

## CÁNCER DE MAMA

---

A nivel mundial es el primero en frecuencia en mujeres. En nuestro país en el 2008 el cáncer de mama se situaba en el primer lugar en mujeres con un promedio de 4300 casos. De las pacientes en las que se pudo determinar el estadio de la enfermedad, 50,7% de los casos de cáncer de mama buscaron atención cuando ya tenían un estadio avanzado.

El cáncer de mama es una neoplasia que puede detectarse tempranamente mediante métodos relativamente económicos, un autoexamen bien realizado y una mamografía de rutina podrían salvarle la vida a muchas mujeres.

Se ha demostrado una asociación directa fuerte entre el nivel de pobreza y la proporción de casos avanzados de cáncer ginecológico<sup>1</sup> en pacientes que fueron atendidas en el INEN, en el periodo 2000-2004. En ese sentido, la barrera del acceso a los servicios de salud sería un factor determinante para que las mujeres de estratos pobres no puedan acceder a estos métodos de prevención secundaria.



## SINTOMAS

---

En fases precoces de la enfermedad, el cáncer de mama no suele producir síntomas. Cuando se diagnostica en estadios iniciales es porque la mujer participa en programas de screening o porque se ha realizado una mamografía de control.

Los síntomas más frecuentes por los que la mujer acude al médico son:

---




<sup>1</sup>GUTIERREZ, César y ALARCON, Edith. Nivel de pobreza asociado al estadio de gravedad del cáncer ginecológico. An. Fac. med., dic.2008, vol.69, no.4, p.239-243.ISSN 1025-5583.

- Aparición de un bulto o nódulo en la mama.
- Dolor en la mama a la palpación.
- Cambios de tamaño de alguna de las mamas.
- Irregularidades en el contorno.
- Menos movilidad de una de las mamas al levantar los brazos.
- Alteración en la piel de la mama como: aparición de úlceras, cambios de color y aparición de lo que se denomina piel de naranja (por su aspecto similar a la piel de dicha fruta).
- Cambios en el pezón, como puede ser la retracción del mismo (hundimiento).
- Aparición de un nódulo en la axila.
- Existen otros síntomas como son el cansancio o el dolor óseo localizado, que pueden aparecer en las fases más avanzadas de la enfermedad.

## FACTORES DE RIESGO DEL CÁNCER DE MAMA

---

Se conocen bien varios factores de riesgo del cáncer de mama. Sin embargo en la mayoría de las mujeres afectadas no es posible identificar factores de riesgo específicos (IARC, 2008; Lacey et al, 2009).

-  **ANTECEDENTES FAMILIARES DE CÁNCER DE MAMA:** multiplican el riesgo por dos o tres. Algunas mutaciones, sobre todo en los genes BRCA1, BRCA2 y p53, se asocian a un riesgo muy elevado de ese tipo de cáncer. Sin embargo, esas mutaciones son raras y explican solo una pequeña parte de la carga total de cáncer mamario.
-  **FACTORES REPRODUCTIVOS ASOCIADOS A UNA EXPOSICIÓN PROLONGADA A ESTRÓGENOS:** como una menarquia precoz, una menopausia tardía y una edad madura cuando el primer parto figuran entre los factores de riesgo más importantes del cáncer de mama. Las hormonas exógenas también conllevan un mayor riesgo de cáncer de mama, por lo que las usuarias de anticonceptivos orales y de tratamientos de sustitución hormonal tienen más riesgo que las mujeres que no usan esos productos. La lactancia materna tiene un efecto protector (IARC, 2008, Lacey et al., 2009).
-  **CONSUMO DE ALCOHOL, EL SOBREPESO Y LA OBESIDAD, Y LA FALTA DE ACTIVIDAD FÍSICA.** Danaei y colaboradores (Danaei et al., 2005) han calculado la contribución de diversos factores de riesgo modificables, exceptuando los factores reproductivos, a la carga global de cáncer de mama. Los autores concluyen que el 21% de todas las muertes por cáncer de mama registradas en el mundo son atribuibles estos factores. Esa proporción fue mayor en los países de ingresos altos (27%), y el factor más importante fue el sobrepeso y la obesidad.

En los países de ingresos bajos y medios, la proporción de cánceres de mama atribuibles a esos factores de riesgo fue del 18%, y la falta de actividad física fue el factor determinante más importante (10%).

## PREVENCIÓN

---

El control de factores de riesgo específicos modificables, así como una prevención integrada eficaz de las enfermedades no transmisibles que promueva los alimentos saludables, la actividad física y el control del consumo de alcohol, el sobrepeso y la obesidad, podrían llegar a tener un efecto de reducción de la incidencia de cáncer de mama a largo plazo.

