



**Coyhaique.-** El cáncer se ha vuelto uno de los problemas de salud pública más preocupantes a nivel mundial, siendo el de mama uno de los más frecuentes en mujeres.

Durante el año 2023 fallecieron 12 mujeres por esta patología en la región de Aysén, siendo la enfermedad que cobró más vidas femeninas durante el año recién pasado. Actualmente el cáncer es la principal causa de muerte en la región de Aysén, registrándose un total de 159 fallecimientos en el año 2023, correspondientes a 75 mujeres y 84 hombres, siendo los más frecuentes en la población local colon, estómago, y vesícula.

Bajo este contexto y en el marco del “Mes de sensibilización del Cáncer de Mama”, que se conmemora cada año a nivel mundial en el mes de octubre, desde el sector salud se está trabajando en una serie de iniciativas y estrategias que permitan no sólo la detección temprana de esta enfermedad, sino también fomentar acciones preventivas, tales como estilos de vida saludables que permitan aminorar el riesgo de contraer esta patología, estando siempre alerta a eventuales cambios tanto en la textura como la forma de la mama.

#### Signos de alarma

“Algunas señales de alerta de esta enfermedad son, por ejemplo, la aparición de un nódulo o bulto nuevo en la mama o en la axila; aumento del grosor de la piel o del tamaño de una parte de la mama, piel de naranja, irritación, hundimiento, enrojecimiento o descamación, y secreciones en la mama que no sean de origen lácteo. Son signos de alerta que deben hacernos sospechar que algo anda mal, y en ese contexto, es importante que inmediatamente se acerquen a su centro de salud de atención primaria más cercano, que, en el caso de nuestra región, son los Cecosf, Cefam y Postas de Salud Rural”, detalló la Seremi de Salud Aysén, Carmen Monsalve Gómez.

La autoridad sanitaria enfatizó la importancia de conocer nuestro propio cuerpo y de realizar el autoexamen mamario desde temprana edad. “Es recomendable que las mujeres y también los hombres desde la

## Mes de sensibilización: Doce mujeres fallecieron en 2023 por cáncer de mama

• **La realización de exámenes preventivos periódicos y un estilo de vida saludable son parte de las recomendaciones para disminuir las probabilidades de contraer esta patología.**

adolescencia sepan realizarse el autoexamen de mama, para estar alerta frente a algún cambio en la forma o textura de la mama”, sostuvo.

En ese sentido, la Seremi de Salud hizo hincapié en que el cáncer de mama está contenido dentro de las Garantías Explícitas en Salud (GES), considerando procedimientos de diagnóstico, tratamiento y seguimiento.

“Se considera también la sospecha, que puede ser desde un informe de mamografía alterado hasta una sospecha clínica. Por eso es tan importante consultar, porque frente a los signos es muy probable que se active la sospecha y por ende la garantía GES. Es muy importante mencionar que la persona identificó un cambio en su mama y que por eso se realiza la consulta”, precisó la autoridad sanitaria.

#### Prevención

En lo que respecta a factores protectores, la autoridad sanitaria destacó la importancia de un estilo de vida saludable para evitar las enfermedades no transmisibles como el cáncer. Por ejemplo, está comprobado que las mujeres que realizan entre 3 y 4 horas de ejercicio a la semana tienen un 30% menos de riesgo de desarrollar cáncer de mama.

“También debemos evitar el consumo de ciertas sustancias, como alcohol y cigarrillo. Evitar el exceso de peso, ya que tener un peso saludable disminuye el riesgo de padecer esta y otras enfermedades no transmisibles. En el caso del cáncer de mama, es muy importante llevar al día los controles de salud”, indicó la Seremi de Salud.

#### Toma de mamografías

En lo que respecta a toma de mamografías, las mujeres entre 50 y 59 años no necesitan orden médica, pero deben acudir a su Cefam para actualizar la solicitud de horas y su continuidad de proceso, todo esto en el contexto del Examen Médico Preventivo.

En ese sentido, dentro de las estrategias implementadas por el Servicio de Salud Aysén (SSA) para optimizar la resolutivez de este examen y así pesquisar tempranamente un eventual cáncer, está el mamógrafo móvil, que recorrerá diversas localidades de la región durante los próximos meses, resolviendo más de 650 mamografías en lo que queda del año.



“El mamógrafo móvil estará visitando distintas localidades para sacar lista de espera. Coyhaique, Balmaceda, Valle Simpson, El Blanco, Melinka, Repollal, Puerto Aguirre, Caleta Andrade y Estero Copa”, precisó Juan Pablo Bravo, director del Servicio de Salud Aysén.

El director del SSA destacó que esta estrategia se suma a la implementación de 6 mamógrafos en la región, los que se encuentran en pleno funcionamiento en los hospitales de Coyhaique, Puerto Aysén, Puerto Cisnes, Cochrane y en la clínica municipal de Chile Chico, enfatizando la importancia de que las mujeres que se encuentren a la espera de este examen deben acercarse a sus respectivos establecimientos de salud para mantener sus datos actualizados, y así dar mayor celeridad al proceso de contacto de quienes se encuentren en lista de espera.

“Las personas que estén en lista de espera estarán siendo contactadas por sus respectivos establecimientos de salud. Recordar también que las personas entre 50 y 59 años pueden hacerse este examen preventivo directamente, y las que estén fuera de este rango etario, deben ser derivadas por su centro de atención primaria más cercano”, explicó Juan Pablo Bravo, agregando que es importante “actualizar datos y dirección, ya que esto nos va a permitir contactarlas de mejor manera y ser más resolutivos”.