

Cáncer testicular: El autoexamen que nadie enseña

Si le preguntamos a diez mujeres cómo se realiza un autoexamen de mamas, la mayoría sabrá responder. Si hacemos la misma pregunta a diez personas con testículos, lo más probable es que la respuesta sea silencio. Esa distancia no obedece a que una práctica sea más importante que la otra, sino a una diferencia profunda en cómo hemos construido la cultura preventiva.

El lazo rosado no se volvió símbolo por azar. Detrás hubo décadas de políticas públicas, campañas sostenidas y educación sanitaria. Esa construcción deliberada de responsabilidad colectiva es exacta-

mente lo que falta para el autoexamen testicular. Un cáncer que suele afectar a personas jóvenes, con altas posibilidades de tratamiento exitoso cuando se detecta a tiempo, y que sin embargo no tiene símbolo reconocible, no aparece en los colegios ni en los controles preventivos, y rara vez se menciona en campañas masivas.

La técnica es sencilla: una vez al mes, idealmente después de una ducha tibia, se recomienda palpar suavemente cada testículo buscando nódulos, cambios de volumen, endurecimiento, dolor persistente o sensación de peso inusual. No requiere equipamiento

ni formación especializada. Requiere, sobre todo, que alguien lo enseñe. Y ahí está el problema.

Este vacío no es un hecho aislado. Es parte de un problema más amplio: la salud sexual masculina ha sido históricamente reducida al rendimiento, la fertilidad o las infecciones de transmisión sexual. Muchos hombres jóvenes no cuentan con un espacio preventivo equivalente al control ginecológico. A eso se suma una dimensión cultural difícil de ignorar: desde pequeños, a muchos se les enseña a minimizar síntomas, a consultar tarde y a asociar vulnerabilidad con debilidad. Esa forma de

entender la masculinidad también enferma.

Hay otro punto que las campañas suelen omitir. No todas las personas con testículos se identifican como hombres. Mujeres trans, personas no binarias y otras que conservan testículos también necesitan esta información. Cuando la prevención habla únicamente a "los hombres", una parte de la población queda fuera del mensaje. Incluir a todas las personas con testículos no es una concesión ideológica, es una medida básica de salud pública.

El camino no parte desde cero. El autoexamen de mamas demostró que es

posible instalar un hábito preventivo cuando existe voluntad sanitaria y presencia sistemática en los lugares donde las personas aprenden. Las medidas son concretas: incorporar su enseñanza en programas de educación sexual, incluirlo en controles preventivos, capacitar a equipos de salud con lenguaje claro e inclusivo y financiar campañas permanentes.

Revisarse no es exagerar. Revisarse es conocer el propio cuerpo. Y cuando la salud pública enseña sin excluir, la prevención llega más lejos.



Por Sara Parada,
directora de Obstetricia
UNAB sede Santiago

CLUB SOCIAL SAN JAVIER