

Octubre es el mes de la concientización

Cáncer de mamas, una pesadilla que puede tener un buen despertar

Por Paulina Pérez D.
dialogo@iglesiadeconcepcion.cl



Cada 19 de octubre se conmemora el Día Internacional de lucha contra el cáncer de mamas. Si bien el anhelo mundial es minimizar las cifras de pacientes que padecen este mal, el llamado es a tener esperanza, sin dejar de lado la posibilidad de una recuperación real y positiva. Un mal sueño que sí puede tener final.

Claro que es de temer. En Chile, solo el año 2023 fallecieron 2 mil 263 mujeres por cáncer de mama, lo que representa un aumento del 12,87% en comparación con 2022 (cifras del Departamento de Estadísticas e Información de Salud del Ministerio de Salud). Sin embargo, y acorde a lo difundido en la última década por las intensas campañas realizadas por instituciones relacionadas con la salud, la detección precoz puede prevenir el que 9 de cada 10 mujeres tengan la posibilidad de sobrevivir (según sostiene la Fundación Arturo López Pérez).

Una de esas mujeres es Ana María Sau Reyes, superviviente de la enfermedad y gestora de la Corporación "Anhelo de Mujer", quien desde el día cero no dejó que el diagnóstico comunicado por su mastólogo la derrotara. "Era el cáncer de mamas más agresivo y

complicado, triple negativo. Pero, sinceramente, no tuve un sentimiento de miedo. No pensé en la muerte, más bien sentí ansiedad e incertidumbre por saber qué debía hacer, como sería este proceso". Ana María tenía entonces 47 años, estaba separada, con dos hijos, y dedicada plenamente a su trabajo. "No quería pensar en dejar nada de lo que tenía. Es más, no lo hice", acota.

Por ende, enfrentó el tratamiento de manera muy positiva, sin cuestionarse si quiera en qué pasaría si no funcionaba. "Pensé, después de haber pasado por muchos exámenes, que la operación sería suficiente, pero finalmente el médico me hizo ver que los tratamientos de quimioterapia y de radioterapia eran, por mi edad, la mejor opción". Y es allí donde la prevención se tornó fundamental. "El diagnóstico final fue cáncer de mamas

triple negativo etapa dos, sin metástasis ni compromiso de ganglios. Como siempre fui cuidadosa en hacerme mis controles anuales, lo hallamos en etapa inicial".

En esta lucha, el equipo médico resultó un pilar fundamental. "Luego de las primeras intervenciones, me realicé controles cada tres meses (al inicio), luego, cada seis meses, durante cinco años, y solo entonces el médico pudo concluir que la enfermedad ya estaba ausente. En mi caso fue un momento muy especial, de mucha alegría para ambos", expresa.

¿C cambió su vida? Después de superar y sobrevivir a un cáncer, siempre estarán presentes la inseguridad y el temor, lo que disminuye con el tiempo. "Sabes que es una segunda oportunidad en tu vida, y tratas de disfrutarla cada día, viendo las cosas más simples", manifiesta Ana María, quien hoy se desempeña como coordinadora de Registro Curricular en la Universidad del Alba, sede Santiago. Y agrega, con gratitud, que su experiencia con los tratamientos no fue de tanto sufrimiento, como les ocurre a otras mujeres. "Recibí 16 radioterapias

y 15 quimioterapias y nunca me sentí tan mal. No padecí de los efectos que produce el tratamiento, lo que atribuyo a que fui siempre muy positiva: seguí trabajando y realizando actividades diarias sin pensar en que iba a morir". Recalca también que el apoyo emocional es fundamental, junto con lo económico, lo nutricional, entre muchos otros flancos.

Lo fundamental: cómo prevenir, hoy

Ivonne Riquelme Espinoza, matrona especialista en ginecología, destaca el screening preventivo del cáncer de mama como puntapié inicial. "Dentro de los exámenes destacan los imagenológicos, como las mamografías con tomosíntesis, Ecografías mamarias, mamografías con contraste y resonancia nuclear magnética de mamas, con contraste, siendo la mamografía el más importante de ellos, ya que es clave en la detección precoz de la enfermedad para así disminuir la morbilidad asociada a la enfermedad", indica.

La también directora de Obstetricia de la Universidad San Sebastián Concepción

En Chile, solo el año 2023 fallecieron 2 mil 263 mujeres por cáncer de mama, lo que representa un aumento del 12,87% en comparación con 2022.



Ivonne Riquelme, directora de Obstetricia USS.

destaca que la mamografía es actualmente muy accesible, ya que desde abril de 2023 es un examen eximido del requisito de orden médica en mujeres entre 50 y 59 años, y además exige permiso a los empleadores para que faciliten que las trabajadoras se lo realicen sin descuento de sueldo (según lo explicita el Código del Trabajo, que otorga un permiso de medio día laboral).

