

TESTIMONIO



“El autocuidado de hacerse la mamografía es quererse”



Michelle Arellano dejó pasar seis años sin hacerse este examen. Cuando le diagnosticaron cáncer de mama, inició un tratamiento que fue exitoso, pero también un proceso de sanación interna.

Michelle Arellano trabaja en un puesto ejecutivo en un banco, tiene 4 hijos -entre 23 y 11 años- y siempre ha practicado mucho deporte, incluso artes marciales. Y cuando supo que tenía cáncer de mama, su mundo siguió andando; no cayó en la cuenta de lo que implicaba su diagnóstico hasta su segunda sesión de quimioterapia. Antes de eso, dice, “estaba en un nivel de inconsciencia absoluta”.

A ese estado atribuye también el hecho de que hubiera dejado pasar seis años -y no tres, como ella pensaba- sin hacerse la mamografía. Incluso sabiendo que debía controlarse semestralmente por unos quistes que solían aparecer y que ya se había operado dos veces.

“Yo soy un ejemplo de lo que el descuido y la espera generan. ¿En qué minuto se pasaron seis años? Puede haber muchas explicaciones: los niños, la casa, el trabajo... Pero la verdad es que igual tuve tiempo para ir a hacerme el pelo, al gimnasio o a tomarme un café con alguna amiga, ¿por qué hubo tiempo para eso y no para pedir hora para un examen?”.

Un día por casualidad palpó algo raro. Tuvo la esperanza de que fuera uno de sus antiguos quistes -“no sabía si lo tenía porque hasta ponerme crema lo hacía apurada”, pero se dio cuenta de que era algo diferente. Se hizo los exámenes rápidamente y el diagnóstico fue un cáncer agresivo (triple

negativo) que se había extendido a los ganglios. Habría que hacer quimioterapia y radioterapia, tras las cuales se sometió a una cirugía.

El proceso que inició entonces fue para Michelle muy parecido a lidiar con el mar: “Cuando era chica me revolcaban mucho las olas; cuando me golpeaban trataba de resistir, pero me volvían a botar. Ya grande empecé a bucear, y ahí me enseñaron que es muy agotador pelear con la corriente, tienes que dejar que te lleve. Con mi tercera quimioterapia, un día me sentí tan mal que creía que me iba a desmayar, temblaba, pero no podía permitirme estar así, quizás quedaba tirada ahí, mis niños podían encontrarme... Una resistencia espantosa; hasta que algo me dijo ‘ya no pelees, deja que esto fluya y te sane’. Y desde ese minuto, pude recuperarme un poco”.

Ha pasado casi un año desde que Michelle completó exitosamente su tratamiento en FALP, hasta donde había llegado por la recomendación de personas cercanas a ella que incluso le consiguieron su primera hora, acto que hoy agradece mucho. Al igual que valora la atención de sus médicos tratantes, que la guiaron en su camino terapéutico, a la vez que ella se entregaba a un proceso de sanación que era también interno.

“Mis hijos siempre habían visto a una mamá super trabajadora, que nunca se daba espacio para descansar, a la que jamás le dolía nada. Pero caerse es legítimo, lo que no quiere decir que después no te levantes. Hay que hacerse cariño para dar un paso más y seguir caminando. Finalmente, el autocuidado, como hacerse la mamografía, significa quererse, tener amor por el cuerpo que te contiene. Todo esto que parece tan lógico, para mí no lo era; y ahora es lo que trato de recordar”.

Menos excusas, más detección: la clave para tratar a tiempo un cáncer de mama

Poner la salud en primer lugar, realizando oportunamente la mamografía para el diagnóstico temprano de la enfermedad, es el llamado que se hace a las mujeres.

Como cada año, octubre será el mes en que a lo largo del mundo se creará conciencia en torno al cáncer de mama, resaltando la importancia de realizar las acciones que lleven a una detección precoz: para 9 de cada 10 mujeres esta es una enfermedad curable si es que se diagnostica tempranamente.

“La clave es, ojalá, encontrar las lesiones antes de que se palpen, por medio de exámenes de imágenes”, dice el Dr. Badir Chahuán, jefe del equipo de Cirugía Oncológica y Reconstructiva de Mama de FALP.

