

Tendencias

Sobre el cáncer



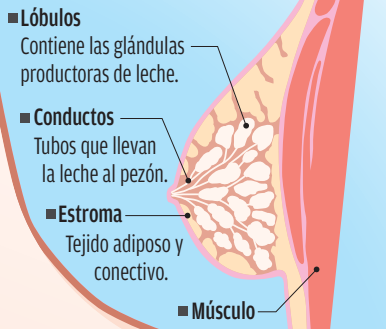
CÁNCER DE

SENO

El seno

Conocido también como glándula mamaria, el seno es el órgano encargado de producir leche durante el embarazo. Está superpuesto a los músculos del pecho y contiene, entre otros, tejido graso, nervios, ganglios linfáticos y ligamentos.

Corte lateral



La mayoría de las veces el cáncer de seno comienza en los conductos (cánceres ductales)

▶ El 19 de octubre se conmemora el Día Mundial de la Lucha contra el Cáncer de Mama con el objetivo de generar conciencia sobre la importancia de detectar oportunamente ese padecimiento, pues, a pesar de que la probabilidad de curarlo es hasta de 97 por ciento si se diagnostica en su fase más temprana, en 2013 causó una de cada cinco muertes hospitalarias.

¿Qué es el cáncer de seno?

Es un tumor maligno que se origina en sus células. Puede invadir tejidos circundantes o propagarse a áreas distantes del cuerpo (metástasis).

Factores de riesgo

Aumentan la probabilidad de desarrollar cáncer de seno, pero no son determinantes:

■ Ser mujer

Esta enfermedad es aproximadamente 100 veces más común entre las mujeres que en los hombres.

■ Envejecimiento

Dos de cada tres cánceres de seno se encuentran en mujeres de 55 años o más.

■ Genética

De cinco a diez por ciento de los casos son hereditarios.

■ Antecedentes familiares

Si la madre, hermana o hija de una mujer padecen cáncer de seno, el riesgo de ésta casi se duplica.

■ Antecedentes personales

El cáncer en un seno puede padecerse de nuevo en ese o el otro seno.

■ Raza y origen étnico

Las mujeres de raza blanca tienen mayor riesgo. Éste es menor para las asiáticas e hispanas.

■ Tejido mamario denso

Mujeres con mayor tejido glandular y fibroso (no adiposo) en sus senos tienen mayor riesgo.

■ Afecciones benignas de seno

Se refiere al crecimiento anormal de células en los conductos o lobulillos del seno.

■ Periodos menstruales

El inicio temprano de la menstruación o una menopausia tardía incrementan levemente el riesgo.

Padecieron la enfermedad



En México

Cifras en 2012

20,444 mujeres fueron diagnosticadas

5,680 murieron por esta enfermedad



! Síntomas

Anormalidades que se buscan en el autoexamen ▼

! Cambios en la piel

! Hendiduras

! Secreción

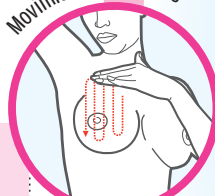
! Dolor en el seno o pezón

! Retracción del pezón

! Protuberancia o hinchazón

! Enrojecimiento o escamación

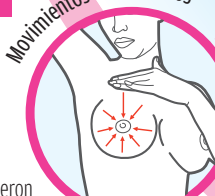
Movimientos verticales



Movimientos circulares



Movimientos concéntricos



Otros riesgos

Por estilo de vida

■ Radiación del tórax

Para niñas o adultas jóvenes que la recibieron como tratamiento contra otro cáncer.

■ Maternidad tardía

Mujeres sin hijos o que los han tenido después de los 30

■ Uso de anticonceptivos orales

El riesgo es ligeramente mayor para las mujeres que los usan.

■ Terapia hormonal después de la menopausia

La prescripción de estrógeno y progesterona aumenta el riesgo.

