

EL CONFESIONARIO MÉDICO: CÁNCER DE MAMA.

Por. Dra. M. Abigail Rojas Ronquillo

Hola amigos, hace unas semanas tuve una paciente que acudió por tener una “bolita” en su seno izquierdo ¡desde hacía 2 años! Y por fin se decidió a consultar porque había empezado a salir líquido café por su pezón. Me quede fría como nieve de jobo ¡2 AÑOS! “¿y por qué hasta ahorita madre?” fue lo único que me salió de la boca, “es que me daba pena que me tocarán las chichis doctora” me dijo... ahí me terminé de congelar. No les hago el chisme largo, le mandamos hacer estudios y desgraciadamente resultó ser un tumor canceroso; con muy mal pronóstico, ya que estaba muy avanzado. Habría tantos casos como este que se podrían evitar. Como mujer les puedo decir que las entiendo: es difícil vencer la timidez, el pudor y la pena, pero necesitamos ser más como María, la Madre de Jesucristo. «*“En las bodas de Caná, María aparece como la mujer atenta que se da cuenta de un problema muy importante... María descubre la dificultad, en cierto sentido la hace suya y, con discreción, actúa rápidamente. No se limita a mirar, y menos aún se detiene a hacer juicios» (Mensaje del Santo Padre Francisco para la XXIV Jornada Mundial Del Enfermo 2016).*»

En México, el cáncer de mama, es la primera causa de muerte por cáncer entre las mujeres, y constituye la segunda causa de muerte en mujeres en general de 30 a 54 años. Es muchísimo, así que nos lanzamos a preguntarle a los fieles de la diócesis de Tuxpan, ¿Qué duda tienen sobre EL CÁNCER DE MAMA que no se atreven a confesar? Y esto fue lo que nos dijeron:

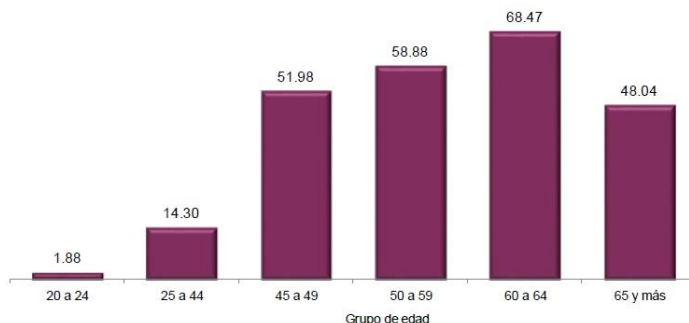
EYCF: ¿ES CIERTO QUE TAMBIEN LE PUEDE DAR A LOS HOMBRES?

Dra. Abby. Mmm EYCF, fíjate que si es cierto. Aunque no las tengan desarrolladas, los varones también tienen glándulas mamarias y, por lo tanto, también pueden padecer cáncer de mama. Se presentan de 0.4 a 0.6 casos de cada 100,000 varones en un año. Se puede padecer después de los 20 años, en cualquier rango de edad; aunque el número de casos alcanza su pico entre los 60 y 70 años. Se presenta principalmente en varones con cirrosis hepática, con antecedentes familiares de cáncer de mama, en aquellos que recibieron radiaciones en sus empleos, varones expuestos a altas concentraciones de estrógenos o con anomalías de los cromosomas (como el síndrome de Klinefelter).

JSM: ¿A QUE EDAD SE PRESENTA MÁS?

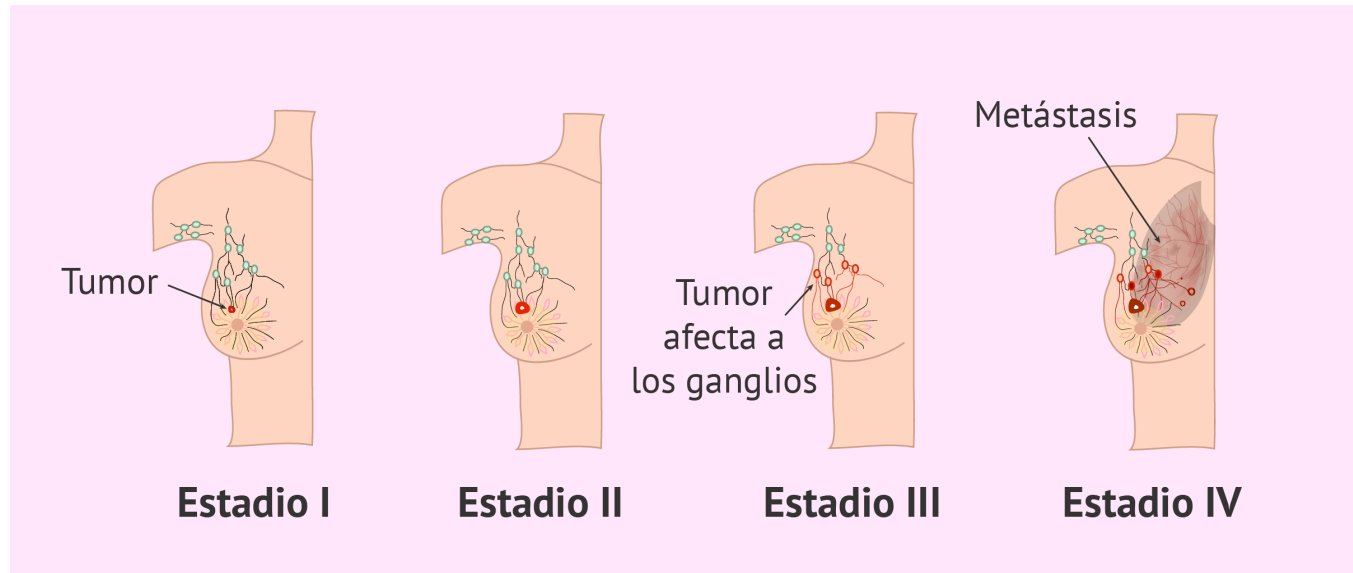
Dra. Abby. Muy bien JSM, en la pregunta anterior les hable sobre la edad de presentación del cáncer de mama en varones; pero ahora vayámonos a los números en las mujeres. Al igual que lo varones, se presenta después de los 20 años, y existe un pico de casos entre los 60 y 65 años de edad. Aquí les dejo una tablita, cortesía de nuestros cuates del INEGI.

