



Salud

Chequeos preventivos

Cáncer de mama



#NoEstásSola

pacífico

¿Qué es el cáncer de mama?

El cáncer de mama es una enfermedad por la que se forman células malignas (cancerosas) en los tejidos de la mama.

El cáncer de mama es el tipo de cáncer más frecuente de todos en las mujeres y la principal causa de muerte por cáncer en las mujeres. La edad de máxima incidencia está por encima de los 50 años, pero aproximadamente un 10% se diagnostica en mujeres menores de 40 años.

A pesar de los avances diagnósticos y terapéuticos, su pronóstico sigue dependiendo principalmente de la extensión de la enfermedad en el momento de la detección. De ahí que el conseguir un diagnóstico precoz siga siendo la mejor vía para mejorar sus posibilidades de curación.

¿Cuáles son los factores de riesgo del cáncer de mama?

No Modificables

- Edad entre 50-70 años.
- Antecedentes familiares: tener un familiar de primer grado (madre, hermana, hija).
- Menarquia precoz (menstruación antes de los 12) y menopausia tardía (después de los 55 años).
- Patología mamaria previa.

Modificable

- No tener hijos.
- Primer embarazo luego de los 30 años.
- No dar de lactar.
- Obesidad y sedentarismo en posmenopáusicas.
- Terapia de reemplazo hormonal.
- Alcohol.

¿Qué puedo hacer para reducir el riesgo de cáncer de mama?



Mantener un peso saludable.



Hacer ejercicio con regularidad.



No tomar alcohol o, de hacerlo, limitar las bebidas alcohólicas.



Si se está recibiendo terapia de reemplazo hormonal o anticonceptivos orales (píldoras anticonceptivas), consultar con un médico acerca de los riesgos.



Si es posible, amamantar a tus hijos.

¿Cómo reconocer un cáncer de mama?

Los síntomas más comunes del cáncer de mama son cambios en las mamas como la presencia de una protuberancia, cambios en el pezón, secreción del pezón o cambios en la piel de la mama.

Algunas señales de advertencia son el cambio y tamaño de las mamas:



Protuberancias



Venas crecientes



Hendiduras



Bulto interno



Erosiones de la piel



Hundimiento de pezón



Piel de naranja



Enrojecimiento y ardor



Huecos



Asimetría



Fluidos desconocidos



Endurecimiento

¿Cuáles son las pruebas de detección del cáncer de mama?

Mamografía

Se recomienda la realización de una mamografía anual (o cada dos años) en mujeres entre los 50 y los 69 años. La mamografía es considerada la prueba de mayor validez para la detección de cáncer de mama. Permite diagnosticar el cáncer de mama en sus etapas iniciales, detectando tumores de tamaño pequeño, incluso no palpables, logrando disminuir la mortalidad en un 25-30%. En la mamografía vas a encontrar la palabra BIRADS, que es como se informa el resultado de este examen y permite que tu médico pueda tomar los siguientes pasos:

Categoría	Significado	Próximos Pasos
BIRADS 0	Valoración incompleta	Requiere comparar con mamografías anteriores o exámenes complementarios como ecografía mamaria
BIRADS 1	Normal o negativa	Control
BIRADS 2	Benigna	Control
BIRADS 3	Probablemente benigna (<2%)	Requiere seguimiento a corto plazo
BIRADS 4	Sospechoso de malignidad (2-95%)	Requiere pronta evaluación médica especializada
BIRADS 5	Altamente sugestivo de malignidad (>95%)	Requiere pronta evaluación médica especializada
BIRADS 6	Malignidad confirmada histológicamente	Control



Otras Pruebas de Detección

Resonancia magnética: es una técnica que usa imanes y ondas de radio para tomar imágenes de las mamas, es la técnica de mayor sensibilidad para la detección precoz de reaparición de la neoplasia en el terreno tratado previamente con cirugía.

Ecografía: es una técnica complementaria a la mamografía y es la técnica de elección para pacientes menores de 40 años.

Biopsia: consiste en la extracción de una muestra del tejido de la zona sospechosa para analizarlo en el microscopio y poder determinar las características benignas o malignas del mismo, así como el tipo de células tumorales, el grado de agresividad de las mismas y algún otro parámetro de interés a la hora de tomar decisiones sobre el tratamiento.

FUENTE:

ESMO (Sociedad Europea de Oncología Médica)
NCI (National Cancer Institute)
ASCO (Sociedad Americana de Oncología Clínica)
CDC (Centros para el Control y Prevención de Enfermedades)
GLOBOCAN (Global Cancer Observatory)

#NoEstásSola

