

Cáncer de Seno

Nadie está exento, afecta a mujeres como a varones.



Octubre-2015

¡Llegó el mes de octubre!

Octubre se ha identificado como el mes de la prevención del cáncer de seno. Durante este mes se realizan muchas actividades para crear conciencia sobre la detección temprana y la importancia de la educación sobre la condición.

El Cáncer de Seno o Mama es un hallazgo del crecimiento descontrolado de células que se localizan en el tejido mamario. El cáncer parece ocurrir cuando el material genético de una célula cambia, produciendo que las células crezcan muy rápido y no mueran de manera normal. Actualmente el diagnóstico más común es el carcinoma ductal (en los conductos lácteos), aunque puede presentarse el carcinoma lobular (en los lobulillos productores de leche) y en raras ocasiones, el cáncer puede comenzar en otras áreas del seno.

En Puerto Rico según el Boletín del Registro Central de Cáncer, publicado en el año 2013, durante el periodo de 2005 al 2010 la incidencia de cáncer más alta para la mujer entre todos los tipos de cáncer, fue el cáncer de seno, con un 30.2% de una muestra

de 34,775 mujeres. Los hombres no están exentos de padecer esta enfermedad, aunque es menos frecuente en varones que en mujeres. Los hombres tienen tejido mamario (tejido de seno) lo que los pone en riesgo de poderla desarrollar. En Estados Unidos unos 2,000 hombres son diagnosticados con cáncer de mama, de éstos 400 mueren. Por consiguiente, invitamos a cada varón a educarse sobre esta enfermedad que se manifiesta, detecta y trata de igual manera que el cáncer de mama en la mujer.

Factores de Riesgo



Los factores de riesgo:

- Edad
- Historial familiar con cáncer de mama (madre, hermana e hija)
- Menopausia tardía (mujeres después de los 55 años)
- Mujeres que nunca hayan tenido hijos o que hayan tenido su primer hijo después de los 30 años
- Haber tenido biopsias previas
- Sobrepeso
- Alcohol

• Signos y Síntomas •

Los signos y síntomas de advertencia pueden ser distintos para cada persona. Incluso es posible que algunas personas no sientan ninguno.

- Aparición de un bulto en las mamas o debajo del brazo (axila).
- Endurecimiento o hinchazón de una parte de las mamas.
- Irritación o escamas en la piel de las mamas.
- Enrojecimiento en el pezón o las mamas.
- Hundimiento del pezón o dolor en esa zona.
- Secreción del pezón, que no sea leche, incluso de sangre.
- Cualquier cambio en el tamaño o la forma de las mamas.
- Dolor en cualquier parte de las mamas.

• Pruebas de Detección •

La detección a tiempo puede hacer la diferencia. Por eso es importante realizarse pruebas dirigidas a detectar la presencia de células cancerosas antes de que se puedan manifestar los síntomas. Existen diferentes pruebas:

• Examen Clínico

Médico o enfermera palpará la mama y áreas adyacentes. Se debe realizar en su prueba rutinaria de salud o cada 3 años, a partir de los 20 años de edad.

• Mamografía

Un estudio de radiografía de baja intensidad. Se recomienda a las mujeres cada 2 años entre las edades de 40-49 años. Para las que tienen 50-74 años, se recomienda la mamografía anual.

Mitos y Realidades sobre la Mamografía

- X Mito:** La mamografía es muy dolorosa.
- ✓ Realidad:** Son solo unos minutos de molestias por la compresión de la mama, pero no debe ser dolorosa.
- X Mito:** La radiación causa daños e incluso cáncer.
- ✓ Realidad:** La radiación es mínima y sin riesgos.
- X Mito:** Existen otros métodos eficaces de detección temprana del cáncer de mama.
- ✓ Realidad:** La mamografía es el único método que permite detectar el cáncer de mama de manera temprana.
- X Mito:** No hay necesidad de realizarse una mamografía a menos que se sienta un nódulo o síntomas de cáncer de seno.
- ✓ Realidad:** La realidad es que las mamografías de cernimiento son para las mujeres y hombres sin nódulos u otros síntomas. El mejor momento para encontrar el cáncer de seno es antes de que pueda palpase.

- X Mito:** Si una mujer u hombre se realiza el auto examen de la mama regularmente, no tiene por qué hacerse una mamografía.
- ✓ Realidad:** Aunque el autoexamen de la mama puede contribuir a palpar alguna masa, la mamografía puede detectarla hasta 2 años antes que pueda palpase.
- X Mito:** Las mamografías son caras y los seguros no las cubren.
- ✓ Realidad:** La mayoría de los planes de salud públicos y privados cubren estos exámenes.
- X Mito:** Mi madre y mi abuela nunca tuvieron cáncer de mama, así que no tengo porque preocuparme por hacerme una mamografía.
- ✓ Realidad:** La realidad es que ser mujer y envejecer, son riesgos para de desarrollar cáncer de mama. El 80% de las mujeres que tienen cáncer de seno no tienen antecedentes familiares de la enfermedad.

