Día del cáncer y la importancia de la prevención

Por Dra. Elsa Cabrera
Directora carrera de Medicina U. Central

Cada 4 febrero es el día mundial del cáncer y esta palabra se hace presente en nuestras vidas con preocupación y miedo. Según lo reportado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), esta enfermedad es la principal causa de muerte en el mundo. En 2020 se le atribuyó aproximadamente 10 millones de defunciones y la carga de enfermedad producida por cáncer continúa creciendo a nivel mundial. Esto ejerce una enorme presión física, emocional y financiera en las personas, familias, comunidades y en los sistemas de salud.

En Chile, la incidencia y mortalidad por cáncer continúan creciendo, por primera vez el año 2019, de acuerdo a lo indicado por el Instituto Nacional de Estadísticas (INE), se transformó en la primera causa de muerte en nuestro país.

En la actualidad, el número de muertes por cáncer sigue aumentando debido, entre otros factores, al envejecimiento de la población. Sin embargo, frente a este escenario preocupante, también es importante destacar que en las últimas décadas se han desarrollado terapias que dan cuenta de un cambio en las posibilidades de curación y en los tiempos de supervivencia de muchos tipos de cáncer. Hay que resaltar que cada paso alcanzado y acumulado ha llevado a cambiar de manera notable el pronóstico y la calidad de vida de muchos pacientes con cáncer.

Si se analizan todos los tumores malignos, a principios de los años 80, la sobrevida a cinco años del diagnóstico apenas superaba el 45%, mientras que hoy se aproxima al 65%, son muchos los pacientes que se han beneficiado de este tremendo

desarrollo que viene de la mano, entre otros, del crecimiento en la medicina de precisión.

Es importante recalcar también que entre el **30 y el 50% de todos los casos de cáncer se pueden prevenir**. Cerca de un tercio de las muertes por cáncer se deben a los cinco principales factores de riesgo de estilos de vida y dietéticos: **consumo de tabaco y alcohol, índice de masa corporal elevado, ingesta reducida de frutas y verduras y falta de actividad física**. Según datos publicados por la OMS, cerca 1/3 de las muertes por cáncer son debidas al tabaco, las infecciones(Helicobacter pylori, virus de la hepatitis B, virus de la hepatitis C, papilomavirus, virus Epstein-Barr, por mencionar algunos), el alcohol, el sedentarismo y las dietas inadecuadas. Por otro lado, también es necesario destacar que hasta 20% de los cánceres se deben a agregación familiar y 5-10% por portación de genes heredables de riesgo de cáncer. A través de la asesoría genética se puede evaluar si tiene un riesgo de gen heredable de cáncer y orientar en el examen necesario.

Comprometámonos a fortalecer acciones destinadas a mejorar la atención de calidad, incluida la prevención, screening, diagnóstico precoz, tratamiento y los cuidados paliativos.