

Comparte especialista medidas preventivas contra cáncer de mama



En **México**, a partir del 2006 el **cáncer de mama es la segunda causa de muerte entre mujeres**, además de ser el país con más del **62 por ciento de casos en etapas avanzadas**.

Ante ello, la **detección temprana** de esta enfermedad es importante para luchar contra ella, y en este tiempo de pandemia se debe evitar retardar o suspender el tratamiento oncológico.

Así lo dijo la doctora **Sonia Flores**, jefe de oncología mamaria del **Hospital Materno Infantil**, quien apuntó que el cáncer de mama no espera a que termine la crisis sanitaria para que una persona se realice un diagnóstico.

*“No hay porque temer, no hay porque retrasar, el **COVID-19** puede ser más peligroso para los pacientes con cáncer”,* indicó Flores.

“Tienen que checarsse con todas las medidas de precaución porque esperamos un aumento de mortalidad por cáncer de mama debido a la pandemia por esos retrasos que hubo”.



width="900" loading="lazy">

En su conferencia “**¿Cómo podemos prevenir el cáncer de mama?**”, la cirujana oncóloga abordó aspectos sobre este padecimiento, como los tipos de cáncer que existen, factores de riesgo, entre otros.

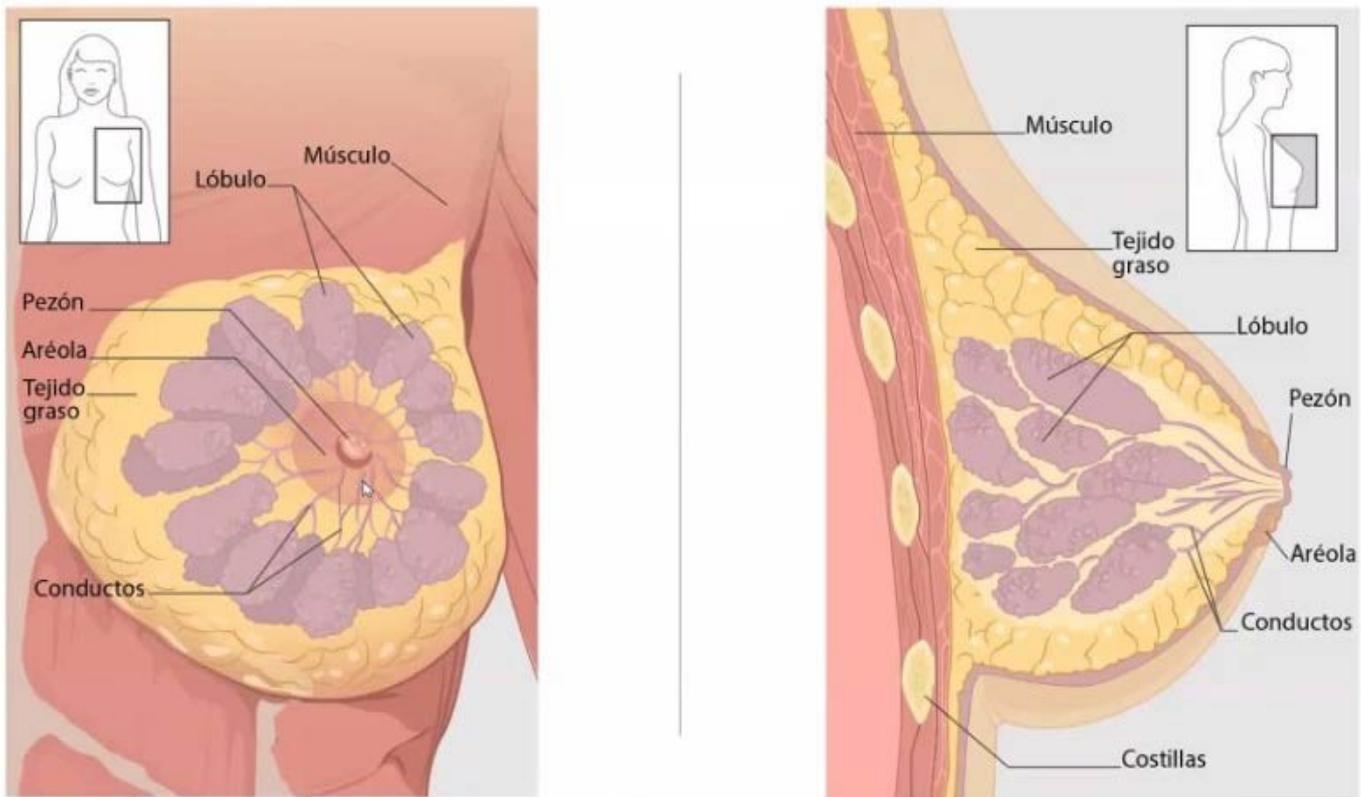
¡Conócelo!