Tratamiento

Existen diferentes modalidades para el tratamiento del cáncer de mama. La selección de un tratamiento u otro va a depender de varios factores:

- Estadío del cáncer- El tamaño del tumor y si está solo en la mama o si se diseminó hasta los ganglios linfáticos u otras partes del cuerpo
- El tipo de cáncer
- La rapidez con que crece el tumor
- La probabilidad de que el tumor vuelva a crecer.
- La edad
- El estado general de salud
- Estado menopáusico (en el caso de la mujer, si todavía tiene periodos menstruales)
- Si el cáncer fue diagnosticado recientemente o si es reincidente.



Principales tratamientos para el cáncer de mama

Cirugía

Si el médico encuentra algo sospechoso en un estudio por imágenes, indicará realizar una biopsia para verificar si hay células cancerosas en el tejido mamario. De acuerdo a los hallazgos y evaluación, se puede llevar a cabo una cirugía para conservar la mama (mastectomía parcial) o para extirparlo por completo a través de una mastectomía radical.

Radioterapia

Existen dos tipos: radiación externa e interna. En la radiación externa se emite radiación desde una máquina externa al cuerpo que se concentra en el área afectada por el cáncer. En la radiación interna también conocida como braquiterapia, se colocan unos pequeños implantes (semillas) radioactivos en el área donde ha estado el cáncer.

Quimioterapia

La quimioterapia se refiere al tratamiento contra el cáncer que se basa en administrar medicamentos

por vía oral o intravenosa (por vena). Se administra en ciclos, lo que significa que luego de cada período de tratamiento, debe haber un tiempo de recuperación.

Terapia Hormonal

Esta terapia consiste en la utilización de medicamentos para tratar el cáncer que se ha propagado o regresado después de un tratamiento. La mayoría de los tipos de terapia hormonal disminuyen los niveles de estrógeno o evitan que el estrógeno actúe en las células cancerosas del seno.

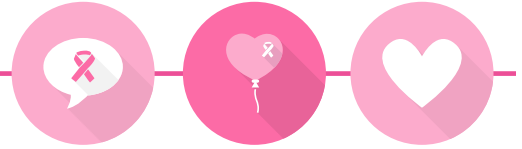
Terapia dirigida

Es el uso de medicamentos para combatir de manera específica los cambios genéticos que causan cáncer en las células del seno.

Terapia dirigida a los huesos

Cuando el cáncer de mama se propaga a los huesos, se utilizan ciertos medicamentos para ayudar a reducir el dolor y prevenir las fracturas.

Prevención



Algunas medidas que ayudan a reducir la probabilidad de padecer la enfermedad son:

- Mantener un peso saludable.
- Evitar el consumo de alcohol.
- Hacer ejercicio por 4 horas o más a la semana.
- Evitar la exposición a sustancias químicas que pueden causar cáncer (carcinógenos).
- Reducir la exposición a radiación.
- Consultar con el médico cualquier tratamiento hormonal.
- Visitar inmediatamente al médico si durante un autoexamen de la mama se encuentra alguna señal o síntoma extraño. Este examen se recomienda una vez al mes, y en el caso de las mujeres preferiblemente después de la menstruación.
- Identificar historial familiar de cáncer de seno (cambios en los genes BRCA 1 y BRCA 2)
- Evaluar con su médico las siguientes maneras para reducir el riesgo:
 - antiestrógenos u otros medicamentos que impidan o bajen el estrógeno en el cuerpo
 - cirugía para reducir el riesgo de cáncer de mama (en las mujeres mastectomía o la extirpación de los ovarios y las trompas de falopio)

Eventos Especiales de Concienciación y Educación sobre el Cáncer de Seno



Diferentes organizaciones se unen realizando actividades dirigidas a educar sobre la enfermedad y la importancia de las pruebas de detección.

RACE for the Cure

Evento realizado todos los años por la Organización **Susan G. Komen**. Este evento consiste de una carrera de 5k y de diferentes actividades para toda la familia. Los fondos recaudados están destinados a apoyar las pruebas para la detección de cáncer de mama y el tratamiento para los pacientes con esta enfermedad.

La Sociedad Americana contra el Cáncer realizará diferentes actividades durante el mes dirigidas a educar a la mujer y a sus familiares sobre el cáncer de seno. Además, de recaudar fondos para costear mamografías y brindar otros servicios a la comunidad a través de su programa de apoyo al paciente. Para más información se puede comunicar al teléfono (787) 764 – 2295.

Únete a estas iniciativas y estarás contribuyendo a apoyar los esfuerzos dirigidos a reducir el cáncer de seno en Puerto Rico.

Referencias

- <http://www.cancer.gov/espanol/tipos/seno>
- <https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/001289.htm>
- http://www.estadisticas.gobierno.pr/iepr/LinkClick.aspx?fileticket=XNd4xX_dMjg%3D&tabid=186
- <http://www.cancer.org/espanol/cancer/cancerdeseno-tratamiento-informacion-general>
- <http://www.who.int/topics/cancer/breastcancer/es/index3.htm>
- http://www.cdc.gov/spanish/cancer/breast/basic_info/prevention.htm

Para mayor información comuníquese con la Unidad de Educación en Salud de Triple-S Salud al 787-277-6571



Federal Employee Health Benefit Program