



*Porque quisiéramos acompañarte
a disfrutar de la vida!!*



- Información sobre el
cáncer de mamas

Cáncer de mamas

Los cambios epidemiológicos sufridos en la población chilena durante las últimas décadas, junto con el aumento de la esperanza de vida al nacer, han traído como consecuencia un aumento en la incidencia de las enfermedades crónicas. Tal es el caso del cáncer, que ocupa el segundo lugar en el total de causas de defunciones, después de las enfermedades cardiovasculares.

El cáncer de mama, a nivel mundial, es la primera causa de muerte por cáncer en la mujer, con 1.67 millones de nuevos casos (25.2%) y 522.000 fallecimientos anuales (14.7%), según la Agencia Internacional de Registro de Cáncer (IARC/GLOBOCAN 2012).

En el continente Americano en el año 2012 se observaron 408.200 nuevos casos (29%) y más de 92.000 muertes (15%), según la Agencia Internacional de Registro de Cáncer (IARC/GLOBOCAN 2012).

En nuestro país, en el año 2012 la cifra de defunciones fue de 12,6 por cien mil mujeres, siendo la primera causa de muerte por cáncer en la mujer, (Fuente INE/DEIS/MINSAL), desplazando de esta manera al cáncer de vesícula que antes lideraba en mortalidad.

Cáncer de mama

La tasa de incidencia de cáncer de mama aumenta considerablemente desde los 40 años de edad, es por ello que la detección precoz y la educación son claves para su pesquisa precoz.

En Chile, el Programa Nacional de Cáncer de Mama iniciado en 1995, incluye examen clínico mamario por personal capacitado a todas las mujeres entre 35 y 64 años, cada 3 años, junto a la toma del PAP; y Mamografía a las mujeres entre 50 y 59 años, cada tres años como parte del Examen de Medicina Preventiva.

Además mujeres con sospecha clínica o radiológica se acogen a patología GES/AUGE a partir de los 15 años en adelante.

Las Garantías Explícitas en Salud (GES), constituyen un conjunto de beneficios garantizados por ley para las personas afiliadas al Fonasa y a las Isapres. Sus garantías exigibles son:

:: **Acceso:** Derecho por ley de la prestación de salud.

:: **Oportunidad:** Tiempos máximos de espera para el otorgamiento de las prestaciones.

:: **Protección financiera:** La persona beneficiaria cancelará un porcentaje de la atención.

:: **Calidad:** Otorgamiento de las prestaciones por un prestador acreditado o certificado.

¿Qué es el cáncer de mama?

El cáncer de mama es el crecimiento descontrolado de las células que forman la glándula mamaria y tienen la capacidad de invadir tejidos sanos circundantes (infiltración) y migrar a otros órganos del cuerpo (Metástasis).

Estructura normal de la mama

La mama está constituida por la glándula mamaria, la cual está formada por un conjunto de lóbulos y lobulillos. Éstos contienen pequeñas glándulas que tienen la función de producir leche. La leche viaja de los lobulillos al pezón por los conductos lactíferos. Las zonas donde se origina en mayor porcentaje un cáncer de mama son los lobulillos (cáncer lobulillar) y los conductos (cáncer ductal).

La glándula mamaria está rodeada de grasa subcutánea que le da consistencia a la mama. También posee vasos sanguíneos, que la irrigan y vasos linfáticos que drenan la linfa.

Los vasos linfáticos confluyen en pequeñas formaciones redondas, llamados linfonodos. Estos son los encargados de drenar y filtrar la linfa (líquido linfático) y almacenar glóbulos blancos (células que luchan contra los microorganismos).

Factores de Riesgo

Un factor de riesgo en salud, se define como aquella condición que al estar presente, hace más susceptible a una persona que otra a desarrollar una determinada enfermedad. Se desconocen las causas exactas que producen el cáncer de mama, sin embargo, existen factores de riesgo que podrían contribuir en su desarrollo:

a. Género: sólo por el hecho de ser mujer, tenemos mayor riesgo de desarrollar cáncer de mama. Los hombres también tienen la probabilidad de desarrollarlo, pero en el 1% de los casos.

b. Edad: a mayor edad, mayor es el riesgo de desarrollar cáncer de mama, el porcentaje aumenta pasado los 40 años, es por eso que se recomienda hacer una mamografía anual a contar de esta edad.

c. Antecedentes familiares: el riesgo de desarrollar cáncer de mama aumenta si usted tiene familiares de primer grado (madre, hermana o hija) que han desarrollado esta enfermedad.

d. Antecedentes genéticos: aproximadamente el 5% a 10% de los cánceres de mama están asociados a cambios hereditarios (alteraciones o mutaciones en los genes).

