

## Cáncer de mama: una enfermedad que se puede diagnosticar a tiempo

Por: **Dra. Marcia Valenzuela**  
Cirujana de mama de Clínica Santa María

El cáncer de mama es una de las enfermedades más comunes entre las mujeres, pero también una de las más prevenibles si se detecta a tiempo. Según la Dra. Marcia Valenzuela, cirujana de mama de Clínica Santa María, existen creencias erróneas sobre los factores de riesgo, lo que puede retrasar la detección y tratamiento temprano de la enfermedad.

“Una de las creencias más comunes es pensar que, si no hay antecedentes familiares de cáncer de mama, no se está en riesgo. Esto no es cierto. La mayoría de los cánceres de mama ocurren de manera esporádica, sin una

causa hereditaria,” explica la Dra. Valenzuela. Por esta razón, toda mujer, independientemente de su historial familiar, debe realizar sus chequeos regulares.

La especialista también enfatiza la importancia del seguimiento constante en las pacientes que ya han sido diagnosticadas: “Aquellas que han tenido cáncer de mama deben permanecer en control durante toda su vida, ya que aunque el riesgo de recurrencia es bajo, siguen siendo un grupo especial en cuanto al seguimiento médico.”

Existen factores de riesgo tanto modificables como no modificables. “El factor de ries-

go más importante es ser mujer, ya que el cáncer de mama afecta mucho más a las mujeres que a los hombres,” agrega la Dra. Valenzuela. La edad también juega un rol clave, ya que el riesgo aumenta a partir de los 40 años, incrementándose aún más después de los 50.

Por último, la doctora subraya la relevancia de los factores de riesgo modificables: “Mantener un estilo de vida saludable es crucial. Hacer ejercicio regularmente, evitar el tabaco y reducir el consumo de alcohol pueden contribuir a disminuir el riesgo de desarrollar cáncer de mama.”