

# OCTUBRE ROSA

*Mes de la Lucha contra el Cáncer de mama*



## Hablemos del Cáncer de mama

*Dra. Elba Lidia Segovia*

*Especialista en Ginecología y Obstetricia*

*Especialista en Mastología*

El cáncer es el resultado de mutaciones, o cambios anómalos, en los genes que regulan el crecimiento de las células y las mantienen sanas.

El cáncer de mama se produce cuando las células mamarias comienzan a crecer de manera anormal, desordenada y descontrolada.

Estas células se dividen más rápido que las células saludables, se acumulan y forman un bulto o nódulo.

Las células pueden diseminarse por la mama, los ganglios linfáticos o a otras partes del cuerpo (hacer metástasis).

Se calcula que 1 de cada 8 mujeres tendrá un cáncer de mama en algún momento de su vida.

Aunque la mortalidad por cáncer de mama ha descendido en los últimos años gracias a los programas de despistaje y a la mejora de los tratamientos el cáncer de mama, sigue siendo la primera causa de muerte por cáncer en mujeres en Paraguay. En 2017 fallecieron 391 mujeres por cáncer de mama.

## EL CÁNCER DE MAMA EN NÚMEROS

**1 de cada 8 mujeres padecerá cáncer de mama en algún momento de su vida**

**1era causa de muerte por cáncer en mujeres en Paraguay y en el mundo**

**En Paraguay, 3 mujeres fallecen cada 2 días a causa de esta patología**

**Se diagnostican 4 a 5 casos diarios, unos 30 a la semana**

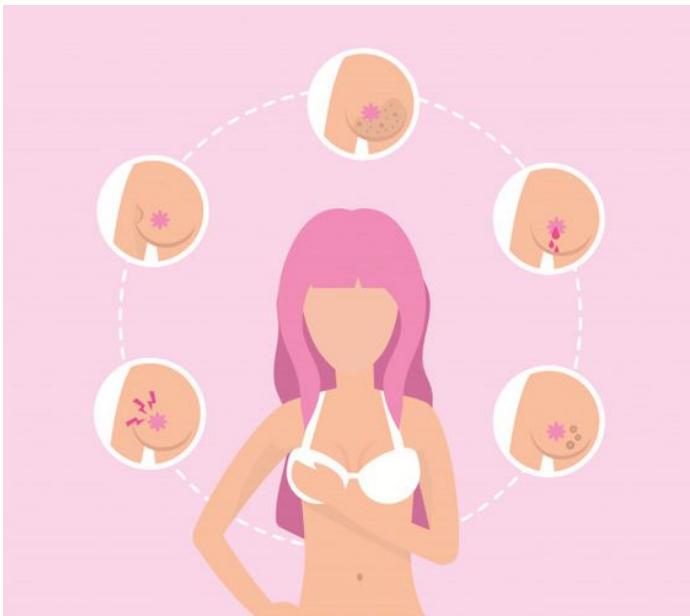
**Edad de máxima incidencia entre 40 - 60 años**

## Factores de Riesgo

1. La edad, el riesgo aumenta con la edad.
2. Historia personal de cáncer de mama.
3. Historia familiar de cáncer de mama en un familiar de primer grado (madre, hija, hermana).
4. Portadoras de mutaciones en los genes BRCA 1 y 2.
5. Densidad mamaria elevada en las mamografías.
6. Factores reproductivos que aumentan la exposición a los estrógenos endógenos, como la menarca precoz, la menopausia tardía o la nuliparidad.
7. El uso de terapia hormonal sustitutiva después de la menopausia.
8. La exposición a radiaciones ionizantes.
9. El consumo de alcohol y cigarrillo.
10. La obesidad.



## Signos y Síntomas



Es recomendable que consultes a un especialista si notás alguno de los siguientes síntomas:

- Nódulo palpable en una de las mamas
  - Aparición de inflamación en la mama o la zona de la axila (se pone roja, caliente)
  - Experimentás cambios en el tamaño o forma de alguna de las mamas. En ocasiones pueden aparecer pequeñas deformidades.
  - Comenzás a notar una secreción en el pezón que contiene sangre. Por lo general, este tipo de secreción no está relacionada con el período menstrual y aparece de forma repentina en una sola mama.
- 
- Percibís cambios en la forma del pezón, como retracción o que la areola cambie de coloración.
  - Presentás alteraciones inusuales en la piel como la aparición de hoyuelos o pliegues.
  - La piel adquiere una apariencia irregular, similar a la piel de naranja.
  - Tenés dolor o molestia en la mama y no desaparece, sino que se intensifica con el rozamiento o al tocar el pecho.
  - Notás un aumento de temperatura en una de las mamas y enrojecimiento en la zona.

## PARA RECORDAR

LEY 3803/6211: "QUE OTORGA 2 DÍAS DE LICENCIA REMUNERADA PARA LAS TRABAJADORAS PUEDAN SOMETERSE A EXÁMENES DE PAPANICOLAU Y MAMOGRAFÍA"

# PARA RECORDAR

LA DETECCIÓN PRECOZ A FIN DE MEJORAR EL PRONÓSTICO Y LA SUPERVIVENCIA DE LOS CASOS DE CÁNCER DE MAMA SIGUE SIENDO LA PIEDRA ANGULAR DE LA LUCHA CONTRA ESTE CÁNCER.

## El diagnóstico del Cáncer de Mama

### 1. Autoexamen Mamario

A partir de la adolescencia se deben realizar mensualmente, 7 a 10 días después de terminar la menstruación. En ese momento las mamas están menos sensibles, por lo que es más factible hacerlo sin dolor. En el caso de mujeres que ya no menstrúan se realiza una vez al mes de forma regular.



### 2. Examen clínico Mamario

Se realiza anualmente por un médico especialista a partir de los 30 años. Si presentas antecedentes familiares acudir antes. En caso de presentar alguno de los síntomas, acudir de urgencia.

### 3. Mamografía

Es el único método que ha demostrado disminución de la mortalidad por cáncer de mama (de un 29 a 30%). Permite un diagnóstico temprano, lo que ocurre siempre y cuando se realice con periodicidad.

## Pero... ¿Cuándo me hago la mamografía?

Se realiza a los 7 a 10 días después de terminar la menstruación. En el caso de mujeres que ya no menstrúan se pueden realizar cualquier día. Algo importante, **NO DUELE!**

Mamografía anual a partir de los 40 años, y una de base a los 35 años.

Pacientes de Alto Riesgo: Mamografía 10 años antes del familiar más cercano que haya tenido cáncer de mama, pero no antes de los 25 años.

## ¿Por qué es importante el diagnóstico precoz?

Si el cáncer de mama es diagnosticado a tiempo, tiene un porcentaje de curación del 90 % a cinco años.