



Día mundial del cáncer de mama

19 DE OCTUBRE

- > El cáncer de mama es el de mayor prevalencia en mujeres.
- > El cáncer de mama es el cáncer más común y la causa más común de muerte por cáncer en las mujeres en las Américas.
- > En 2020, hubo más de 210,000 nuevos diagnósticos de cáncer de mama en América Latina y el Caribe, y casi 68,000 muertes.

¿Dónde se origina el cáncer de mama?

- > El cáncer de mama surge en las células de revestimiento de los conductos (85%) o lóbulos (15%) del tejido glandular de la mama.
- > Cuando el cáncer se limita al conducto o lóbulo donde comenzó, no causa síntomas, pero puede eventualmente progresar e invadir el tejido circundante y, finalmente, los ganglios linfáticos locales y otros órganos.





¿Cuáles son los factores de riesgo del cáncer de mama?

- 01 Edad:**
La mayoría de los cánceres de mama se diagnostica después de los 50 años de edad.
- 02 Mutaciones genéticas:**
Las mujeres que han heredado en ciertos genes (tales como en el BRCA1 y el BRCA2)
- 03 Historial reproductivo:**
Comienzo de la menstruación antes de los 12 años de edad y de la menopausia después de los 55 años.
- 04 Tratamientos previos con radioterapia:**
Haber recibido radioterapia en el pecho o las mamas antes de los 30 años.
- 05 Tener mamas densas:**
Las mamas densas tienen más tejido conjuntivo que tejido adiposo, dificultando la detección de tumores en una mamografía.
- 06 Exposición al medicamento dietilestilbestrol:**
Hace años se utilizó para prevenir el aborto espontáneo.
- 07 Antecedentes familiares:**
De cáncer de mama o cáncer de ovario.
- 08 Antecedentes personales:**
De cáncer de mama o ciertas enfermedades de las mamas que no son cancerosas. Las mujeres que han tenido cáncer de mama tienen mayores probabilidades de tener esta enfermedad por segunda vez. La hiperplasia atípica o el carcinoma lobulillar in situ, están asociadas a un mayor riesgo.





¿Cuáles son los factores de riesgo que se pueden controlar o evitar?

- > No mantenerse físicamente activa. Las mujeres que no se mantienen físicamente activas tienen un mayor riesgo.
- > Tener sobrepeso u obesidad después de la menopausia. Las mujeres mayores que tienen sobrepeso u obesidad tienen mayor riesgo.
- > Tomar hormonas. Aquellas que incluyen tanto estrógeno como progesterona, que se toman por más de cinco años durante la menopausia pueden aumentar el riesgo.
- > Historial reproductivo. Primigesta después de los 30 años sin amamantar.
- > Tomar alcohol. Aumenta el riesgo cuanto mayor cantidad de alcohol tome.

¿En el Perú hay una ley sobre el cáncer de mama?

Sí, es la Ley N° 31561, la cual indica:

Derecho de licencia para exámenes de detección temprana de cáncer de mama y cuello uterino.

Las aseguradoras públicas y privadas deberán integrar a sus planes de seguros, la cobertura quirúrgica de las pacientes diagnosticadas.

De este modo, el médico tratante puede indicar lo siguiente:

Cirugía reconstructiva por mastectomía parcial o total.

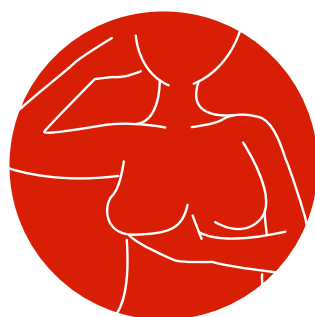
Tratamientos especializados con rehabilitación física, psicológica y psiquiátrica.

Procedimientos quirúrgicos con dispositivos médicos según el tipo de cáncer.



¿Cómo se hace el autoexamen de mama?

- > El autoexamen de mamas es un chequeo para buscar cambios o problemas en el tejido mamario. Hable con su médico respecto a si el autoexamen de mamas es apropiado en su caso.
- > El mejor momento es más o menos de 3 a 5 días después del comienzo del periodo.
- > Si usted ha llegado a la menopausia, realícese el examen el mismo día todos los meses.
- > Empiece por acostarse boca arriba, es más fácil examinarse todo el tejido mamario si está acostada. Ahora:
 - Coloque la mano derecha por detrás de la cabeza. Con los dedos de la mano izquierda presione suave, pero con firmeza, con movimientos pequeños para examinar toda la mama derecha.
 - Luego, estando sentada o de pie, palpe la axila.
 - Presione suavemente los pezones, verificando si hay secreción. Repita el proceso en la mama izquierda.
 - Trate de cubrir todo el tejido mamario.
- > Luego, párese frente a un espejo con los brazos a los lados:
 - Mire las mamas directamente y en el espejo; busque cambios en la textura de la piel, como hoyitos, arrugas, abolladuras o piel que luzca como cáscara de naranja.
 - Igualmente, observe la forma y el contorno de cada mama.
 - Revise para ver si el pezón está hundido.



¿Cómo se diagnostica el cáncer de mama?

Los médicos generales suelen utilizar pruebas adicionales para detectar o diagnosticar el cáncer de mama con médicos especialistas:

- > Ultrasonido mamario.
- > Mamografía de diagnóstico.
- > Imagen por resonancia magnética (IRM) de las mamas.
- > Biopsia.



portal.mapfre.com.pe



APP MAPFRE

Lima

213-3333

Celular

*3001

Provincia

0801-1-1133



999 919 133

mapfre.com.pe