

---

---

# La prevención del cáncer de mama



EN VIVO



Editorial



05/10/2024 - 00:30

*Opinión*



## Redacción

prensa@grupoextra.com

---

El cáncer de mama sigue siendo uno de los principales retos en salud pública de nuestro país. Aunque hemos avanzado en el diagnóstico y tratamiento, la prevención sigue siendo el pilar para enfrentar esta enfermedad que afecta a miles de mujeres cada año. No solo se trata de establecer políticas públicas efectivas; la

educación y el empoderamiento comunitario juegan un papel crucial en la lucha contra esta patología.

En primer lugar, la educación sobre dichos tumores debe comenzar desde edades tempranas. Es esencial que nuestras niñas y jóvenes sean informadas sobre su cuerpo, que aprendan a realizarse autoexámenes y comprendan la importancia de las mamografías. En este sentido, se torna también fundamental que las instituciones educativas, junto con las familias, aborden el tema sin tabúes ni mitos que rodeen el padecimiento. Promover una cultura de la salud desde la infancia y la adolescencia contribuirá a que las futuras generaciones enfrenten el cáncer de mama con más información y menos miedo.

---

PUBLICIDAD

---

---

***“La prevención del cáncer de mama en Costa Rica requiere un enfoque integral que combine educación, apoyo emocional, políticas públicas inclusivas y la desmitificación de creencias erróneas”.***

---

Es urgente también desmitificar creencias erróneas que pueden desincentivar la búsqueda de atención médica. Mitos como que dicho padecimiento es una “sentencia de muerte” o que solo afecta a mujeres con antecedentes familiares han perpetuado el estigma y el miedo en torno al asunto. Es nuestra responsabilidad, como sociedad, romper con estas ideas y ofrecer información clara y accesible. Cada mujer, independientemente de su historia familiar, debe saber que el autoexamen y las revisiones anuales son herramientas vitales en la detección temprana.

---

PUBLICIDAD

---

La prevención del cáncer de mama también debe considerar el aspecto emocional y social, pues muchas enfrentan la enfermedad solas. Aquí es donde el apoyo entre pares se convierte en un recurso invaluable. Fomentar grupos de apoyo, donde mujeres que han sobrevivido a la enfermedad puedan compartir sus experiencias, consejos y fuerza, es fundamental. La sororidad puede ser un motor poderoso para aquellas que se sienten perdidas o abrumadas por un diagnóstico. Cuando las féminas se unen para apoyar a otras no solo comparten información, sino que también

brindan esperanza y fortaleza en momentos de vulnerabilidad.

Además, es esencial que el Gobierno y las instituciones de salud prioricen la inversión en campañas de prevención que no solo informen, sino que también involucren a las comunidades. El acceso a mamografías gratuitas o a bajo costo, así como a programas de educación sobre el cáncer de mama debe ser una realidad en todas las regiones del país, especialmente en aquellas más vulnerables. La desigualdad en el acceso a la atención médica es un factor que no podemos ignorar; el abordaje debe ser inclusivo y accesible para todas las costarricenses.

---

PUBLICIDAD

---

---

***“Cada mujer, independientemente de su historia familiar, debe saber que el autoexamen y las revisiones anuales son herramientas vitales en la detección temprana”.***

---

Finalmente, la sensibilización en el entorno laboral también es crucial. Las empresas deben promover políticas que faciliten la detección temprana y el tratamiento del cáncer de mama, apoyando a sus empleadas en la búsqueda de atención médica. La salud de las trabajadoras debe ser una prioridad y la educación en el lugar de trabajo puede generar un ambiente de apoyo y entendimiento.

---

PUBLICIDAD

---

La prevención del cáncer de mama en Costa Rica requiere un enfoque integral que combine educación, apoyo emocional, políticas públicas inclusivas y la desmitificación de creencias erróneas. Cada mujer tiene el derecho de conocer su cuerpo y de acceder a la información y a los servicios de salud necesarios para cuidarse. Solo así podremos construir un futuro en el que el cáncer de mama no sea un temor, sino una afección que se enfrente con valentía y comunidad. La lucha contra este padecimiento es de todas, y juntas pueden marcar la diferencia.

Continuar leyendo

Clima



25 °C

San José,  
Costa Rica

Nubosidad parcial

↓ 18° - 25°

◆ 71%

⇌ 13.8 km/h



21 °C

Vie



23 °C

Sáb



25 °C

Dom



25 °C

Lun



25 °C

Mar

## MÁS DE OPINIÓN



### Más allá de las multas, una crisis de cultura vial

Hace 11 Horas



## Es perverso endeudarse para pagar deuda

Hace 11 Horas



## La II República

Hace Un Día

## Cuando la pasión se convierte en necesidad

Hace Un Día



## Un alto urgente al desgaste de nuestros jueces

Hace 2 Días



## Una deuda con la vida humana

Hace 2 Días