“Menos excusas, más detección” es el mensaje primordial en este 2021, alentando, justamente, a acudir a realizarse los exámenes que permitan encontrar la enfermedad a tiempo y mejorar su pronóstico.

“Las mujeres en Chile hacen todo muy bien, pero en general descuidan su salud. Muchas dejan pasar 3 a 5 años sin controlarse, y algunas nunca se

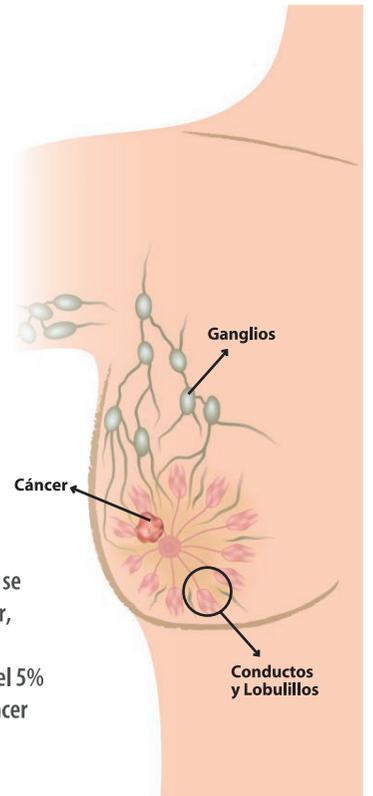
han hecho una mamografía porque les da miedo encontrar algo. Esa es la mentalidad que queremos cambiar, las mujeres deben entender que su salud está primero”, agrega el especialista.

¿Qué hacer entonces? Todas las mujeres sobre 40 años deben realizarse una mamografía anual, aunque no existan antecedentes de cáncer de mama en su familia. Si los hubiera, deben empezar con los controles 10 años antes de la edad en la que su familiar fue diagnosticada. “La mamografía es el único examen que ha demostrado disminuir la mortalidad por cáncer de mama”, afirma.

El autoexamen de mamas, en tanto, no reemplaza a la mamografía, pero es importante como herramienta de conocimiento que permitirá identificar alguna alteración—como protuberancias o cambios en la piel— y consultar con un médico. Es especialmente útil en el caso de las mujeres más jóvenes, que por edad aún no entran en el rango de la mamografía.

¿Qué es el cáncer de mama?

- El cáncer de mama es el tumor más común entre las mujeres y consiste en el crecimiento descontrolado de células malignas en la glándula mamaria.
- Los tumores mamarios más comunes son el carcinoma ductal, que se origina en los ductos que drenan leche, y el lobulillar, que comienza en los lobulillos que producen la leche materna.
- La mayoría de los cánceres de mama se considera de tipo esporádico, es decir, ocurre en pacientes que no tienen antecedentes familiares. Solo entre el 5% y 10% de los casos corresponde a cáncer de mama hereditario.



Autoexamen de mamas

- 1 Frente a un espejo, levanta los brazos sobre la cabeza y observa algún cambio en el aspecto de tus mamas.**
- 2 Levanta el brazo izquierdo y con la mano derecha revisa el hueco de la axila buscando bultos. Repite el procedimiento con la otra mama.**
- 3 Examina cada mama con la yema de tus dedos:**
 - En forma circular, de acuerdo a las manecillas del reloj.
 - De adentro hacia afuera.
 - De arriba hacia abajo.
- 4 Recuéstate sobre la cama y repite la misma operación en ambas mamas.**

40 años

es la edad para comenzar a hacerse la mamografía anual. Se debe empezar antes si existen antecedentes familiares de cáncer de mama a edades precoces.

95%

o más

es la tasa de curación si se detecta precozmente, sin el compromiso de ganglios.

20 años

es la edad en que toda mujer debería comenzar a realizar periódicamente el autoexamen de mamas.

Señales

Observe las mamas y pezones buscando:

Factores de riesgo

Generales	
A mayor edad aumenta el riesgo.	Sobrepeso y obesidad: IMC > 25.
Primera menstruación antes de los 12 años.	Consumo excesivo de alcohol.
Menopausia posterior a los 55 años.	Algunas terapias de sustitución hormonal en la menopausia.
Primer embarazo después de los 30 años.	Nuliparidad (no haberse embarazado).
	Tabaquismo.
Hereditarios	
Predisposición familiar y genética.	Antecedentes familiares de cáncer de mama, ovario, páncreas, próstata y melanoma.

