



Nos lo tomamos a pecho

PEDRO PRADA

Presidente de la Asociación Española Contra el Cáncer en Cantabria

La campaña frente al cáncer de mama creada con pacientes trata de concienciar a la sociedad de las necesidades de las supervivientes

La vida finaliza un párrafo y escribe un punto y aparte justo en el momento en que en la consulta del médico verbalizan un puñado de palabras: «Tiene cáncer de mama». La vida tira de freno de mano y se detiene para la paciente a la que se diagnostica la enfermedad, que, entonces, inicia un nuevo camino en el que reinará la incertidumbre.

El cáncer de mama es el tumor más frecuente en la mujer en todo el mundo, aunque hay un 1% que se diagnostica en los hombres. En 2024, en España fueron diagnosticadas 35.875 personas de cáncer de mama. En Cantabria, el pasado año 475 mujeres recibieron ese diagnóstico y de ellas 104 tienen menos de 50 años. Es decir, más del 25% de los diagnósticos de cáncer de mama en nuestra comunidad autónoma son de mujeres por debajo de los 50 años.

Con motivo del Día Mundial Contra el Cáncer de Mama, que se conmemora hoy, 19 de octubre, la Asociación Española Contra el Cáncer lanza la campaña «Nos lo tomamos a pecho», en la que mujeres con cáncer de mama y su entorno son protagonistas. Es una campaña cocreada y protagonizada por pacientes y familiares que traslada la realidad del cáncer de mama, cómo viven la enfermedad y el recorrido de sus emociones y sentimientos desde el diagnóstico.

Y es que ese momento en la consulta es la primera página de un libro que se escribe con el miedo y la incertidumbre frente al diagnóstico. Se ilustra con los frenos o barreras que encuentran en el ámbito laboral si están en activo. Un libro en el que las pacientes describen con palabras sus sensaciones: «tú te paras en un mundo en el que todo sigue». Ellas, las pacientes, tiene que hacer frente a los cambios que experimenta su cuerpo, aceptarlo, quererle, valorarse.

El cáncer está presente en todas las parcelas de su día a día, desde la falta de apetito sexual hasta la presión por los mensajes de autoexigencia de la sociedad. No siempre se sienten comprendidas o escuchadas por su entorno. No siempre se sienten apoyadas o respaldadas como necesitan por las personas que están a su alrededor.

Mujeres que se replantean sus objetivos, sus propósitos, sus re-

tos, sus metas y la versión que quieren ser de ellas mismas debido al diagnóstico y la lucha contra el cáncer de mama.

La Asociación Española Contra el Cáncer ha querido conocer los sentimientos y emociones de las pacientes y supervivientes, su realidad frente al cáncer de mama, para tomarse a pecho todas y cada una de sus necesidades. Una campaña que escapa de la simplificación y que da un paso adelante en favor de la realidad sin dobleces.

En Cantabria la campaña se presentó el pasado 1 de octubre en la sede la Asociación en Santander con un encuentro con los medios de comunicación que contó con los testimonios de dos pacientes con cáncer de mama que narraron su experiencia personal. Ejercieron como portavoces de la mayoría de mujeres con el mismo diagnóstico y que coinciden en destacar que se sienten muy vulnerables cuando acaban el tratamiento; que hay secuelas y efectos secundarios que les resulta muy difícil abordar, o que los problemas laborales como consecuencia de la enfermedad son demasiado habituales. Incluso realizaron un llamamiento público a nuestro sistema de salud para

que «no suelte la mano de las pacientes con este diagnóstico» y amplíe la atención una vez que terminan el tratamiento de cáncer de mama porque es muy necesario para ellas.

Y los datos con los que contamos refrendan esta realidad que vivimos en la Asociación en Cantabria. En España, el 68% de las supervivientes tiene miedo a que el cáncer de mama reaparezca. Una de cada cuatro mujeres tie-

ne o tuvo problemas económicos, algo que se agrava en las más jóvenes. En la fase de supervivencia, el 57% de las pacientes no oculta su preocupación

por el aspecto físico originado por los efectos de su enfermedad. Y en esta misma fase, el 36% admite que, en general, tiene mala calidad de vida.

Esta es parte de la radiografía en datos del cáncer más diagnosticado a las mujeres. Pero la verdad se narra con las voces y el relato de mujeres y su entorno. Esa verdad, esas historias del día a día contra el cáncer de mama son imprescindibles para seguir atendiendo sus necesidades y avanzando en la investigación. Una verdad y unas voces que consigan que nos lo tomemos a pecho cada día del año.

La vida tira de freno de mano y se detiene para la paciente a la que se diagnostica la enfermedad