■ Consumo de alcohol

Incluso un consumo reducido se asocia al incremento del riesgo.

■ Sobrepeso u obesidad

Aumenta el riesgo, sobre todo después de la menopausia.

■ Falta de actividad física

Caminar de 1.25 a 2.5 horas por semana reduce 18% el riesgo.

■ Frente al espejo, de pie con los brazos a los lados
Revisar si se tiene alguno de los síntomas mencionados.

Técnicas para un autoexamen

Palpe sus senos siguiendo los movimientos mostrados. Busque alguno de los síntomas mencionados.

Después de bañarse

■ Con las manos detrás de la cabeza
Para revisar la parte inferior de sus senos.

■ Con las manos en la cadera
Desplace sus hombros y codos adelante, inclinándose ligeramente. Revise con atención sus senos.

Para el autoexamen use las yemas de los dedos índice, medio y anular

■ Recostada bocarriba
Con un brazo por encima de su cabeza y una toalla debajo de su hombro, palpe sus senos siguiendo los movimientos sugeridos.

Detección temprana

El objetivo es detectar el cáncer antes de que cause síntomas. Los tumores más grandes son más palpables, pero pueden haberse extendido más allá del seno. Se sugiere lo siguiente:

■ Mastografía de detección

Para mujeres de 40 años en adelante (uno al año).

■ Examen clínico

Mujeres de 20 a 39 años (de riesgo bajo) deben someterse al examen una vez cada tres años.

■ Autoexamen

Para mujeres a partir de los 20 años de edad.

Para mujeres de alto riesgo, con antecedentes familiares, mutaciones genéticas o radioterapia en el tórax, es recomendable lo siguiente:

■ Mastografía de diagnóstico

Consiste en tomar varias radiografías de los senos. Se requiere también una biopsia o muestra del tejido.

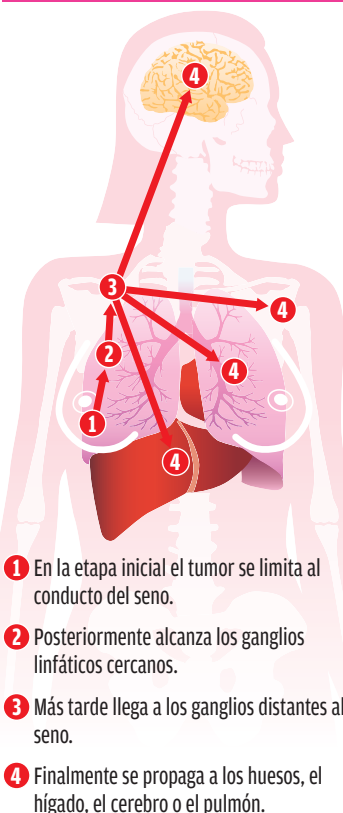
■ Resonancia magnética

Mediante el uso de ondas de radio e imanes se obtiene una imagen detallada del cuerpo.

■ Biopsia

Muestra del tejido revisada en laboratorio y que permite determinar si hay cáncer de seno, de qué tipo es y si es invasivo o no.

Etapas de la enfermedad



Tratamiento

■ Cirugía

Se usa para extirpar el tumor y verificar que no se haya propagado. En la mastectomía se retira el seno completo.

■ Radioterapia

Tratamiento con partículas de alta energía que destruyen las células cancerosas.

■ Quimioterapia

Tratamiento con medicamentos administrados por vía oral o intravenosa.

■ Terapia hormonal

Método coadyuvante para reducir el riesgo de que el cáncer regrese después de la cirugía.

■ Terapia dirigida

Recomendado para mujeres de 40 años en adelante (uno al año).

■ Cuidados posteriores

Acudir a sus citas de seguimiento y hacerse los exámenes indicados por su médico.

Fuente: Instituto Nacional de Cancerología, Sociedad Americana del Cáncer y Organización Mundial de la Salud
Infografía: Alfredo San Juan Padilla