Ivonne Riquelme repasa además algunos factores de riesgo, y otros protectores, que igualmente se deben considerar. “Por un lado se debe descartar el consumo de sustancias nocivas, como el tabaco y el alcohol, y por otro, fomentar los hábitos de vida saludables, como la alimentación equilibrada y actividad física”. El sobrepeso también resulta nocivo.

¿Qué pasa cuando hay hallazgos tras los exámenes? “En la atención primaria de salud, resultados como los BI-RADS 4 y 5 (categorías de un sistema de clasificación internacional que se usa para describir los resultados de imágenes mamarias, y que indican sospecha de cáncer) deben ser notificados. O sea, se esperaría que desde el centro de salud se contacten a la paciente, además de realizar la derivación como patología GES a la atención secundaria, para realizar el diagnóstico. Y en caso de confirmar la patología, se continúa con el tratamiento y seguimiento”, agrega la también magíster en sexualidad humana. “No obstante es necesario que cada persona sea responsable con su salud y acuda a la revisión de sus exámenes, que muchas veces deben ser complementados con otros”.

Dentro de las medidas empleadas en el

tratamiento contra el cáncer se incluye la extirpación de tejidos “enfermos”, lo que afecta la anatomía de la mujer y, como consecuencia, su autoestima. Sin embargo, cada vez se estilan mejores tipos de cirugías de reconstrucción. “Se clasifican de acuerdo con los tiempos de intervención. Las que se realizan junto al tratamiento oncológico se denominan “cirugías de primer tiempo”, es decir, se opera la mama con un fin terapéutico y, al mismo tiempo, se reconstruye. En éstas destaca la “onco plástica round block”, “una mastectomía parcial con o sin conservación del complejo areola pezón”, clarifica Ivonne Riquelme. Y además existe la mastectomía total, que con el tiempo se puede reconstruir con implante o con expansor. “Las cirugías de segundo tiempo son aquellas que se realizan posterior a la cirugía terapéutica, luego de haber operado a la paciente para extirpar el tumor o la mama. Se ubica un expansor en la zona intervenida, que crea un espacio, para luego poner la prótesis o realizar lipofilling, que es aquella intervención en la que se usa la propia grasa del cuerpo para remodelar o dar volumen a la mama; recambio de prótesis extruidas o colapsadas, y TRAM, en el que se utiliza un colgajo del músculo cutáneo del abdomen en la zona torácica o mamaria”, precisa.

Remar, para superar

Veinticuatro años tenía Mariana Fernández Oñate, educadora diferencial, cuando debió enfrentar el diagnóstico de cáncer de mamas. Poseedora del síndrome de Li-Fraumeni, que la hace propensa a desarrollar diferentes tipos de cáncer, debió superar la enfermedad con singulares limitaciones, como quimioterapias y radioterapias “especiales”. Luego de padecer la enfermedad, su vida cambió.

“Siempre quise hacer deportes, y busqué qué podía relacionar al cáncer con la actividad competitiva. Di con el twitter de unas argentinas que competían en remo, y contacté a la referente nacional, Mónica Hernández, para ver cómo iniciar una actividad náutica en Puerto Varas”, comenta. De una iniciativa así de personal nació el grupo

“Por un lado se debe descartar el consumo de sustancias nocivas, como el tabaco y el alcohol, y por otro, fomentar los hábitos de vida saludables, como la alimentación equilibrada y actividad física. El sobrepeso también resulta nocivo”.

Ivonne Riquelme, directora de Obstetricia USS.

“Remadoras Rosa de los Vientos”, que reúne a supervivientes de cáncer de mamas que se dedican al remo recreativo y terapéutico.

“Nos ejercitamos en el Club Náutico de la Pichilaguna de Llanquihue, Los Lagos, con el apoyo del Club Náutico, que nos permite el acceso a laguna, nos facilita canoas polilínicas y nos presta chalecos salvavidas, todo para remar bajo la instrucción de Carmen Gloria Bustos”, cuenta Mariana.

El porqué de esta práctica tiene sustento científico. “El doctor Don Mckenzie, de la Universidad de British Columbia, sostiene

que el remo evita la aparición del linfedema, hinchazón que se presenta a las pacientes operadas de vaciamiento de ganglios linfáticos producto de una intervención por cáncer. Así es que, cerca de 30 mujeres se sumaron a este esfuerzo, que hoy da sus frutos”, narra la educadora.

Pero no solo es remar. “Nos apoyamos. Nos contamos experiencias, compartimos, se crea un ambiente cálido en el que intercambiamos experiencias. A veces, por mal tiempo, no podemos remar, pero igualmente nos reunimos para compartir”, confiesa la deportista.

