

A circular portrait of a woman with dark hair, wearing a red scarf and a patterned top, looking directly at the camera.

Las mujeres menores de 40 años también pueden sufrir cáncer de mama

Betzabé Torres desarrolló esta enfermedad,
a pesar de tener tan solo 32 años.

Salud

CLÍNICA UANDES



Clínica
Universidad
de los Andes

Publicación de Clínica Universidad
de los Andes - Octubre 2017

Testimonio



“ No tenía la edad de riesgo y tampoco antecedentes familiares ”

Betzabé Torres desarrolló cáncer de mama, a pesar de tener tan solo 32 años.

Betzabé Torres es kinesióloga, está casada y es madre de dos niños, uno de 13 y otro de dos años y medio.

“Hace un año estaba un día jugando con mi hijo y él me pegó sin querer en la mama derecha. Como me quedó doliendo más de la cuenta, me acosté, me toqué y sentí una masa. No era algo redondo, era una masa, algo raro”, recuerda Betzabé. Sin dudarle y sin sospechar qué era lo que tenía, fue al ginecólogo. Le hicieron una ecografía mamaria y le recomendaron consultar con un especialista en mama. Fue con estos antecedentes que llegó a Clínica Universidad de los Andes, donde fue evaluada por el Dr. Luis Matamala y el equipo de Cirugía Oncológica de Mama, conformado por la Dra. Julieta Robin y la Dra. Verónica Mariani, quienes luego de realizarle una biopsia, determinaron el diagnóstico: carcinoma ductal infiltrante, el tipo más común de cáncer de mama. “No lo podía creer. No tenía la edad de riesgo y tampoco antecedentes familiares; jamás pensé que iba a tener cáncer. De un día para otro me cambió la vida totalmente”, señala Betzabé. La Dra. Verónica Mariani cuenta que “Betzabé

tenía un cáncer de mama multifocal, que significa que había más de un tumor en su mama derecha. En este caso los tumores se encontraban cercanos entre sí, y si bien ninguno era exageradamente grande, la suma de sus tamaños hacía muy difícil la opción de hacer una cirugía y conservar la mama. Se discutió el caso en el Comité Oncológico de la Clínica y se decidió partir por la quimioterapia con la esperanza de reducir el tamaño de los tumores, que fue lo que efectivamente pasó”. El tratamiento consideró 15 sesiones de quimioterapia, tras las cuales se realizó una cirugía en que se extirpó sólo el área de tejido en que se encontraba el tumor, manteniendo la forma y tamaño de la mama, con una cicatriz casi imperceptible. La biopsia del ganglio centinela, ubicado a la entrada de la axila, mostró que las células tumorales no se habían extendido. Hoy el cáncer ha desaparecido. Sin embargo, Betzabé debe iniciar las sesiones de radioterapia y hormonoterapia. “Esta enfermedad me cambió. Yo me enfermé por algo. Hoy soy mucho más feliz que antes y vivo más plenamente”, finaliza.

Dra. Verónica Mariani M. **Cirugía Oncológica - Mama**

Médico Cirujano por la Pontificia Universidad Católica de Chile y especialista en Cirugía General por la Universidad de Chile. Especializada en Cirugía Oncológica de Cabeza y Cuello por la misma casa de estudios.



Dra. Julieta Robin D.

Cirugía Oncológica - Mama
Médico Cirujano por la Universidad de Buenos Aires y especialista en Cirugía General por el Hospital Italiano de Buenos Aires. Especializada en Cirugía Mamaria por la Universidad Austral de Buenos Aires. *Fellowship* en Cirugía Oncológica Mamaria por la *Society of Surgical Oncology* en Pittsburgh, E.E.UU.



Dr. Luis Matamala R.

Oncología Médica
Médico Cirujano por la Universidad de Valparaíso y especialista en Medicina Interna por la misma casa de estudios. Especialista en Oncología Médica por la Universidad de los Andes.



**POR ELLOS
ME CUIDO
HOY**

OCTUBRE

**EXAMEN PREVENTIVO A VALOR
PREFERENTE**

Porque su familia se preocupa por usted, realícese un examen en el Mes de la Prevención del Cáncer de Mama con especialistas dedicados al cuidado de su salud.

PREVENIR HOY

Accidente cerebrovascular ¿Cómo actuar?

El adormecimiento en una mitad de la cara, brazo o pierna, y/o la dificultad para hablar, son síntomas que deben motivar el inmediato traslado a Urgencia.

El Accidente Cerebro Vascular (isquémico) o Stroke es una de las principales causas de muerte y de discapacidad en el mundo. Afecta a hombres y mujeres de todas las edades, incluso a niños, aunque es más frecuente en mayores de 50 años.

