



*Isabel Mosqueira Jara*  
Coach en salud hormonal

## Dos mujeres al día: la cifra que no podemos ignorar

**E**n Chile, más de 1.500 mujeres son diagnosticadas cada año con cáncer cervicouterino. Entre 600 y 800 mueren anualmente. Dos mujeres al día. No es una estadística lejana: es una realidad que está ocurriendo ahora, en silencio, mientras muchas seguimos postergando lo más importante.

Y lo más impactante: es un cáncer prevenible. El 99% de los casos está asociado al Virus del Papiloma Humano (VPH).

Existen herramientas eficaces -la vacuna, el Papanicolaou (PAP) y el test de VPH- y aun así, la cobertura de detección en Chile no alcanza ni al 45%.

Estamos llegando tarde a una enfermedad que

da señales claras... pero solo si decidimos mirarlas a tiempo.

En mi trabajo con mujeres en perimenopausia y menopausia, veo un patrón que se repite: mujeres que cuidan a todos, que sostienen familias, trabajos, emociones... pero que se dejan al final de la lista. Muchas no se han realizado un PAP en años.

No porque no sepan, sino porque "no hay tiempo", "no hay molestias" o simplemente porque incomoda enfrentarlo.

Pero este cáncer no avisa en sus primeras etapas. No duele. No interrumpe. Y ahí está el peligro.

Hoy, además, estamos viendo un cambio preocupante: mujeres jóvenes, entre 20 y 35 años, están

siendo diagnosticadas con mayor frecuencia. Y al mismo tiempo, mujeres sobre los 40 creen que ya no están en riesgo. Ambas creencias son peligrosas.

La menopausia no es un punto final. Es una etapa donde la conciencia sobre nuestra salud debería ser más profunda, no más distante.

Te invito a detenerte un momento: ¿Cuándo fue tu último PAP, estás al día con tu salud ginecológica?

¿Te estás priorizando o sigues postergándote? No esperes síntomas para actuar. Porque cuando aparecen, muchas veces ya es tarde.

Prevenir no se siente... pero ignorarlo puede costarte la vida.