

# La verdad sobre el cáncer de seno

## Lo que usted necesita saber

### ¿Puedo prevenir el cáncer de seno?

Las causas del cáncer de seno no son comprendidas totalmente. Aunque es claro que la edad, el género sexual y la exposición al estrógeno durante la vida de una mujer, así como otros factores, juegan un papel importante. Debido a que nadie sabe exactamente qué causa el cáncer de seno, no hay una manera específica de prevenirlo. Sin embargo, hay varias medidas que puede tomar que pueden disminuir la probabilidad de tener cáncer de seno. Los pasos incluyen mantener un peso saludable, incorporar ejercicio a su rutina y limitar el consumo de bebidas alcohólicas. En mujeres de alto riesgo, los medicamentos llamados tamoxifen y raloxifen también pueden ayudar a reducir el riesgo de desarrollar cáncer de seno.

### ¿A quién le da cáncer de seno?

Cualquier persona puede desarrollar cáncer de seno. Por ejemplo, sabía usted que...

- entre más años tiene una mujer, mayor es su probabilidad de desarrollar cáncer de seno.
- las mujeres blancas tienen una mayor probabilidad de desarrollar cáncer de seno que las mujeres de otros grupos étnicos o raciales.
- las mujeres afroamericanas tienen mayores probabilidades de morir de cáncer de seno que las mujeres de raza blanca.
- los hombres pueden sufrir de cáncer de seno. por cada cien casos de cáncer de seno, uno se presentará en un hombre.

### ¿Corro el riesgo de padecer cáncer de seno?

Todas las mujeres corren el riesgo de tener cáncer de seno. Los factores de riesgo conocidos como tener antecedentes familiares de cáncer de seno, comenzar la menopausia después de los 55 años o nunca haber tenido hijos, representan sólo un pequeño número

de los casos nuevos de cáncer de seno que ocurren cada año.

Esto quiere decir que la mayoría de las mujeres que desarrollan cáncer del seno no tienen factores de riesgo conocidos, excepto el ser mujer y estar envejeciendo.



### Yo tengo antecedentes familiares de cáncer de seno.

#### ¿Significa que tendré cáncer de seno también?

Sólo porque otros miembros de la familia hayan tenido cáncer de seno, no significa que la enfermedad haya sido heredada. En los Estados Unidos, solamente entre el 5 y 10% de todos los cánceres de seno ocurren debido a mutaciones heredadas.

### Si me diagnostican cáncer de seno, ¿cuáles son mis probabilidades de supervivencia?

En general son muy buenas. La tasa de supervivencia a 5 años para todas las mujeres diagnosticadas con cáncer del seno es del 89%.<sup>1</sup> Esto quiere decir que 89 de cada 100 mujeres a quienes se les diagnostica el cáncer de seno sobrevivirán al menos por cinco años. La mayoría de ellas vivirá una vida plena y el cáncer nunca reaparecerá. Sus probabilidades de supervivencia son mejores si el cáncer es detectado en sus primeras etapas, antes de que se extienda a otras partes del cuerpo. De hecho, cuando el cáncer de seno está localizado en el seno, la tasa de supervivencia a 5 años supera el 98%.<sup>1</sup> Por eso es tan importante tomar medidas para detectar el cáncer en sus primeras etapas.

<sup>1</sup> American Cancer Society, Breast Cancer Facts & Figures 2009-2010.

## Su mejor defensa

La mejor manera de detectar el cáncer de seno temprano es hacerse los exámenes de detección. Hable con su doctor acerca de cuáles exámenes de detección son los más indicados para usted.

Una **mamografía** es una radiografía de los senos. Es la mejor herramienta de detección usada para detectar cáncer en sus primeras etapas. Una mamografía puede detectar cáncer en sus primeras etapas, aún antes de que pueda sentirse una masa. Todas las mujeres de los 40 años en adelante deben hacerse la mamografía todos los años. Si usted es menor de 40 años y tiene antecedentes familiares de cáncer o cualquier otra preocupación, hable con un profesional de salud sobre cuándo empezar a hacerse mamografías u otros exámenes de detección, como la imagen por resonancia magnética (por sus siglas en inglés, MRI) y con qué frecuencia.

El **examen clínico de los senos** es realizado por un profesional de salud que examina sus senos y el área de las axilas para detectar cualquier cambio o masa. A muchas mujeres se les hace el examen clínico de los senos cuando van por su examen anual de Papanicolaou. Las mujeres deben hacerse el examen clínico de los senos al menos cada 3 años entre las edades de 20 a 39 años y anualmente después de los 40 años.

## Conozca la apariencia y forma normal de sus senos

El autoexamen del seno (BSE, por sus siglas en inglés) es un método que puede ayudarle a conocer la apariencia y forma normal de sus senos. El autoexamen involucra dos pasos principales, mirar y palpar sus senos buscando cualquier cambio fuera de lo normal. Si usted nota cualquier cambio en sus senos, vaya con un profesional de salud de inmediato. En la próxima cita con su doctor pídale a un profesional de salud que le muestre cómo hacerse el autoexamen del seno correctamente. (Para seguir instrucciones paso a paso de cómo autoexaminarse los senos, visite el sitio [www.komen.org/bse](http://www.komen.org/bse).)

## ¿Corre usted el riesgo?

La mayoría de las mujeres tienen más de un factor conocido de riesgo de cáncer de seno. Sin embargo, nunca tendrán la enfermedad. Algunos factores de riesgo son cosas sobre las cuales usted no tiene control alguno, mientras que otros pueden modificarse. ¿Cuál es el factor de riesgo más importante? Sencillamente, el ser mujer. Pero recuerde, no existe una causa única para el cáncer de seno. Si usted está preocupada por el riesgo que corre, hable con su proveedor de servicios de salud.

### Factores de riesgo:

- el ser mujer
- el envejecer
- tener mutación heredada en el gen de cáncer de seno BRCA1 o BRCA2
- el carcinoma lobulillar in situ (LCIS)
- el tener antecedentes personales de cáncer de seno o de ovario
- tener antecedentes familiares de cáncer de seno, cáncer de los ovarios o cáncer de próstata
- el hallar aumento de densidad del seno en la mamografía
- el tener una biopsia previa con resultado de -hiperplasia atípica
- comenzar la menopausia después de los 55 años
- no haber tenido hijos
- el haber tenido su primer hijo después de los 35 años
- el estar expuesta a radiación, tener rayos X con frecuencia durante la juventud
- alta densidad ósea
- el estar con sobrepeso después de la menopausia o el aumentar de peso ya de adulto
- el usar actualmente o recientemente estrógeno o terapia de reemplazo hormonal (en inglés HRT) combinada con estrógeno y progesterona.

### Hojas de información relacionadas en esta serie:

- Cáncer de seno en los hombres
- Factores de riesgo del cáncer de seno
- Vivir saludablemente
- Diferencias raciales y étnicas