

CARTA AL EDITOR

Recomendaciones para la prevención del cáncer de mama y cérvicouterino en la Atención Primaria de Salud

Recommendations for the prevention of breast and cervical cancer in Primary Health Care

María José González Méndez ¹

¹ kinesióloga. Máster en Medicina Social y Administración de Salud. Doctora en Administración de Salud. Departamento de Atención Primaria y Salud Familiar. Facultad de Medicina. Universidad de Chile. Santiago. Chile.

Correo: maria.gonzalez.men@uchile.cl

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8160-7629>

En los últimos años la cantidad de casos y muertes por cáncer han aumentado en el mundo. En Chile, por muchos años la principal causa de muerte estaba dada por enfermedades de tipo cardiovascular o del sistema circulatorio. Sin embargo, según cifras del Departamento de Estadísticas e Información de Salud (DEIS), esta situación ha cambiado, y en algunos años las muertes por neoplasias han llegado a ocupar el primer lugar de la lista. ⁽¹⁾ En cuanto a los cánceres que afectan a mujeres, el cáncer de mama encabeza la lista de neoplasias malignas con mayor incidencia entre las chilenas de acuerdo con cifras del 2020, ⁽²⁾ y el cáncer

cérvicouterino (CaCu) ocupa el cuarto lugar. Ambos cánceres son estudiados, y se han identificado sus principales factores de riesgo. Según estudios, entre los factores de riesgo modificables relacionados con el desarrollo de cáncer de mama se encuentran la obesidad (IMC ≥ 30), nuliparidad, tabaquismo, consumo de alcohol, la exposición prolongada a estrógenos,⁽³⁾ el sedentarismo y las dietas en base a grasas saturadas.⁽⁴⁾ En cuanto al CaCu, la evidencia muestra que el principal factor de riesgo es el virus del papiloma humano (VPH), así como también el inicio de la vida sexual activa y embarazo a temprana edad, multiparidad, múltiples parejas sexuales, tabaquismo, el uso prolongado de anticonceptivos orales, y una alimentación baja en frutas y verduras, entre otros.^(5,6)

En 2023, la Agencia Internacional de Investigación sobre el Cáncer (IARC), junto a la Organización Panamericana de la Salud (OPS), lanzaron el Código Latinoamericano y Caribeño contra el Cáncer, ⁽⁷⁾ documento que recopila un grupo de 17 recomendaciones para los tomadores de decisiones, y 17 acciones que pueden realizar los individuos para prevenir distintos tipos de cáncer. Muchas de las acciones mencionadas en el texto, aluden a factores modificables relacionados con los estilos de vida de las personas, tales como dejar de fumar, mantener un peso saludable, realizar actividad física, y mantener una dieta adecuada, entre otros. Y es que se ha comprobado que estos factores pueden prevenir un tercio de los cánceres más comunes. ⁽⁸⁾ El conocimiento y manejo de estos factores en el contexto de la Atención Primaria de Salud (APS), es

fundamental, si se considera el enfoque integral que ésta tiene y su rol esencial en la promoción de la salud y prevención de enfermedades.

Entre las 17 recomendaciones que aparecen en el texto de la OPS, se hace referencia específica a la detección temprana del cáncer de mama y CaCu. En cuanto al primero, el documento recomienda; asegurar una oferta de mamografías de calidad y exámenes clínicos mamarios, desincentivar el uso del autoexamen mamario; garantizar el diagnóstico y el tratamiento oportuno de pacientes con mamografías o exámenes clínicos alterados; y adoptar las recomendaciones de tamizaje y diagnóstico temprano en personas con alto riesgo de desarrollar cáncer de mama. En Chile, las mujeres mayores de 40 años deben realizarse una mamografía anual para detectar la enfermedad de manera oportuna, la cual es gratuita en la APS para aquellas que son parte del sistema de salud estatal. Además, quienes tengan entre 50 y 59 años, pueden acceder sin costo a una mamografía cada tres años, sin importar el sistema de salud al que pertenezcan. En cuanto al CaCu, las recomendaciones de OPS sugieren que al menos el 70% de las personas de sexo femenino mayores de 30 años sean tamizadas con una prueba de alto rendimiento, como la prueba del Virus Papiloma Humano (VPH), por lo menos dos veces en la vida, una antes de los 35 años y una segunda antes de los 45 años; Asegurar que el 90% de las pacientes con lesiones precancerosas o cáncer de cuello uterino reciban tratamiento; y asegurar la disponibilidad de pruebas de detección temprana, de triaje, de diagnóstico, tratamiento y seguimiento, según el programa nacional. En

Chile, la vacuna del VPH es parte del Programa Nacional de Inmunización, para niñas y niños de entre 9 y 13 años. Además, en la APS, de manera gratuita se realiza como técnica de tamizaje el Papanicolau (PAP) a mujeres de entre 25 y 64 años.

