

Ingeniosa campaña para el autoexamen testicular

# Lo que dice este bóxer le puede salvar la vida

DANIELA TORÁN

Según una encuesta británica, los hombres en promedio triplican el tiempo que pasan las mujeres en el baño. Este indiscutible dato lo aprovechó la Fundación Chile Sin Cáncer para lanzar la campaña "Unboxer de prevención" que fomenta el autoexamen testicular, en el marco del mes de concientización del cáncer de testículo.

La fundación diseñó un calzoncillo de color morado modelo bóxer con un tutorial impreso en su interior que busca guiar a los hombres sobre cómo deben realizar la autoexploración.

"En Chile, unos 800 hombres se diagnostican al año con cáncer testicular, de los cuales 100 fallecen. Es el sexto cáncer más común en hombres, según datos de Globocan 2022 y es la primera causa de muerte por cáncer en hombres entre 15 a 40 años", dice el doctor Benjamín Walbaum, oncólogo médico del Hospital Clínico UC y director médico de la Fundación Chile Sin Cáncer.

Si bien no es de los cánceres más frecuentes, sí afecta a gente joven en su mayoría y por eso es relevante.

"El cáncer testicular se desarrolla en las células

Más de 800 chilenos son diagnosticados al año con cáncer testicular, siendo la primera causa de muerte por cáncer en hombres entre 15 a 40 años. "Si siente un porotito hay que consultar inmediatamente", dice especialista.



CEJIDA

La recomendación es autopalparse una vez al mes en la ducha.

germinales del testículo, en donde se producen los espermios. Por algunas alteraciones estas células se reproducen sin control, lo que deriva inicialmente en que se produzca un poroto en el testículo, que generalmente no duele", detalla el médico y agrega que en este punto es clave la rápida

detección.

"Cuando ese porotito crece, y no tiene que crecer mucho dado que estas son células que son muy agresivas, tienen la capacidad de generar rápidamente metástasis. La metástasis es que esa célula que estaba en el testículo migra o viaja a otras partes del cuerpo y

lo más probable es que viaje a los ganglios de la zona de la pelvis, después de la zona retroperitoneal, que es la parte de atrás del abdomen donde están los riñones, y después puede generar metástasis en otras partes como en los pulmones, incluso en el cerebro. Es un cáncer que si no se detecta a tiempo rápidamente puede desarrollar una enfermedad avanzada. De ahí la importancia del autoexamen".

## Un examen simple

"Con ambas manos agarra un testículo a la vez y gíralo aplicando una leve presión. Usa tus dedos para buscar bultos, cambios de tamaño o irregularidades", son las indicaciones que se pueden leer en los bóxers.

El promedio de edad del diagnóstico de este tipo de cáncer va desde los 30 y 37 años, algo súper infrecuente en cualquier otro cáncer, dice el doctor. "La gran mayoría de los cánceres adultos vienen después de los 50 o 60 años. Éste lamentablemente ocurre en gente joven. Y a diferencia del cáncer de mama o de próstata, no tenemos una estrategia que nos ayude a detectarlo tempranamente. Por eso a nivel personal la

recomendación es que todos los hombres adultos una vez al mes se examinen cuando están en la ducha, porque el testículo está en su estado natural. Cuando se genera el hábito se conoce la anatomía normal del testículo. Si aparece un poroto duro hay que consultar. He tenido pacientes que me llegan con tumores testiculares de 15 centímetros, eso no puede pasar".

## ¿De eso depende el tratamiento?

Sí. Siempre que se diagnostica un cáncer testicular hay que sacar el testículo. Si hay metástasis hay quimioterapia.

## ¿Qué pasa con la fertilidad?

"Si sólo se saca un testículo, la fertilidad está preservada con el otro testículo. Pero cuando se da quimioterapia esta aumenta el riesgo de infertilidad en los hombres. por eso se ofrece criopreservación de espermios".

## ¿Cuál es la efectividad del tratamiento?

"Este es uno de los pocos cánceres que con quimioterapia se puede curar a pesar de la metástasis, la supervivencia es de un 95%".

## ¿Cuáles son los factores de riesgo?

"Que tenga antecedentes familiares, un cáncer testicular anterior, antecedentes de criptorquidia en la niñez (que los testículos no bajan al nacer), o que tenga lo que se llama testículo en ascensor, que el testículo se sube".