La doctora señaló que el cáncer de mama es una enfermedad en que células de la glándula mamaria se multiplican sin control y forman un **tumor** del que pueden migrar células tumorales a otros órganos y causar la muerte.

“Un tumor maligno es igual a cáncer, sin embargo, la mayoría de los tumores que aparecen en la glándula mamaria son benignos, pero la única manera de saber es estudiándolo”, comentó.

Además, existen distintos **tipos de cáncer de mama**, de los cuales depende en dónde se originan, ya que la glándula mamaria tiene diferentes clases de tejido.

“La mayoría de los cánceres de mama se originan en conductos que llevan la leche al pezón, se llaman carcinomas ductales. Aproximadamente el 65% los casos son de este tipo”, dijo.



width="802" loading="lazy">

Los factores de riesgo

La cirujana oncológica comentó que, aunque no hay una causa conocida que produzca **cáncer de mama**, esta es una combinación de factores de riesgo que deben conocerse para referirse en el historial.

*“Los factores que no podemos cambiar es ir teniendo más edad. Hay **mutaciones genéticas que se heredan**, esto ocurre aproximadamente en un 10 a 15 por ciento de todos los casos.*

“Estas mutaciones pueden heredarse por la mamá o el papá y no saberlo ni los antecesores hasta que se manifieste”, mencionó.

El **historial reproductivo** de una mujer es importante, ya que si la menstruación inicia antes de los 12 años existe mayor riesgo, también si la menopausia termina después de los 52 o 55 años.

“(Otro) factor es mamas densas. Mientras mayor tejido conectivo se tenga es una mama densa”, dijo.

CÁNCER DE MAMA EN MÉXICO



8 MIL 024

MUERTES se registraron en 2019

24 MIL 312

CASOS nuevos el año pasado

15 POR CIENTO de los casos
se detectan en etapa 1

< 50 AÑOS tienen la mitad
de los pacientes

< 40 AÑOS
tiene el 13% de los pacientes

1 DE CADA 200 casos son hombres

Fuente: Sonia Flores, cirujana oncóloga y especialista en cirugía de mama.

CONECTA

Las noticias del Tec

width="900" loading="lazy">

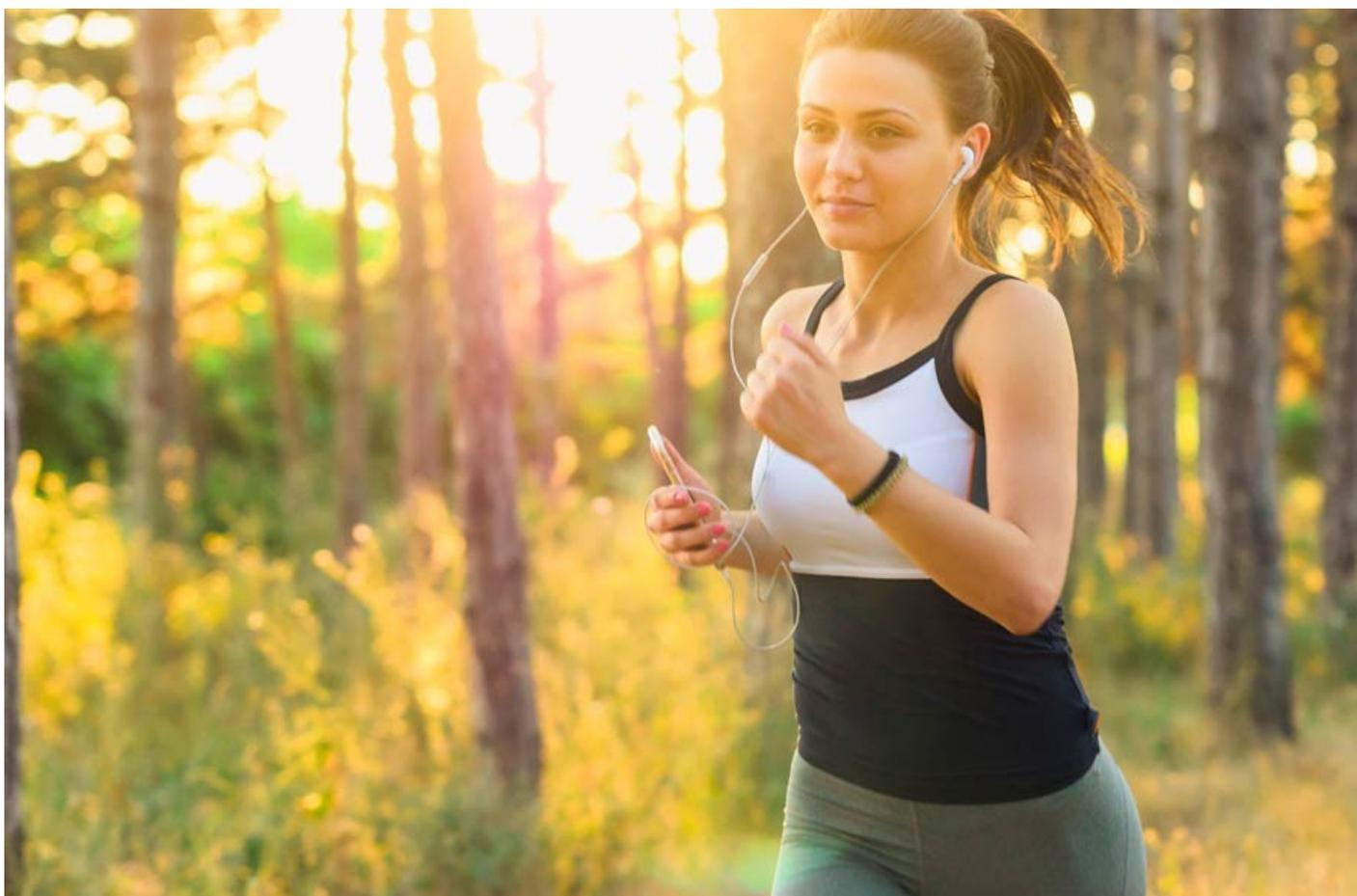
Flores agregó que una persona que ya tuvo la enfermedad tiene el riesgo de desarrollar otro cáncer de mama en la misma glándula mamaria, si no fue extirpada, o en la otra.