Incidencia de tumor maligno de mama en mujeres de 20 años y más, por grupo de edad
2014
Por 100 mil mujeres de cada grupo de edad



MCC: ¿CUALES SON LOS ESTADOS DEL CANCER DE MAMA? Y ¿COMO SE TRATA?

Dra. Abby. Querida MCC, el cáncer de mama inicia con células malignas localizadas solo dentro de la glándula mamaria, a lo que se le conoce como carcinoma *in situ*; y progresa a una enfermedad diseminada en la que las células cancerosas se esparcen por fuera de la mama, hacia los tejidos circundantes, a lo que se le denomina como carcinoma invasor. En base al grado de extensión del cáncer se le puede estadificar del 0 (in situ) al IV (metástasis a órganos lejanos). El tratamiento del cáncer de seno depende del tipo de cáncer (sí, existen varios tipos y subtipos) y de su grado de diseminación. Según el Centro para el Control y Prevención de Enfermedades en E.U. (CDC) existen 5 tipos de tratamiento: cirugía, terapia hormonal, terapia biológica, quimioterapia y radioterapia.



JCW: SÍ ME DA CANCER DE SENO ¿ME PUEDO CURAR?

Dra. Abby. Humm, veamos JCW, esta es de esas preguntas espinosas y delicadas. Si puedes curarte, pero la probabilidad de que eso ocurra depende de muchos factores, principalmente de que tan temprano fue tu diagnóstico. Según la American Cancer Society, las mujeres diagnosticadas en estadio 0 ó I tienen una tasa de supervivencia de casi 100% a 5 años, pero las pacientes diagnosticadas en estadio IV solo tienen un 22% a 5 años. También depende que recibas el tratamiento indicado según tu estadio, de tu estado de salud general, la presencia de otras enfermedades como SIDA, Diabetes Mellitus, etc.

PASG: ¿HAY ALGUNA MANERA DE EVITAR QUE ME DÉ CANCER DE SENO?

Dra. Abby. estimado PASG, se sabe que el cáncer de senos es una enfermedad multifactorial y ahora se conocen muchos factores de riesgo para su aparición; y, sí nos deshacemos de ellos, podemos disminuir la probabilidad de padecerlo. Algunos de los factores de riesgo conocidos son: el tabaquismo; una dieta rica en grasas animales y ácidos grasos trans; niveles elevados de estrógeno en la sangre; causas exógenas como la obesidad; el consumo de alcohol mayor a 15 gramos al día; la toma por más de cinco años de hormonas como las de los anticonceptivos orales y tratamientos de sustitución hormonal; la exposición prolongada a estrógenos endógenos, los cuales se relacionan con el inicio temprano de la menstruación; así como que una mujer haya tenido su primer parto a una edad madura, no haber tenido hijos, no haberles dado lactancia materna, o la menopausia tardía. También existen factores de riesgo difíciles (ambientales) o imposibles (herencia genética) de evitar.



VAR: ¿A QUE EDAD ES RECOMENDABLE HACERSE UNA EXAMEN DIAGNOSTICO PARA EL CANCER DE MAMA?