Radioterapia adaptativa se ajusta a cambios del tumor, optimizando posibilidad de cura

El Centro de Radioterapia Avanzada y Radiocirugía Robótica FALP puso recientemente en marcha el sistema Radixact X9 con Synchrony, equipo único de su tipo en Latinoamérica.

La radioterapia ha ido avanzando en su capacidad de precisión, entregando mayores dosis de radiación al tumor o lecho tumoral, y minimizando el daño a tejidos sanos. Para los pacientes oncológicos, esto se ha traducido en beneficios como una mayor eficacia de sus terapias y menos efectos secundarios. También en una reducción importante en el número de sesiones y duración de sus tratamientos ambulatorios, lo que es posible en centros seleccionados que cuentan con tecnología de vanguardia y un equipo especialista capacitado, como FALP.

Radioterapia inteligente

Radixact X9 con Synchrony representa el paso más avanzado en la modalidad de radioterapia conocida como tomoterapia o irradiación helicoidal (rotatoria), que consigue la mejor distribución de dosis y el menor alcance a tejidos sanos entre todos los aceleradores lineales existentes.



Atributos:

- 1 Capaz de irradiar volúmenes extendidos de hasta 1.6 m eliminando la necesidad de unir campos de irradiación.
- 2 Sigue los movimientos del tumor en tiempo real, reduciendo el tejido sano irradiado.
- 3 Se adapta en cada sesión a los cambios de tamaño del tumor, ajustando de manera inteligente y automática la dosis y el volumen a irradiar (radioterapia adaptativa).

Una importante técnica avanzada de radioterapia es la tomoterapia helicoidal, que, como explica el Dr. Pablo González, subdirector médico de Radioterapia del Instituto Oncológico FALP, “es la modalidad que consigue la mejor distribución de dosis y el menor alcance de irradiación a tejidos sanos”. Su versión más innovadora y actualizada es el sistema Radixact X9 con Synchrony, que el Centro de Radioterapia Avanzada y Radiocirugía Robótica de FALP sumó recientemente a su espectro de técnicas de vanguardia.

Uno de los atributos de la tomoterapia, y de Radixact en particular, es su capacidad para irradiar con precisión una zona amplia —de hasta 160 centímetros—, lo que beneficia la calidad en el tratamiento de determinados tumores.

El primer paso en un tratamiento habitual de radioterapia es una cuidadosa planificación mediante exámenes de imágenes, que determina cuál será la zona a irradiar y la dosis necesaria. Esa planificación se mantiene inalterable, hasta el fin del tratamiento, independientemente de los cambios experimentados por el tumor.

En este sentido, Radixact, primer equipo en Latinoamérica de su tipo, cuenta con características exclusivas que le permiten optimizar el tratamiento al adaptarse a las condiciones del tumor. Una de ellas es su sistema para seguirlo en tiempo real por medio de imágenes.

“Es posible que un tumor, producto de la respiración, se mueva durante una sesión de radioterapia. Con el sistema Synchrony de Radixact, que hasta ahora solo se encontraba disponible en nuestro equipo CyberKnife, se puede rastrear el tumor y reducir la cantidad de tejido sano irradiado”, dice.

Su capacidad adaptativa real es otra gran diferencia entre este nuevo equipamiento y el resto de los aceleradores. Con estos últimos, siempre se irradia el volumen determinado en la planificación inicial, aun cuando es posible que el tumor, producto de la misma terapia, vaya reduciendo su tamaño con el paso de las sesiones. “Radixact, en cambio, va ajustando y corrigiendo de manera automática, día a día, el volumen de tratamiento de acuerdo a las características del tumor en ese momento. Con esto, se optimiza la dosis de radiación al tumor y se reduce su alcance a tejidos sanos”, advierte el Dr. Pablo González.