## DETECCIÓN PRECOZ

La detección precoz con vistas a mejorar el pronóstico y la supervivencia del cáncer de mama sigue siendo la piedra angular del control de este tipo de cáncer (Anderson et al., 2008).

Hay dos métodos de detección precoz:

- **El diagnóstico precoz** o el conocimiento de los primeros signos y síntomas en la población sintomática, para facilitar el diagnóstico y el tratamiento temprano, y
- **El cribado**, es decir, la aplicación sistemática de pruebas de tamizaje en una población aparentemente asintomática. Su objetivo es detectar a las personas que presenten anomalías indicativas de cáncer.

## Mamografía

La mamografía es el examen de detección más común del cáncer de mama. Esta prueba puede encontrar tumores que son muy pequeños al tacto, asimismo también puede encontrar un carcinoma ductal in situ (CDIS). En el CDIS hay células anormales en el revestimiento del conducto de una mama, que se pueden volver cáncer invasivo en algunas mujeres.

Las mujeres de 40 a 74 años que se sometieron a mamografías de detección tienen menos probabilidades de morir por este cáncer que quienes no lo hicieron.



TODA MUJER MAYOR DE 40 AÑOS  
DEBE REALIZARSE ESTE EXAMEN  
CADA AÑO

### **Examen clínico de la mama (ECM)**

Un examen clínico de la mama es un examen de la mama que realiza un médico u otro profesional de la salud. El médico palpará con delicadeza las mamas y debajo de los brazos para buscar bultos o cualquier cosa que parezca inusual.



TODA MUJER A PARTIR DE 30  
AÑOS DEBE REALIZARSE ESTE  
EXAMEN CADA AÑO

### **Autoexamen de la mama**

Para verificar la presencia de bultos u otros cambios en las mamas. Es importante saber cómo se ven y se sienten sus mamas normalmente. Consulte con su médico si siente cualquier bulto o nota cualquier otro cambio. No se ha mostrado que realizarse autoexámenes de la mama disminuya las probabilidades de morir por cáncer de mama.

## CÓMO REALIZAR EL AUTOEXAMEN?



**OBSERVACION  
PARADA**



ASOCIACIÓN PERUANA  
VIDAS SIN CÁNCER

1. Póngase frente al espejo, con los brazos caídos a lo largo del cuerpo. Fíjese en la piel de las mamas por si aparecen **zonas salientes (nódulos) u hoyuelos, o cambios en el tamaño o aspecto de las mamas. Observe si los pezones están normales, comprobando que no estén invertidos, retraídos o fijados hacia el interior.**

2. Luego coloque las manos en la cintura y siga buscando algún cambio.

3. Después ponga los brazos extendidos, para realizar, una vez más, la misma observación.

## AUTOEXAMEN

### ACOSTADA



ASOCIACIÓN PERUANA  
VIDAS SIN CÁNCER

### PALPACIÓN

Coloca la mano derecha detrás de la cabeza y con la punta de los dedos de la otra mano con poca presión, **palpa toda la mama** derecha en forma circular o de arriba hacia abajo según se aprecia en el dibujo, lo importante es que examines toda la mama. Luego procede de igual manera con la otra mama.

### **DEBEMOS REALIZARNOS ESTE EXÁMEN PERIODICAMENTE**

**MUJERES EN EDAD FÉRTIL:** todos los meses entre el sexto y décimo día posterior al día de inicio de la menstruación

**POST MENOPAÚSICAS:** un día fijo al mes

## **Imágenes por resonancia magnética (IRM) para las mujeres con riesgo alto de cáncer de mama**

Las IRM consisten en un procedimiento para el que usa un imán, ondas de radio y una computadora para crear imágenes detalladas de áreas internas del cuerpo. Este procedimiento también se llama imágenes por resonancia magnética nuclear (IRMN). Las IRM no usan rayos X.

Las IRM se usan como examen de detección para las mujeres que presentan una o más de las siguientes características:

- Ciertos cambios genéticos, como en los genes *BRCA1* o *BRCA2*.
- Antecedentes familiares (familiar de primer grado, como la madre, una hija o una hermana) con cáncer de mama.
- Algunos síndromes genéticos, como el de Li-Fraumeni o el síndrome de Cowden.

Las IRM identifican cáncer de mama más a menudo que las mamografías, pero es común que los resultados de las IRM parezcan anormales, incluso cuando no hay cáncer.

Para mayor información puede revisar:

<http://www.cancer.gov/espanol/pdq/tratamiento/seno/Patient/page1>

<http://www.breastcancer.org/es?gclid=CJigk8Lw9L4CFQNqOgodHGMA1w>