

¿Es común el cáncer de mama hereditario?

No. Sólo el 5 al 10% de los cánceres de mama son hereditarios.

Los factores que aumentan la probabilidad de tener cáncer de mama hereditario son:

- Diagnóstico antes de los 45 años.
- En ambos senos (bilateral).
- En un pariente hombre, y varios casos de cáncer de mama y/u ovario del mismo lado de la familia.
- El pertenecer a un grupo étnico de alto riesgo (Judío Askenazi).

Una consejería en genética puede analizar la historia familiar incluyendo antecedentes médicos de familiares directos de

primer grado (padres, hermanos, hijos) y de segundo grado (abuelos, tíos y tías) para determinar si existe o no un riesgo para el cáncer hereditario de mama y/u ovario.

UN ASESORAMIENTO GENÉTICO ES OTORGADO POR PROFESIONALES DE LA SALUD CAPACITADOS, Y PUEDE AYUDAR A LAS PACIENTES Y SUS FAMILIAS A TOMAR DECISIONES INFORMADAS, Y A COMPRENDER EL RIESGO HEREDITARIO.

¿Cuál es el tratamiento para el cáncer de mama?

El tratamiento depende de la etapa en que se haya diagnosticado el cáncer.

Siempre que sea posible, se realizará una mastectomía parcial y si es necesario el vaciamiento de los ganglios linfáticos axilares. En ocasiones, es necesario realizar una mastectomía total, que es la extirpación de la mama, con reconstitución plástica inmediata o diferida.

Dependiendo de la paciente, el tratamiento quirúrgico se complementa con radioterapia y/o quimioterapia, y/o hormonoterapia.



¿Existen medidas de prevención?

- **LACTANCIA MATERNA:** El haber amamantado reduce el riesgo de desarrollar cáncer de mama.
- **REALIZAR EJERCICIO:** Está comprobado que realizar al menos una hora diaria de ejercicio reduce el riesgo de desarrollar cáncer de mama.
- **CONSUMIR UNA ALIMENTACIÓN RICA EN FIBRA:** La fibra ayuda a reducir la cantidad de estrógenos circulante. Los alimentos ricos en fibra son las frutas frescas, verduras y cereales.

EL 90% DE LOS CÁNCERES DE MAMA PUEDEN SER CURADOS SI SE DETECTAN A TIEMPO. LA SOBREVIVENCIA POR UN CÁNCER DE MAMA DEPENDE DE UN DIAGNÓSTICO PRECOZ.

Clínica Alemana

Av. Vitacura 5951, Vitacura
Santiago de Chile
Teléfono: (56 2) 210 11 11
Fax: (56 2) 210 12 14
E-Mail: clinica@alemana.cl
www.alemana.cl

Centro Médico

Clínica Alemana de La Dehesa
Av. El Rodeo 1908, Lo Barnechea
Santiago de Chile
Teléfono: (56 2) 586 17 00
Fax: (56 2) 586 17 01