*“Cuando tenemos **antecedentes familiares** de cáncer de mama u ovario, sobre todo en familiares de primera línea o de segunda línea, aumenta el riesgo”,* explicó.

Además, si se ha recibido antes de los 30 años tratamientos con radioterapia al pecho, tórax o glándula mamaria existe también un mayor riesgo, añadió la doctora.

¿Qué puedes prevenir?

Sonia Flores compartió que, según estudios, el mantenerse **físicamente activos** disminuye el riesgo de desarrollar un cáncer de mama, así como muchas otras enfermedades.



width="900" loading="lazy">

*“(También) tomar por un tiempo prolongado tratamiento para la **menopausia** también aumenta el riesgo, sobre todo cuando se toma por más de cinco años consecutivos”.*

La especialista compartió que si se tiene un hijo después de los 30 años o no se tiene se corre el riesgo de padecer cáncer de mama, así como también el no amamantar.

*“Abusar de la ingesta de alcohol aumenta el riesgo, (se recomienda) no tomar o limitarse. El **tabaquismo** y la exposición a ciertas **sustancias químicas** también es riesgo.*

“Incluso estudios recientes han demostrado que tener turnos nocturnos por tiempo prolongado también aumenta el riesgo”, señaló.



width="900" loading="lazy">

¿Cómo detectarlo?

La doctora expuso que el **síntoma más común del cáncer** de mama es una masa o nódulo nuevo en la glándula mamaria que puede detectarse, así como otros signos.

“Es importante que aparte de un tumor puede haber retracción de piel, hundimiento del pezón, secreción anormal, enrojecimiento o cambios de coloración en la piel y textura”, señaló.

La recomendación de guías clínicas y oncólogos es la **autoexploración mamaria**, que debe hacerse mensualmente y después de la menstruación a partir de los 18 años, compartió.

“Hacer una palpación de toda la glándula mamaria y de la región axilar para ver si no hay nódulos que se palpen y presionando sobre el pezón para ver si no hay secreción”, dijo.

La doctora recomendó también acudir a **revisión clínica** con un experto una vez al año **a partir de los 20 años** y realizar **mamografía** una vez al año **a partir de los 40 años**.

*“La **responsabilidad social en cáncer de mama es de todos**. Qué bueno que tenemos estos espacios para transmitir esta información actualizada y responsable”.*

Reconocen su aportación

Adriana Muñoz, de la dirección de **Bienestar y Consejería de campus Monterrey**, otorgó una distinción a la doctora Sonia Flores como agradecimiento por su información brindada.

“A nombre del todo el equipo de Bienestar y Consejería le doy las gracias, doctora Sonia. Fue información muy clara, útil e importante para todos”, dijo Muñoz.



width="900" loading="lazy">

Por su parte, **Jorge Lozano Laín**, director de Bienestar y Consejería, señaló que la información es importante tanto para **mujeres como para hombres**.

“Es sumamente relevante para todos, no solamente las damas, sino también para nosotros los caballeros dado también porque hay cáncer de mama en hombres”, comentó.

SEGURAMENTE QUERRÁS LEER TAMBIÉN:

