



## Octubre: Mes del cáncer de mama

Claudia Fuentes Riveros  
directora@latribuna.cl

El cáncer de mama es una de las enfermedades más comunes en las mujeres en todo el mundo. Es más, en 2023 fallecieron 2.263 mujeres por cáncer de mama, el mayor número de muertes por este cáncer según el Ministerio de Salud. Afortunadamente, los tratamientos han mejorado significativamente en los últimos años, lo que ha llevado a una mayor tasa de supervivencia.

Actualmente esta enfermedad por sí misma es grave, pero cuando se detecta a tiempo no representa una sentencia de muerte. Al contrario, con el tratamiento adecuado, la mayoría de las pacientes con cáncer de mama pueden sobrevivir a la enfermedad.

Es por ello, que durante todo el año y con especial énfasis en el mes de octubre se refuerzan las campañas de concientización sobre el cáncer de

mama, instancia crucial para reflexionar sobre la importancia del autocuidado y el papel fundamental de las políticas públicas en la prevención de esta enfermedad.

El autocuidado implica tomar conciencia de nuestro cuerpo y realizar acciones que favorezcan nuestra salud. En el caso del cáncer de mama, esto incluye desde la autoexploración regular hasta la adopción de hábitos saludables que pueden reducir el riesgo de padecerlo. Detectar cambios en los senos, como bultos o alteraciones en la piel, y acudir al médico de forma oportuna es esencial. Pero también es importante promover el conocimiento sobre los factores de riesgo, como el tabaquismo, el sedentarismo o la obesidad, y fomentar una vida activa y equilibrada.

El autocuidado, sin embargo, no es una responsa-

bilidad exclusiva de la mujer. Para que sea efectivo, se requiere acceso a la información y a servicios de salud de calidad, algo que no todas las mujeres tienen. Aquí es donde las políticas públicas desempeñan un papel vital.

La prevención no debe ser un lujo ni un privilegio, sino un derecho accesible para todas las mujeres. Las políticas públicas enfocadas en la salud de la mujer deben priorizar el acceso equitativo a programas de detección temprana, como las mamografías, que son clave para identificar el cáncer en etapas iniciales, cuando es más tratable.

Además, estas políticas deben incluir campañas de concientización que lleguen a todas las capas de la sociedad, especialmente a aquellas mujeres que, por factores socioeconómicos o culturales, tienen menos acceso a la información y los servicios de salud.

En definitiva, la prevención del cáncer de mama requiere un enfoque integral que combine el autocuidado personal con políticas públicas sólidas y equitativas, que se den a conocer ampliamente en la sociedad. Analizarlo en este contexto, visibilizarlo y tomar acción, son las claves para que una enfermedad tratable, no se convierta en una causa de muerte, por falta de acceso o de información. En este último punto, como medios cumplimos un rol clave, no sólo en octubre, sino que todo el año.