Dra. Abby. Importantísimo MHyC En México, la *Norma Oficial Mexicana 041 Para la Prevención, Diagnóstico, Tratamiento, Control y Vigilancia Epidemiológica del Cáncer de Mama*, contempla tres medidas de detección: la autoexploración mamaria, el examen clínico de las mamas y la mastografía. La autoexploración debe promoverse de forma tal que las mujeres la realicen a partir de los 20 años, cada mes, en sus domicilios. El examen clínico a partir de los 25 años deberá ser cada año en un consultorio médico, y además de la palpación de los senos deberá incluir un interrogatorio sobre factores y antecedentes de riesgo. La mastografía (radiografía de los senos) deberá realizarse a partir de los 40 años y hasta los 69, cada dos años. En las mujeres mayores de 70 años, la mastografía se realiza bajo indicación médica solamente, ante antecedentes heredofamiliares de cáncer de mama y/o sintomatología mamaria. Este estudio no se recomienda en mujeres menores de 40 años, a menos que el médico lo indique por algún motivo en especial.



JA: ¿EN CUANTO TIEMPO ME DEBEN DAR EL DIAGNÓSTICO EN MI INSTITUCIÓN DE SALUD SI SALGO MAL?

Dra. Abby. Muy bien JA, según la ya citada *NOM-041-SSA2-2011 sobre el Cáncer De Mama* deben darte los reportes de tus estudios de mamas (mastografías y/o ultrasonidos) en un periodo no mayor a 21 días. Sí los resultados son anormales, deberán entregarte junto con tus reportes, la fecha y hora de tu cita médica, la cual no deberá de ser mas allá de 10 días posteriores a la entrega de tus resultados.

YFS: ¿QUÉ ES LO QUE DEBO DE BUSCAR CUANDO ME AUTOEXPLORO?

Dra. Abby. excelente pregunta YFS; jamás encontraremos algo, si no sabemos que buscamos. Entonces, buscamos, principalmente, zonas dolorosas. También buscamos “bolitas” irregulares, de consistencia dura, poco móviles o fijas; Cambios en la piel como calor, enrojecimiento, piel de naranja y/o retracción de la piel (así como la celulitis en las piernas), llaguitas en las areolas, retracción y/o secreción por el pezón. También deben buscar “bolitas” en las axilas y en los huequitos arriba de las clavículas (a los lados de los hombros).



PMJR: ¿CÓMO DEBO EXPLORAR MIS SENOS?

Dra. Abby. esta es la pregunta precisa PMJR. Ahí les va:

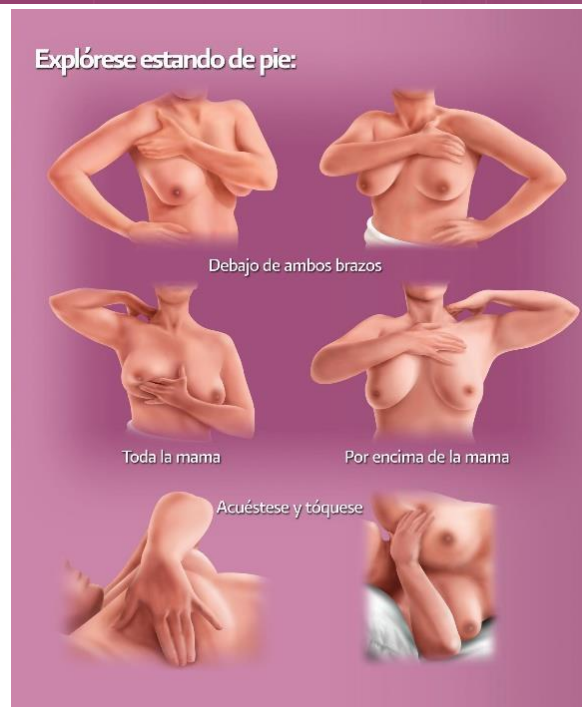
Observa: frente al espejo, busca los cambios que ya mencionamos. Este procedimiento deberás hacerlo con las manos en la nuca, después en la cintura y finalmente inclinada hacia adelante.

Toca: frente al espejo o durante el baño, y posteriormente sobre tu cama:

1.- De pie: la mano derecha en la nuca, con la izquierda toca el pecho derecho. Comienza desde el borde de la mama hacia el centro, como una rueda de carreta. Posteriormente, revisa toda la axila y al final aprieta el pezón para ver si hay salida anormal de líquido. Explora el otro pecho de la misma manera.

2.- Acostada: con una almohada pequeña o toalla enrollada debajo del hombro derecho, pon la mano derecha en la nuca, con la mano izquierda revisate el pecho derecho, palpa de la misma manera que lo hiciste estando de pie. Haz lo mismo para explorar el seno izquierdo.

Explórate 7 días después de la menstruación, si ya no reglas hazlo en un día fijo del mes. Si olvidaste hacerlo en la fecha programada hazlo cuando te acuerdes.



¡Qué alivio siento en el pecho de haber resuelto estas dudas! No olviden que el mejor tratamiento es la prevención, así que a autoexplorarse cada mes, ir con su doctor para que las revise al menos una vez al año y a hacerse su mastografía, al menos cada 2 años después de que cumplan 40. No duden en enviarnos sus preguntas sobre estas, y otras enfermedades; y sugerirnos temas para los siguientes artículos en <https://www.facebook.com/ElConfesionarioMedico> o al correo ab2y_74@hotmail.com. Hasta el mes que viene, y no olviden acudir a su médico.