M A Y O

Mes de la
Mama



Programa de Prevención y Detección
Precoz del Cáncer Mamario

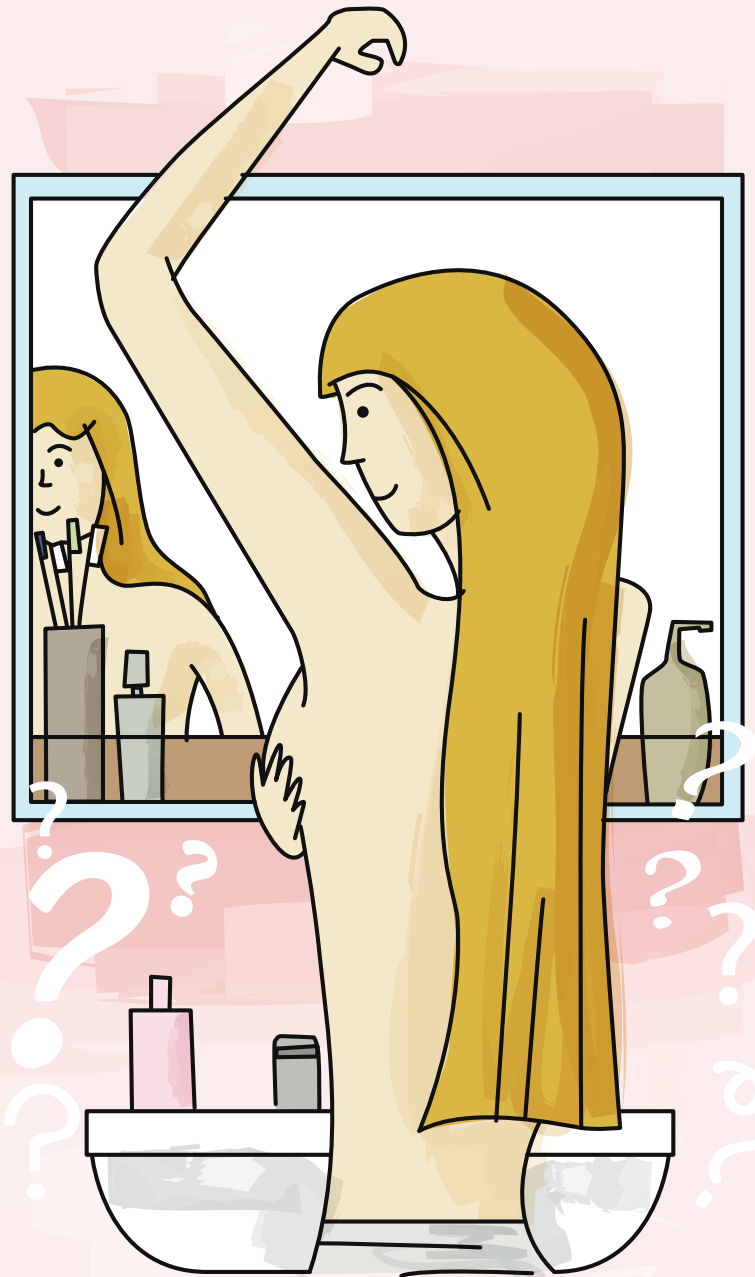
Enfermedades de la mama

Las mamas han sido siempre, desde la antigüedad, símbolo de feminidad y fertilidad, y son parte fundamental de toda representación de la mujer en la literatura y el arte.

Sin embargo, esto no pareciera tener relación directa con el especial cuidado que la mujer debe dedicarles. Un ejemplo de ello es que, en Chile, el cáncer de mama es la segunda causa de muerte por cáncer en la mujer.

Un **chequeo médico periódico** permite su detección precoz, facilita un tratamiento adecuado y oportuno, mejorando en forma significativa su pronóstico.

Este texto es una invitación a aprender a cuidar la salud de las mamas, parte importante en el bienestar y psicología de la mujer.





¿Cuáles son las patologías mamarias más frecuentes?

■ Enfermedad fibroquística de la mama:

Es un cambio en el tejido mamario que le da una consistencia irregular y densa, usualmente más marcada en los cuadrantes externos, varían con el ciclo menstrual. Se asocia con dolor (mastalgia) y a veces se presenta con nódulos o quistes que no requieren tratamiento. La causa aún no se comprende con exactitud, parece estar asociada con las hormonas ováricas.

En cuanto a su incidencia, se estima que se presenta en más del 60% de las mujeres entre los 30 y los 50 años de edad. Esta condición no aumenta el riesgo de desarrollar cáncer de mama.

■ Fibroadenomas:

Son tumores frecuentes en mujeres jóvenes, benignos, de superficie lisa, móviles, no adheridos a planos superficiales o profundos. Se producen por proliferación de tejido alrededor del lóbulo mamario y tienen una consistencia gomosa a la palpación. Estas lesiones no se asocian a un mayor riesgo de cáncer. En caso de existir duda en el diagnóstico, se puede completar el estudio con una biopsia por punción.

■ Microcalcificaciones mamarias:

Se producen por el depósito de calcio secundario a procesos normales como la lactancia, secuelas de inflamaciones, pequeños traumas y desechos celulares que son detectables en la mamografía. En un porcentaje de mujeres, las microcalcificaciones tienen características particulares y sospechosas de enfermedad maligna, lo que hace necesario realizar estudios más específicos.

■ Infección de la mama (mastitis):

Es la infección e inflamación de la glándula mamaria, a veces asociada a la lactancia. La glándula se inflama, lo que se traduce en dolor, aumento de volumen, enrojecimiento y mayor temperatura de la piel.

■ Cáncer de mama:

Es el crecimiento fuera de control de las células del tejido mamario. Esta enfermedad, y sus múltiples tipos de manifestaciones, se desarrollan en forma muy diferente en cada mujer. En algunas puede mantenerse circunscrita a la mama por años y en otras puede diseminarse a ganglios linfáticos, incluso antes de tener un nódulo palpable.



¿Cuáles son los principales factores de riesgo para desarrollar cáncer de mama?