Ante los síntomas, el paciente debe ser trasladado rápidamente a una Urgencia, idealmente a un centro hospitalario de alta complejidad. Independiente de que estos hayan durado unos pocos minutos y luego hayan desaparecido completamente, el paciente debe ser visto por un especialista.

La atención médica oportuna puede salvar la vida de la persona afectada por el ataque cerebral y aumentar las posibilidades de una recuperación

exitosa. Se puede intervenir hasta cuatro horas y media desde el inicio de los síntomas o hasta seis horas en algunos casos, pero la efectividad del tratamiento es mayor en la primera hora. Cada minuto cuenta.

Síntomas del ataque cerebrovascular:

- Adormecimiento, entumecimiento, hormigueo o debilidad en una mitad de la cara, brazo o pierna.
- Confusión y dificultad para hablar o para comprender el habla de otros.
- Dificultad con la visión en uno o ambos ojos.
- Dificultad para caminar, mareo y pérdida del equilibrio o de la coordinación.
- Dolor de cabeza severo, sin causa conocida.

Dra. Carolina Oelker B.

Neurología - Enfermedades Neuromusculares, Distonías

Cráneo - Cervicales

Médico Cirujano por la Universidad de Concepción y especialista en Neurología por la Universidad de Chile. Profesor de la Facultad de Medicina en la Universidad de los Andes.



¿Cómo dejar de ser sedentario?

Empezar con caminatas cortas y aumentar la intensidad gradualmente ayuda a reducir los riesgos asociados a la inactividad física.

Si en el último mes no ha practicado ningún deporte o actividad física, usted es una persona sedentaria. Una forma básica de dejar atrás el sedentarismo es aumentar la cantidad de pasos que damos durante el día. Estudios indican que se debe dar un mínimo de cinco mil pasos diarios para pasar de ser sedentario a ser algo activo. Con 10 mil pasos, ya se puede considerar una persona activa.

Se recomienda preparar un plan escrito que integre actividad física en la vida. La idea es tener claro qué clase de actividad quiere hacer, cuándo y dónde.

Que no resulte tan difícil y que no implique riesgos. Algunos preferirán comenzar con caminatas, mientras que otros se inclinarán por las clases de baile, natación o fútbol. Si se decide a realizar actividad física debe ser progresiva en su duración y frecuencia. Son recomendables sesiones de 30 a 60 minutos, dos a tres veces por semana, hasta lograr tener una rutina diaria de intensidad moderada, en que se combinen actividades de tipo aeróbico y de fortalecimiento. Durante la práctica de actividad física es importante tener una buena hidratación, para reponer el agua y los electrolitos que se pierden

durante el ejercicio. Por otro lado, se debe estar alerta a cualquier señal que sugiera una inadecuada respuesta a las actividades, como dolor o presión en el pecho, náuseas, mareos y/o fatiga excesiva. Si se presenta alguno de estos síntomas, suspenda el ejercicio inmediatamente y visite a un médico para descartar algún problema.

Carla González H.

Kinesiología - Rehabilitación

Cardiovascular.

Kinesióloga por la Universidad de Tarapacá. Diplomado en Cuidados Respiratorios y en Rehabilitación Cardiometaabólica por la Universidad de Chile.



Programa
**Vive más Sano -
Obesidad y Diabetes**



contacto

obesidadydiabetes@clinicaandes.cl

El Programa de Obesidad y Diabetes de Clínica Universidad de los Andes ofrece soluciones integrales y personalizadas a personas con problemas de obesidad, diabetes tipo 2 y sus enfermedades asociadas.

Nuestros pacientes son evaluados por diferentes profesionales y especialistas en obesidad, enfermedades metabólicas y diabetes tipo 2. Buscamos el mejor tratamiento para cada uno de los pacientes que son discutidos en reuniones de equipo que hacemos semanalmente y ayudamos a nuestros pacientes a cumplir sus metas acompañándolos en el largo plazo.





Por **SU** salud
trabajamos

Juntos



Clínica
Universidad
de los Andes



Massachusetts General Hospital, primer hospital clínico de la Universidad de Harvard, se une a Clínica Universidad de los Andes para un convenio de segundas opiniones médicas, que pone al alcance de nuestros pacientes y especialistas toda la experiencia de uno de los mejores centros de salud de Estados Unidos.

Para más información de este servicio, escriba a segundaopinion@clinicauandes.cl

clinicauandes.cl / Tel (56) 22 618 3000

Avenida Plaza 2501, Las Condes, Santiago.

Clínica Universidad de los Andes, somos personas al cuidado de su salud.