Según las recomendaciones expuestas en el documento de la OPS, surge la pregunta ¿qué tan fundamental es la APS para llevar a cabo estas acciones y recomendaciones en la prevención del cáncer de mama y CaCu? Es indudable que la APS es esencial para realizar cada una de las indicaciones y acciones propuestas. La APS tiene la responsabilidad de mantenerse a la vanguardia para responder de manera efectiva a las crecientes demandas de la población que se atiende en el sistema público. La APS no sólo está relacionada con aquellas 17 recomendaciones que se dirigen a los tomadores de decisiones y al sistema sanitario en general, sino que también tiene directa relación con promover esas 17 acciones vinculadas a cambios de estilos de vida individuales. Esto, convierte a la APS en una pieza clave en la prevención del cáncer, y que tiene un rol mucho antes de la detección de la enfermedad; comienza en las primeras atenciones de cualquier usuaria que consulta y donde algún profesional del equipo pesquisa factores de riesgo modificables con la capacidad de alterar el bienestar de esa persona; en las actividades de promoción que realizan los profesionales en los centros de salud y/o en la comunidad; en los análisis de las familias con factores de riesgo y hábitos poco saludables. Incluso, esta concienciación podría partir en programas de infancia y lactancia, ya que estudios muestran a

la lactancia materna como un factor protector del cáncer de mama. ⁽⁹⁾ A partir de esto es posible preguntarse, ¿es la APS consciente de su gran relevancia en la prevención del cáncer? De acuerdo con las alarmantes alzas de las tasas de cáncer en nuestro país es fundamental, más que nunca, empoderar y concienciar a los profesionales de la APS acerca de su rol elemental en la prevención del cáncer en la mujer, y que parten desde la promoción de salud y no sólo desde el inicio de la sintomatología o del tamizaje.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Departamento de Estadísticas e Información en Salud D. Defunciones y Mortalidad por causa y año (1990-2020) [Internet]. Departamento de Estadísticas e Información en Salud. [citado 20 de diciembre de 2023]. Disponible en: www.deis.cl
2. Sung H, Ferlay J, Siegel RL, Laversanne M, Soerjomataram I, Jemal A, et al. Global cancer statistics 2020: GLOBOCAN estimates of incidence and mortality worldwide for 36 cancers in 185 countries. *CA Cancer J Clin.* 2021;71(3):209–49.
3. Moncada-Madrado M, Aranda-Gutierrez A, Isojo-Gutiérrez R, Issa-Villarreal ME, Elizondo-Granillo C, Ramos-Reyes Á, et al. Factores de riesgo modificables del cáncer de mama: una comparación entre mujeres menores y mayores de 40 años. *Ginecol Obstet Mex.* 2020;88(3):131–8.
4. Anaya CAO, Ronquillo HAC, Sierra JCG. Dieta, obesidad y sedentarismo como factores de riesgo del cáncer de mama. *Rev Cuba Cirugía.* 2015;54(3):274–84.
5. Instituto Nacional del Cáncer. Causas, riesgos y prevención del cáncer de cuello uterino [Internet]. <https://www.cancer.gov/>. [citado 23 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://www.cancer.gov/espanol/tipos/cuello-uterino/causas-factores-riesgos-prevencion>
6. Ochoa Carrillo FJ, Guarneros de Regil DB, Velasco Jiménez MT. Infección por virus del papiloma humano en mujeres y su prevención. *Gac Mex Oncol* [Internet]. 2015;14(3):157–63. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1665920115000607>
7. Organización Panamericana de Salud. Código Latinoamericano y Caribeño contra el Cáncer [Internet]. 2023. Disponible en: www.paho.org
8. International WCRF. Recommendations and public health and policy implications [Internet]. 2018. Disponible en: www.wcrf.org
9. Stordal B. Breastfeeding reduces the risk of breast cancer: A call for action in high-income countries with low rates of breastfeeding. *Cancer Med.* 2023;12(4):4616–25.