› **SEXO:** Ser mujer es el mayor factor de riesgo, ya que la probabilidad de desarrollar cáncer de mama es 100 veces superior a la del hombre.

› **EDAD:** Esta patología tiene una escasa incidencia antes de los 30 años y aumenta progresivamente con la edad, de manera tal que el 80% se diagnostica sobre los 50 años.

› **HISTORIA PERSONAL DE CÁNCER DE MAMA:** Si se ha desarrollado cáncer en una mama, el riesgo de que se presente en la otra es 3 a 4 veces mayor.

› **PREDISPOSICIÓN GENÉTICA:** La incidencia de cáncer de mama varía entre los distintos países. La frecuencia más alta se da en Estados Unidos, Canadá y en el norte de Europa. La más baja, en Asia.

› **EMBARAZO:** Las mujeres que no han tenido hijos o cuyo primer embarazo ocurrió después de los 35 años, presentan un mayor riesgo.

› **ESTRÓGENOS:** Mientras más largo es el tiempo de exposición a los estrógenos, mayor es el riesgo de desencadenar cáncer de mama. Por ejemplo: Las mujeres que han tenido su primera menstruación (menarquia) antes de los 12 años, o su última menstruación (menopausia) después de los 55 años, están más expuestas.

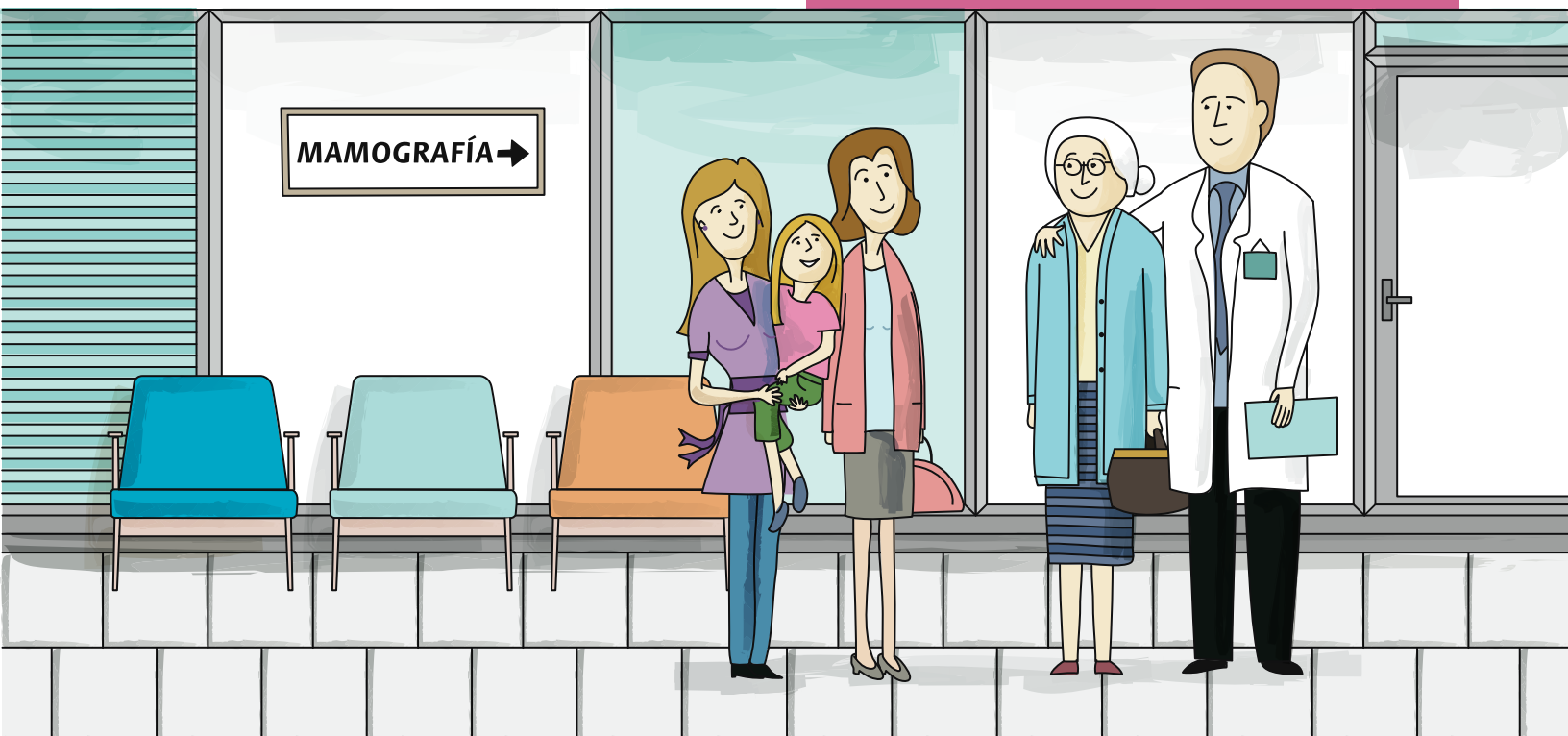
› **HISTORIA FAMILIAR:** Las mujeres que tienen antecedentes de madres o hermanas con cáncer de mama presentan un mayor riesgo de desarrollarlo. Este riesgo aumenta si el diagnóstico se produjo antes de la menopausia. Al tener un familiar directo con esta patología, el riesgo aumenta al doble; si se da en más de dos familiares directos, el riesgo se quintuplica.

