

C

Columna

Académica de la Escuela de Medicina, Universidad Andrés Bello

Sandra Lanza



El cáncer no es sólo un desafío para la medicina

El reciente informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS), que proyecta un aumento significativo de los casos de cáncer en las próximas décadas, ha vuelto a encender las alarmas. La respuesta inmediata suele centrarse en cómo ampliar la capacidad diagnóstica, desarrollar nuevos tratamientos o fortalecer la atención oncológica. Todo ello es indispensable. Sin embargo, existe una pregunta que aparece con mucha menos frecuencia: ¿estamos haciendo lo suficiente para evitar que tantas personas desarrollen cáncer?

La evidencia científica acumulada durante los últimos años ha transformado nuestra comprensión de esta enfermedad. Si bien existen factores genéticos y biológicos que no podemos modificar, una proporción importante de los cánceres se relaciona con factores de riesgo prevenibles. El tabaquismo continúa siendo el principal, pero no es el único. La alimentación, la inactividad física, el consumo de alcohol, el exceso de peso, la contaminación ambiental y algunas infecciones también forman parte de esta compleja ecuación.

Esto no significa que el cáncer dependa exclusivamente de las decisiones individuales ni que quienes enferman sean responsables de su diagnóstico. Significa, más bien, que la prevención debe ocupar un lugar mucho más relevante en nuestras estrategias sanitarias. Y prevenir no consiste únicamente en recomendar hábitos saludables; implica crear las condiciones para que esas decisiones sean realmente posibles.

Es difícil promover una alimentación saludable cuando la opción

más accesible suele ser la menos nutritiva. Es complejo incentivar la actividad física en ciudades con pocos espacios seguros para caminar o andar en bicicleta. Resulta contradictorio hablar de descanso y bienestar en una sociedad marcada por largas jornadas laborales, estrés crónico y escaso tiempo para el autocuidado. Los hábitos no se desarrollan en el vacío, dependen de los entornos en los que vivimos.

Por eso, enfrentar el aumento del cáncer requiere ampliar la mirada. No basta con fortalecer hospitales o incorporar nuevas tecnologías. También es necesario invertir en políticas públicas que promuevan entornos saludables desde la infancia, faciliten la actividad física cotidiana, mejoren el acceso a alimentos de calidad, reduzcan la exposición a factores de riesgo y fortalezcan la educación para la salud a lo largo de toda la vida.

Chile ha demostrado que las políticas preventivas pueden cambiar el curso de enfermedades cuando existe voluntad. La reducción del consumo de tabaco tras la implementación de leyes más estrictas es un ejemplo de cómo las decisiones colectivas pueden generar beneficios sanitarios concretos. Esa misma convicción debería orientar las estrategias frente al cáncer.

El informe de la OMS no debe entenderse como una predicción inevitable, sino como un llamado a actuar con mayor decisión. Cada caso de cáncer que logramos prevenir representa una persona que no enfrentará un diagnóstico devastador, una familia que evitará un enorme impacto emocional y un sistema de salud que podrá destinar sus recursos donde realmente sean indispensables.