



# “Tócate para que no te toque”: la **cruzada** que busca **salvar vidas**

**Abril es el mes de la concientización del cáncer testicular, que en Los Ríos presenta alta prevalencia. Por eso, a través de una campaña se busca instalar la cultura de la detección precoz de la enfermedad con el simple y poco habitual gesto de tocarse los testículos.**

Daniel Navarrete Alvear  
daniel.navarrete@australdivia.cl

**A**l principio Jorge “Coke” Guzmán sintió un leve dolor en la zona de la ingle, donde se conecta la parte inferior del abdomen y el muslo. Lo atribuyó a la práctica deportiva hasta que se volvió algo más incómodo e inhabilitante.

Dice que el dolor comenzó a irradiar hacia sus testículos y que tuvo inflamación, lo que fue una clara señal de alerta de una anomalía preocupante. Pese a ello, el basquetbolista demoró cerca de dos meses en consultar a un médico. Venía de ser campeón nacional por la Región de Los Ríos en los Juegos Nacionales 2024, cuando finalmente un viernes como cualquier otro le dijeron que te-



LA CAMPAÑA QUE EN ABRIL TOMA MAYOR FIGURACIÓN EN LA AGENDA PÚBLICA APUNTA A UNO DE LOS GRANDES RIESGOS QUE ENFRENTA LA POBLACIÓN JOVEN DEL TERRITORIO.

nia cáncer testicular. Aquello lo confirmó con una ecografía, un día después.

Recuerda que la noticia fue completamente inesperada. Que cuando escuchó el diagnóstico, sintió como si estuviera levitando. Nada le hizo sentido y su primera pregunta fue: “¿Por qué a mí?”. La duda estaba fundada en su impecable estado de salud, su buena alimentación y su condición de deportista de alto rendimiento.

Sin embargo, le respondieron que no hay una razón específica para determinar la causa y que el suyo era una seminoma testicular en etapa 1. Es decir, el que presenta un mejor pronóstico. Pese a ello, Guzmán lo asumió como una sentencia de muerte e incluso, sin tener más antecedentes de su caso, pensó que tenía metástasis. Ahí comenzó un calvario que terminó cuando afortunadamente lo operaron un par de

semanas más tarde, para luego iniciar tratamiento de quimioterapia con efectos secundarios que se extendieron por cerca de dos meses. Reconoce que todo fue física y mentalmente muy desgastante, pero que logró salir adelante gracias a su red de apoyo y al deporte.

Jorge “Coke” Guzmán es profesor de Educación Física formado en la Universidad San Sebastián. Juega en el Club Deportivo Osorno y fue campeón

de la Liga Saesa con Deportes Las Ánimas en 2019.

Su testimonio está en el sexto capítulo de la serie web “Mi historia con el cáncer”, en el Canal del Deporte Olímpico CDO en Youtube; y en abril se ha vuelto uno de los contenidos de referencia por ser el Mes de Concientización sobre el Cáncer Testicular.

#### ESTADÍSTICAS

Por la gravedad que reviste, al

igual que otros tipos de cáncer, y por su alta prevalencia en el territorio, es que el cáncer testicular ha motivado en Los Ríos la campaña “Tócate para que no te toque”.

Es una instancia de información a la ciudadanía, que hoy tenía un hito principal con una multitudinaria corrida recreativa en la costanera para la que estaban inscritos más de 2.000 personas.

La campaña es liderada por

GENTELEZA SOLEDAD OJEDA



(viene de la página anterior)

un equipo de profesionales del área de la salud. Cuenta con el apoyo de autoridades locales y regionales; y de quienes han padecido la enfermedad, como por ejemplo el diputado Marcos Ilabaca, cuyo testimonio también ha servido para concientizar sobre el tema.

El Dr. Luis Ebel, director de la Sociedad Chilena de Urología y jefe del Servicio de Urología del Hospital Base Valdivia está a la cabeza del grupo. "A nivel mundial, evaluado dentro de todos los tipos de cáncer que puede padecer un hombre, el testicular está en cuarto lugar después del de próstata, riñón y vejiga. En Chile, la incidencia es mucho mayor y está casi ocupando el segundo lugar con el cáncer de riñón, que es una situación más o menos parecida a la que podemos apreciar en la Región de Los Ríos", dice.

Y agrega: "Si consideramos a la población de hombres de entre 15 y 40 años de edad, el cáncer de testículo está en primer lugar. Es una enfermedad cuya causa está en estudio. Pero se sabe que para que se produzca, tienen que ocurrir los cambios hormonales propios de la pubertad. Es como una lesión latente. No se sabe si el paciente nace con eso o se desarrolla por distintos factores".

Para ejemplificar lo preocupante de la situación, es que el también académico de la Facultad de Medicina UACH indica que el número de pacientes nuevos con cáncer testicular en Chile es de 8 por 100 mil hombres. Y en Los Ríos es de 15 por 100 mil hombres.

La incidencia corresponde a un registro de los últimos 25 años. "Que se suma a información proporcionada por la Organización Mundial de la Salud que indica que en 2022, Los Ríos tuvo la incidencia de cáncer testicular más alta del mundo", explica.

#### SIN TABÜES

"Tócate para que no te toque" apunta a una práctica simple, pero que no pareciera ser habitual: la autoexploración testicular. Es para detectar cualquier tipo de anomalías como bultos, cambio de tamaño o irregularidades, que podrían motivar la consulta con un especialista.