› **TERAPIA DE REEMPLAZO HORMONAL COMBINADA, ININTERRUMPIDA POR MÁS DE CINCO AÑOS:** El uso de estrógenos y progesterona por períodos prolongados, aumenta el riesgo y requiere control médico periódico.

› **RAZA:** Las mujeres caucásicas desarrollan con mayor frecuencia esta patología, en comparación con las mujeres de raza negra o hispana.

› **ALCOHOL:** El consumo de más de dos bebidas alcohólicas al día, aumenta en 20% el riesgo de desarrollar cáncer de mama, en comparación con las mujeres que no beben.

› Es importante señalar que aproximadamente el 70% de los cánceres mamarios se detecta en mujeres que no presentan ningún factor de riesgo.



¿Cuáles son los síntomas del cáncer de mama?

- Tumor palpable en la mama o en la axila.
- Presencia de sangre en el pezón.
- Retracción en la zona del pezón o areola.
- Alteraciones de la piel, como retracción, apariencia de "piel de naranja", cambios de color, tumoración.

➤ **Los síntomas siempre son tardíos, lo ideal es hacer el diagnóstico antes que se presenten.**

¿Qué se recomienda para detectar en forma precoz el cáncer de mama?



Se recomienda realizar una mamografía, complementada con un examen clínico de las mamas efectuado por un médico, una vez al año, a todas las mujeres desde los 40 años en adelante. En mujeres con antecedentes familiares, se sugiere iniciar este control 10 años antes de la edad en que fue diagnosticado el cáncer de mama en el familiar.

La mamografía ha demostrado disminuir entre 25 y 30% la mortalidad por cáncer mamario, al permitir evidenciar tumores dos años antes de ser palpables.

Se recomienda complementar el estudio con una ecotomografía mamaria.

➤ **Si se encuentra una alteración en la mamografía:**

Cuando hay hallazgos dudosos en una mamografía, se complementa con una ecotomografía para precisar la naturaleza de la lesión; y si es sospechosa, se indica una biopsia.

Existen otros exámenes complementarios que no se solicitan en forma rutinaria, sino en casos especiales; por ejemplo, la Resonancia Nuclear Magnética, galactografía y la aspiración con aguja. La elección de estas distintas alternativas va a depender de cada caso en particular.

¿Qué es una mamografía?

Es una radiografía de las mamas, que permite que las anomalías del tejido mamario, tanto benignas como malignas, puedan ser detectadas cuando su diámetro es aún muy pequeño, haciendo más fácil su tratamiento. Se aconseja programarlo a continuación del período menstrual, cuando las mamas están menos sensibles.

Para su realización y óptima calidad, cada mama debe ser fijada y comprimida en un equipo diseñado para este efecto. Se obtienen al menos dos vistas de cada glándula en diferentes posiciones para asegurar que todo el tejido haya sido examinado. La compresión logra un grosor uniforme del tejido mamario, lo cual permite obtener imágenes más nítidas con una menor radiación. La realización de una mamografía no requiere de preparación previa. El día del examen no se debe usar desodorante, talco, perfume o crema en las mamas o axilas, ya que estas sustancias a veces dejan residuos que pueden interferir en los resultados.

Clínica Alemana cuenta con un mamógrafo full digital de campo completo. Éste permite obtener mamografías de alta resolución, para ser informadas por médicos radiólogos especialistas en imágenes mamarias. Esta nueva técnica, permite archivar las mamografías en un servidor central, y así disponer de ellas en los controles posteriores, detectando mínimos cambios en la glándula mamaria.

➤ **MAMOGRAFÍA:**
4º piso Centro de Diagnóstico, Manquehue
Norte 1410. Teléfono: 210 13 50