



# ¿Qué es el cáncer de mama?

**El cáncer de mama es el crecimiento descontrolado de células anormales en la mama, que puede formar nódulos malignos (cancerosos tumores). Algunos nódulos mamarios son benignos (no cancerosos).**

En Estados Unidos, una de cada ocho mujeres podría desarrollar cáncer de mama a lo largo de su vida. Y, si bien los diagnósticos se dan principalmente en mujeres, los hombres también se ven afectados.

## **TIPOS DE CÁNCER DE MAMA**

El cáncer de mama que se origina en los lobulillos, o glándulas productoras de leche, se denomina "carcinoma lobular". Si se origina en los conductos que transportan la leche, se denomina "carcinoma ductal".

Las células cancerosas que permanecen únicamente en el tejido mamario se denominan carcinomas "in situ". Si las células se diseminan fuera de la mama a otras partes del cuerpo, se denomina "cáncer de mama invasivo".

## **SÍNTOMAS**

- Bulto o engrosamiento en la mama, a menudo sin dolor.
- Cambio en el tamaño, la forma o el aspecto de la mama.
- Hojitas, enrojecimiento, hoyuelos u otros cambios en la piel.
- Cambio en el aspecto del pezón o de la piel que lo rodea (areola).
- Secreción anormal o sanguinolenta del pezón.

## **FACTORES DE RIESGO**

Según la Organización Mundial de la Salud, entre los factores que pueden aumentar el riesgo de ser diagnosticada con cáncer de mama se incluyen:

- Edad
- Peso/Obesidad
- Consumo de alcohol y tabaco, y antecedentes de exposición a radiación
- Antecedentes familiares
- Antecedentes reproductivos (p. ej., edad de la menarquia y embarazos)
- Terapias hormonales posmenopáusicas

**Sin embargo, casi el 50% de las mujeres diagnosticadas con cáncer de mama en EE. UU. no presentan factores de riesgo aparte del sexo y la edad. Por lo tanto, es fundamental acudir a consulta y realizarse pruebas de detección precozmente.**



# Detección y prevención del cáncer de mama

**La detección precoz del cáncer de mama permite identificar tumores más pequeños, que a menudo pueden tratarse con procedimientos y tratamientos menos invasivos.**

## **DETECCIÓN Y EVALUACIÓN PRECOZ**

Las revisiones mamarias periódicas aumentan las probabilidades de detectar el cáncer en una fase temprana, cuando es más tratable. Según la Sociedad Americana Contra El Cáncer, cuando el cáncer de mama se detecta precozmente y está localizado, la tasa de supervivencia a cinco años es de casi el 100%.

- Los métodos de detección/cribado incluyen:
  - Autoexámenes
  - Mamografías
  - Ecografías
  - Exámenes clínicos de mama

Si bien se recomiendan las mamografías anuales para mujeres de 40 años o más, las pruebas de detección pueden comenzar antes si presenta algún síntoma o tiene antecedentes familiares de cáncer de mama.

**Consulte con su médico sobre el programa de pruebas de detección más adecuado según sus antecedentes personales y factores de riesgo.**

## **DIETA Y EJERCICIO**

- Realizar actividad física con regularidad, mantener un peso saludable y limitar el consumo de alcohol puede ayudar a reducir el riesgo de cáncer de mama.
- Una dieta rica en frutas, verduras, cereales integrales y proteínas magras puede contribuir a reducir el riesgo.



# Etapas y tratamientos

**La estadificación del cáncer es un sistema que se utiliza para describir la extensión y la progresión del cáncer en el cuerpo. Al determinar la etapa, los médicos pueden decidir mejor el tratamiento.**

## **Etapa 0 / No invasiva**

- Se han encontrado células cancerosas en los conductos mamarios, pero no se han extendido más allá de estos.

## **Etapa 2 / Invasiva - Localizada**

- Las células cancerosas se han extendido más allá del tejido mamario a 1-3 ganglios linfáticos (ganglios linfáticos auxiliares) más cercanos a la mama.

## **Etapa 1 / Etapa temprana - Invasiva**

- Las células cancerosas se han extendido más allá de los conductos o lobulillos mamarios hacia el tejido mamario circundante, pero no se han propagado a los ganglios linfáticos.

## **Etapa 3 / Invasiva - Propagación regional**

- Las células cancerosas se han extendido más allá del tejido mamario hacia los ganglios linfáticos o músculos más alejados de la mama.

## **Estadio 4 / Metástasis - Diseminación a distancia**

- Cáncer de mama avanzado que se ha extendido (metastatizado) desde la mama a otros órganos del cuerpo.

**Dependiendo de la etapa en la que se encuentre, se pueden utilizar diferentes tratamientos.**

## **Tratos**

- Cirugía
- La terapia hormonal - impide que las células cancerosas obtengan las hormonas que necesitan para crecer.
- Radioterapia - utiliza rayos de alta energía (similares a los rayos X) para destruir las células cancerosas.

- Quimioterapia - utiliza medicamentos para reducir o destruir las células cancerosas. Los fármacos pueden administrarse por vía oral, intravenosa o, en ocasiones, de ambas maneras.
- Terapia biológica - actúa con el sistema inmunitario del cuerpo para ayudarlo a combatir las células cancerosas.