Jaime Larenas, subgerente de Radioterapia, destaca que la incorporación de Radixact “viene a reforzar el rol social y fundacional de FALP, para dar acceso a tratamientos de radioterapia de la más alta calidad, con técnicas complejas y modernas. Sin embargo, no es suficiente para la alta demanda que estamos viviendo, y por lo tanto nos encontramos trabajando para la puesta en marcha de un segundo acelerador lineal en octubre, nuevos proyectos y más posibilidades para poder dar acceso a pacientes más vulnerables y a la red pública de salud”.

CONVENIO ONCOLÓGICO FONDO SOLIDARIO

▶ Protéjase a través de su empresa info.convenio@falp.org



COLABORACIÓN

Farmacias Ahumada realiza donación a programa FALP para pacientes oncológicos no GES

“Salvemos Vidas” ya ha ayudado a más de 170 pacientes a optar a un tratamiento gratuito.

En el marco de la alianza de colaboración con Fundación Arturo López Pérez (FALP), Farmacias Ahumada realizó una importante donación que será destinada para el programa “Salvemos Vidas”, iniciativa que busca ir en apoyo de pacientes con cáncer sin cobertura GES.

En la instancia participó la Gerente de Donaciones y Beneficencia, Soledad Neumann, y el Coordinador del Servicio de Cirugía Oncológica de FALP, Dr. Inti Paredes, junto a la Gerente de Recursos Humanos y representante de CSR, María Eugenia Errázuriz y el Gerente de Asuntos Regulatorios y Asuntos Públicos de Farmacias Ahumada, Patricio Huenchuñir. La ocasión incluyó un reconocimiento al área de captación de la institución, representada por la auxiliar de farmacia Karina Sallorenzo, por la importante labor que realiza en la recaudación de fondos para ir en apoyo de pacientes oncológicos.



Cabe destacar que el programa “Salvemos Vidas”, desarrollado por FALP desde mediados de 2020, ha ayudado a más de 170 pacientes con cáncer sin cobertura GES a optar a un tratamiento gratuito contra su enfermedad. La iniciativa busca transformarse en un programa permanente, para lo cual donaciones como la de Farmacias Ahumada resultan fundamentales.

RESPUESTA INMUNE

FALP iniciará investigación sobre vacunación Covid-19

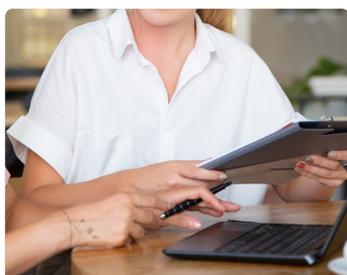


El Laboratorio de Investigación Traslacional de FALP prepara la realización de un estudio que busca cuantificar en el tiempo tanto la duración de la respuesta inmune frente a la vacunación como las posibles secuelas que podrían manifestarse en el futuro en aquellos individuos que se infectaron de Covid-19.

Entre los objetivos de esta investigación, se analizará la duración y el tipo de respuesta inmune luego de la inoculación, ya que los anticuerpos no son el único mecanismo con el cual el organismo se defiende

frente a esta infección. También son importantes las células que participan en la eliminación del virus, por lo que conocer qué tipo de respuesta se presenta y su duración ayudará a definir la efectividad del proceso de vacunación y compararlo con la respuesta generada en individuos infectados y luego vacunados. En segundo lugar, por medio del estudio de distintos marcadores presentes en la sangre, los investigadores buscan estimar si existen factores asociados a la infección que pudieran contribuir a desarrollar otras enfermedades, como cáncer de pulmón.

Convenio Oncológico



¿Qué ocurre en caso de que un afiliado haya sido diagnosticado con cáncer fuera de la Clínica FALP y tiene una biopsia? ¿Qué pasos debe seguir para no perder la cobertura oncológica?

El beneficiario debe solicitar hora médica en el Instituto Oncológico FALP dentro de las 48 horas después de recibida la confirmación o sospecha de un diagnóstico de cáncer en cualquier centro de salud del país. El especialista del Instituto Oncológico FALP será el encargado de confirmar el diagnóstico, indicar y realizar el tratamiento, y el posterior seguimiento de la enfermedad.

Contáctanos en el ☎ 800 24 8800.

GRACIAS A SU APOORTE, **CADA AÑO MÁS DE 30.000 CHILENAS** PUEDEN REALIZARSE UNA MAMOGRAFÍA GRATUITA



Hágase socio donaciones@falp.org