

COMUNICADO DE PRENSA

Cáncer de mama: el autocuidado y la detección temprana ayudan en la prevención

En Colombia se diagnosticaron en el último año 44 por cada 100 mil mujeres con cáncer de mama, es decir, más de 8 mil casos. Actualmente más de 41 mil personas mueren al año a causa de esta enfermedad.

19 de octubre de 2018: Día mundial de la prevención del cáncer de mama. En el marco de esta conmemoración mundial, Profamilia, por medio de la campaña “**Tocarte es cuidarte**”, hace un llamado para que las mujeres, a través del autocuidado y la educación, generen conciencia sobre la prevención del cáncer de mama y conozcan cuáles son los métodos de detección temprana que les pueden ayudar a descubrir o detectar una posible enfermedad.

Las cifras en Colombia hablan por sí solas. En el último año se diagnosticaron 44 casos por cada 100 mil personas, mientras que en 2012 la cifra fue de 35 por cada 100 mil, lo que claramente demuestra un aumento. Por otra parte, otro tipo de cáncer, como el de cuello uterino, ha tenido una reducción de 16 a 12 casos por cada 100 mil mujeres entre 2012 y 2017.

No hay forma comprobada de prevenir esta enfermedad, sin embargo, a través de una detección temprana y un tratamiento oportuno, los resultados de recuperación pueden ser muy favorables. Se estima que al terminar el 2018 se habrán producido más de 2 millones de nuevos casos de cáncer de mama en el mundo. Lo importante es poder detectar y tratar estos nuevos casos en fases tempranas, ya que solo en las primeras fases de la enfermedad, la oportunidad de supervivencia del paciente es superior al 95%.

¿Cómo lograr a un diagnóstico temprano? ¡A través del autocuidado y la educación!

- El **autoexamen de seno** se recomienda hacerlo una vez al mes, preferiblemente **ocho días después** de la menstruación. Es importante volverlo parte de la rutina de las mujeres para lograr el autoconocimiento de sus senos y así poder detectar cualquier tipo de cambio a tiempo. **Un autoexamen bien hecho puede detectar lesiones.**
- El **examen clínico** se debe hacer anualmente, **a partir de los 40 años** de edad durante los chequeos médicos. Lo debe hacer un profesional de la salud debidamente capacitado, palpando los senos y las axilas para detectar bultos o masas irregulares. Por medio de este se pueden detectar lesiones entre los 10 y los 25 milímetros. Se recomienda también que entre **los 20 y los 40 años de edad**, este se realice **cada tres años**.
- La **mamografía o tamizaje de seno** es un examen que todas las mujeres entre los **50 y 69 años** de edad se deben **realizar cada dos años** y es la forma más efectiva para el diagnóstico temprano del cáncer de mama, ya que detecta lesiones entre los 5 y los 10 milímetros.
- Los **signos de alarma** para acudir inmediatamente al médico sin importar la edad son: **dolor en los senos o axilas, secreción de líquido por los pezones distintos a la leche materna, detección de bultos o masas durante el autoexamen, enrojecimiento o descamación de la piel del seno.**
- Una persona se encuentra en **alto riesgo** de desarrollar cáncer de mama si ya ha tenido este tipo de cáncer en el pasado o si tiene antecedentes familiares o genéticos de dos o más familiares de primer grado menores de 50 años que hayan padecido la enfermedad. En este caso, su programa de tamizaje será diferente y se debe coordinar directamente con el mastólogo.

Falsas creencias sobre el cáncer de mama

- El cáncer de mama no afecta únicamente a las mujeres debido a que los hombres también tienen tejido mamario. La enfermedad es poco frecuente en hombres ya que menos del 1% de los casos detectados se producen en ellos. Sin embargo, la cifra de diagnóstico está en ascenso y durante el 2017, 2.470 hombres fueron diagnosticados en Estados Unidos. El tema no se debe ignorar ya que la falsa creencia de que esta es una enfermedad exclusiva de las mujeres, ha llevado a que los hombres no presten atención a los síntomas, haciendo que la detección se logre demasiado tarde.
- Los síntomas de la enfermedad son los mismos en hombres y mujeres, al igual que el factor de riesgo de la edad y los exámenes para el diagnóstico.
- La mamografía no daña, rompe ni deforma los implantes mamarios. Las mujeres que tienen los senos operados pueden hacerse el examen sin ningún tipo de contraindicación.
- La mamografía no deforma los senos. Aunque durante el examen se ejerce presión sobre estos, no se produce ningún cambio ni deterioro en los tejidos.
- El cáncer de mama no es una sentencia de muerte ¡La detección tardía sí! Por esto, las personas deben entender la importancia del autocuidado y estar informadas sobre esta enfermedad.

En el **Día mundial de la prevención del cáncer de mama** Profamilia hace una invitación a la concientización, sensibilización y creación de iniciativas para que tanto mujeres como hombres cambien hábitos y logren reducir los índices de mortalidad a través de la detección temprana.

Información de prensa
Comunicaciones Profamilia
Diana Martínez
Cel. 3003616112