"Hay un componente cultural y de educación en la familia y en el colegio en relación a ese tema. Y también a nivel médico, porque nos hemos percatado que en algunas atenciones no siempre es parte de la rutina tocar los testículos del paciente para detectar o destacar la presencia de algo. Sin duda que es algo que se debería integrar a la



LA GRAN CORRIDA FAMILIAR DEBUTÓ EL AÑO PASADO Y PARA SU SEGUNDA VERSIÓN DEL DOMINGO SE CONTA CON MÁS DE DOS MIL PERSONAS INSCRITAS.



PROFESIONALES DE LA SALUD Y QUIENES PADECIERON LA ENFERMEDAD ESTÁN EN LA CRUZADA.

“Es una enfermedad cuya causa está en estudio. Pero se sabe que para que se produzca, tienen que ocurrir los cambios hormonales propios de la pubertad. Es como una lesión latente. No se sabe si el paciente nace con eso o se desarrolla por distintos factores”.

Dr. Luis Ebel  
 Jefe Servicio Urología HBV

consulta médica, algo que se debe enseñar a los profesionales médicos en formación", indica la Dra. Pamela Ehrenfeld, directora de la Escuela de Graduados de la Facultad de Medicina UACH y presidenta de la Comisión Nacional del Cáncer.

Pese a lo que existe en ese tipo de materias, la profesional destaca que con campañas como la que se realiza en la Región de Los Ríos se están logrando cambios. Uno de ellos es la capacitación de más de 50 miembros del voluntariado "Sanando entre Ríos", de la carrera de Medicina. El próximo sábado 18 de abril, en dependencias de la Universidad Austral de Chile, participarán en una jornada en la que se les entregarán información relevante para que contribuyan a la prevención del cáncer testicular. A futuro serán los voluntarios los encargados de hablar de prevención en colegios y

juntas de vecinos, entre otras instituciones, idealmente fuera de Valdivia.

"Si lo detectas a tiempo, este tipo de cáncer es curativo. Simplemente se elimina el testículo donde esté localizado mediante un procedimiento que es mucho más rápido incluso que el cáncer de mama. Por eso nuestra campaña es importante y nos interesa que se hable del tema en todas partes", aclara.

En una reciente charla en La Unión sobre prevención del cáncer de mama, la Dra. Pamela Ehrenfeld tomó nota de un requerimiento: el diálogo abierto y sin tabúes sobre educación sexual.

"Fue una jornada con mujeres adultas y se nos dijo que echaban de menos que ese tipo de instancias ocurrieran en los liceos, que fueran para sus hijos e hijas; que ocurrieran además en las juntas de vecinos. Pese a las buenas intenciones, sin financia-

miento se nos complica mucho poner en marcha campañas que tengan un alcance mucho mayor del que ya estamos logrando y que se sientan mucho más efectivas. Lo ideal es que lleguemos a tener un plan regional que incluso nos permita avanzar en prevención y pesquisa precoz del cáncer colorrectal, que está por sobre el cáncer testicular y que igualmente no debemos descuidar porque afecta a nuestra juventud, al futuro de nuestra región".

#### DETECCIÓN

Susan Toro, encargada regional del Programa de Cáncer de la seremi de Salud de Los Ríos también reconoce que el cáncer testicular mantiene una tasa de prevalencia mayor en la Región de Los Ríos.

Y en el contexto de no conocerse a ciencia cierta aquello que causa la enfermedad, aporta con una hipótesis: "Las tasas que tenemos nosotros son muy parecidas a las europeas, pensando más bien en la población alemana. Por eso, quizás y esto es un dato que no lo hemos estudiado, por colonización alemana hay una predisposición

genética a producirse más cáncer testicular. Son casos que ocurren en la población joven y por eso son importantes todas las acciones públicas tendientes a tomar conciencia sobre la enfermedad. Por eso es que estamos permanentemente en mesas de trabajo, reuniones, jornadas y también con actividades deportivas como la de este domingo. Nos interesa mucho la pesquisa temprana. Como no se puede prevenir el cáncer testicular, sí podemos detectarlo tempranamente y por eso el llamado es a tocarse".

En otros tipos de cáncer el foco está puesto, por ejemplo, en los factores de riesgo como el tabaco para el cáncer pulmonar, la bacteria *Helicobacter pylori* para el cáncer estomacal; o el virus del papiloma humano para el cáncer cervicouterino.

"Son elementos que dan pie a pensar que se puede desarrollar la enfermedad y por ende, se puede dirigir campañas de prevención hacia ese elemento en concreto. Eso no ocurre con el cáncer testicular, del que además debemos aportar con información sobre todo lo que implica porque existe mucho desconocimiento. En contextos escolares, la gran mayoría de los docentes desconocen cómo pesquisar. Hoy podemos hablar libremente de patologías sin falta de inclusión, pero falta informar. Hay que desmitificar que tocarse los testículos tiene otra connotación. Se trata simplemente de lo necesario que puede ser una detección temprana de cualquier condición de un riesgo mayor".

# 50

integrantes del voluntariado "Sanando entre Ríos", de Medicina UACH, se capacitarán en información que les permita contribuir a la concientización del cáncer testicular en actividades en Los Ríos.