microcalcificaciones y cambios en el tejido mamario, entre otros".

Realizarse este examen es crucial, especialmente porque el 95% de los tumores detectados en etapas tempranas tienen un buen pronóstico. Esto permite reducir significativamente la mortalidad

**Cerca de 6.000 mujeres al año son diagnosticadas con esta enfermedad, que se ha convertido en la principal causa de muerte por cáncer en mujeres en nuestro país.**

y optar por tratamientos menos invasivos para las pacientes.

Principales factores de riesgo del cáncer de mama:

- Tener un familiar de primer grado con este tipo de cáncer.
- Ser mayor de 40 años.
- No haber tenido hijos o haber tenido el primero después de los 35 años.
- No haber dado lactancia materna.
- Ser portadora de una mutación genética predisponente para cáncer de mama (BRCA 1 y BRCA 2).
- Estar en tratamiento hormonal de reemplazo para la menopausia.
- Haber tenido la primera menstruación



El cáncer de mama es una enfermedad prevalente tanto a nivel mundial como en Chile.

EL DÍA

antes de los 11 años o la menopausia después de los 55 años.

• Tener sobrepeso después de la menopausia.

"El riesgo de desarrollar cáncer de mama aumenta entre tres y cuatro veces en mujeres con antecedentes familiares. Sin embargo, es importante destacar que el 80% de las mujeres diagnosticadas no tienen antecedentes familiares. Por eso, realizarse un chequeo anual es fundamental para todas las mujeres", subraya el Dr. Droppelmann.

El chequeo consiste en una evaluación y examen físico realizado por un ginecólogo o un cirujano oncólogo especializado en mama. Para las mujeres mayores de 40 años, además de la mamografía, en algunos casos se recomienda una ecografía mamaria. Aquellas con antecedentes familiares de primer grado deberían comenzar los chequeos diez años antes de la edad en que el familiar

fue diagnosticado.

A pesar de que algunos factores de riesgo no son modificables, existen hábitos que pueden ayudar a reducir el riesgo de desarrollar cáncer de mama.

"El sobrepeso y la obesidad están asociados a un mayor riesgo de cáncer de mama, por lo que mantener un peso saludable es clave. Además, se recomienda realizar al menos 150 minutos de actividad física a la semana y llevar una dieta equilibrada. El consumo de alcohol y tabaco también aumenta el riesgo de desarrollar cáncer de mama", enfatiza el Dr. Droppelmann.

Asimismo, el autoexamen mensual es parte del cuidado preventivo. Aunque no reemplaza a la mamografía, permite detectar cambios inusuales como retracciones en la piel, alteraciones en el color o la aparición de nódulos. En esos casos, es fundamental consultar a un especialista.