Factores de Riesgo

Según las últimas investigaciones, las mutaciones genéticas de los genes BRCA1 y BRCA2, tienen directa relación con el cáncer de mama, en consecuencia, las mujeres que presentan esta mutación tienen un 80% de probabilidades de desarrollar la enfermedad.

e. Antecedentes relacionados con la menstruación, reproducción y utilización de hormonas:

La mujer tendrá mayor riesgo de desarrollar cáncer de mama cuando:

- :: Su primer embarazo ocurra después de los 35 años
- :: Inicie su menstruación prematuramente (antes de los 12 años)
- :: La menopausia comience después de los 55 años (menopausia tardía)
- :: No tenga hijos (nuliparidad)
- :: Se esté tratando con anticonceptivos orales por largo tiempo.
- :: Utilice en forma prolongada terapia hormonal de reemplazo.

f. Otros factores:

- :: Haberse realizado cirugías mamarias previas.
- :: Antecedentes de biopsia premaligna de la mama (hiperplasia lobulillar atípica, carcinoma lobulillar in situ).

Diagnóstico

Detectar tempranamente el cáncer de mama aumenta las probabilidades de que el tratamiento contra el cáncer funcione y por ende su pronóstico.

El examen clínico de mamas, la mamografía, y el autoexamen mamario, son los exámenes que se utilizan habitualmente para detectar el cáncer de mama.

1. Examen clínico de mamas

Este examen consiste en la observación y palpación de la mama realizado por un profesional de salud especializado. El profesional palpará cada mama buscando bultos, aumento de tamaño, lesiones u otros problemas.

En Chile esta incorporado el examen clínico por especialista a partir de los 35 años hasta los 64 años de edad, cada 3 años junto con la toma del PAP.



Diagnóstico

2. Mamografía

Es una radiografía de la mama, es decir, son imágenes de rayos X de la mama. Este examen es de elección en la detección precoz del cáncer de mama, pues a través de ésta se pueden detectar microcalcificaciones, masas o bultos.

El riesgo de contraer cáncer de mama aumenta con la edad, siendo lo recomendable comenzar en forma periódica a partir de los 40 años.

En resumen, usted debe seguir las siguientes recomendaciones:

:: Edad Periodicidad: Mujeres asintomáticas con riesgo se deben realizar mamografía anual desde los 40 años.

Mujeres asintomáticas con riesgo (familiares con cáncer de mama), se deben realizar mamografía 10 años antes de diagnóstico de familiares, indicada por su médico tratante y posteriormente comenzar su control mamográfico anual desde los 35 años. Es decir, si su hermana desarrolló cáncer mamario a los 40 años, usted debe consultar a los 30 años.

Diagnóstico

3. Autoexamen de mamas

El autoexamen de mamas es un examen simple, sencillo y sin costo. Idealmente usted debe realizarlo “todos los meses”, una semana después que empieza la menstruación y en el caso de menopausia, se recomienda el primer día de cada mes.

:: Examen visual

Frente a un espejo con los brazos arriba, observe y compare la forma, tamaño y contorno de sus mamas. Normalmente muchas mujeres tienen una mama más pequeña que la otra.

:: Examen Manual

Acostada boca arriba, sobre una almohada coloque la mano derecha detrás de la nuca y el codo pegado a la cama.

Use la mano izquierda con los dedos, ligeramente estirados, presione y palpe la Mama contra las costillas en forma circular, incluyendo el pezón.

Finalmente, tome su mama con la mano derecha y con el dedo índice y pulgar de su mano izquierda apriete el pezón suavemente, desde atrás hacia delante y observe si sale algún líquido y cómo es su aspecto.

Diagnóstico

:: Examen manual en la ducha

Repetir los dos últimos pasos del examen manual bajo la ducha. El agua caliente y la mano jabonosa facilitan la detección de nódulos. Posteriormente, repita todos estos pasos en su Mama izquierda.



Recuerde que el examen clínico mamario no reemplaza a la mamografía, ni a la consulta del especialista.

¿Cómo puedo prevenir?

Las medidas preventivas están orientadas a llevar un estilo de vida saludable, es decir, principalmente realizar ejercicios en forma habitual, tener una dieta saludable, no fumar, moderar la ingesta de bebidas alcohólicas, evitar la obesidad, evitar el uso de terapia de reemplazo hormonal y resolver los problemas que le causan estrés.

Más Información

*Ministerio de Salud Chile, Minsal
Superintendencia de Salud Chile
American Cancer Society
Susan G. Komen
National Cancer Institute*

*www.minsal.cl
www.supersalud.gob.cl
www.cancer.org
www5.komen.org
www.cancer.gov*

Un proyecto de:

