



## Cifras en Argentina

- En 2020 se reportaron 2,2 millones de casos y alrededor de 685. 000 mujeres fallecieron como consecuencia de esa enfermedad.
- En 2021, en las mujeres la mayor incidencia estuvo dada por el Cáncer de Mama, con 22.024 casos anuales, lo que representó el **32,1% de todos los tumores malignos en este grupo**, con una tasa ajustada por edad de 73,1 casos por cada 100.000 mujeres.
- Según la **Organización Mundial de la Salud (OMS)**, se detectan en el país alrededor de 20 mil nuevos casos de Cáncer de Mama por año, esto es, en promedio **dos nuevos por hora**.
- En cifras de la **Organización Panamericana de la Salud (OPS)**, la **Argentina** ocupa el **segundo lugar en riesgo de muerte** por Cáncer de Mama **en América Latina**: mueren alrededor de 20 mujeres por día a causa de esta enfermedad.
- Solo un **1%** a nivel mundial afecta al **sexo masculino**.
- Detectado a tiempo, el **Cáncer de Mama puede curarse en más del 90% de los casos**.

# ¿De qué hablamos cuando nos referimos AL CÁNCER DE MAMA?

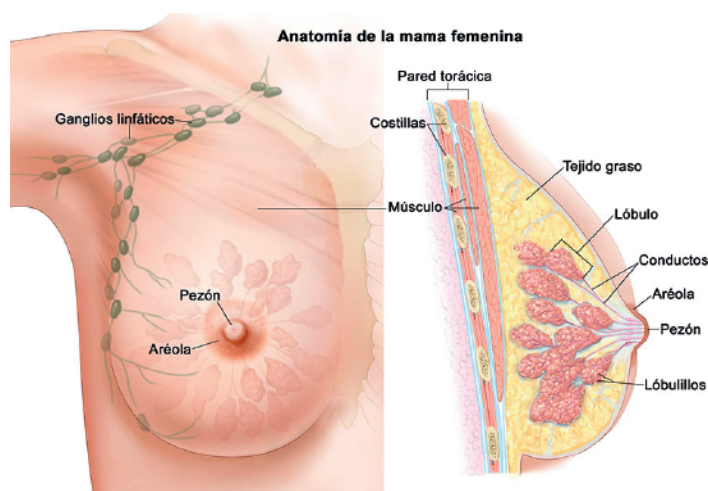


El Cáncer de Mama es una enfermedad causada por la multiplicación anormal de las células de la mama que forman un tumor maligno, se origina en las células del revestimiento (epitelio) de los conductos (85%) o lóbulos (15%) del tejido glandular de los senos.

Los tumores en la mama pueden ser:

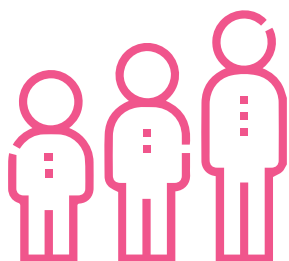
- **BENIGNOS (no cancerosos):** Las células crecen localmente y no se extienden a otras zonas.
- **MALIGNOS (cancerosos):** Las células invaden a los tejidos vecinos, entran en los vasos sanguíneos y pueden diseminarse por el organismo (proceso conocido como metástasis).

## Anatomía de la mama femenina

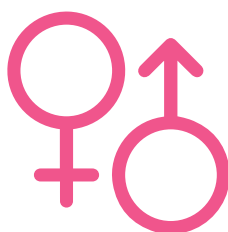


No hay única causa que desencadene la enfermedad, sino que es producto de diferentes FACTORES DE RIESGOS y de ESTILOS DE VIDA, así como también de una CARGA GENÉTICA que predispone a la mujer u hombre de enfermarse o no.

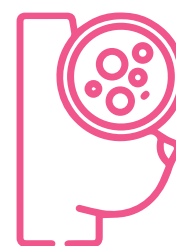
# Factores de Riesgos



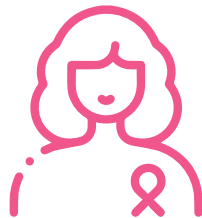
**Edad:** la predisposición a enfermar aumenta con la edad, en especial después de los 50 años.



**Sexo:** El sexo femenino tiene mayor riesgo. Solo un 1% a nivel mundial afecta al sexo masculino.



**Antecedentes personales** de Cáncer de Mama.



**Antecedentes en la familia:** La gran mayoría de los casos de Cáncer de Mama son esporádicos, es decir, se dan en mujeres sin antecedentes familiares ni riesgo aumentado de tener la enfermedad.

Sin embargo, un 5-10% de los casos es producido por mutaciones heredadas que se transmiten de padres a hijos y de generación en generación, originando los llamados síndromes de cáncer hereditario.

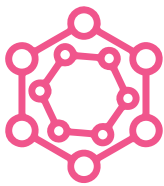
Existen dos genes, llamados BRCA1 y BRCA2, cuyas mutaciones confieren un riesgo aumentado de tener cáncer de mama y ovario en edades especialmente jóvenes. **Si una mujer posee una mutación heredada significa que es más susceptible de desarrollar cáncer de mama.** No obstante, no quiere decir que necesariamente vaya a enfermar. Muchas personas poseen mutaciones pero no desarrollan la enfermedad.



### Tratamiento con radioterapia dirigida al pecho.

La exposición a la radiación ionizante en el tórax a una edad temprana (el riesgo más elevado se presenta cuando la exposición ocurre entre los 10 y 14 años de edad) aumenta el riesgo, pero este disminuye de forma extraordinaria si la radiación se administra después de los 40 años.

Por ejemplo, la radiación a una edad temprana para el tratamiento del linfoma de Hodgkin está relacionada con un mayor riesgo de cáncer de mama. Sin embargo, no hay datos que indiquen que las prácticas actuales de radioterapia, administrada como parte del tratamiento del Cáncer de Mama (es decir, radioterapia después de la tumorectomía), aumenten el riesgo de desarrollar un segundo cáncer de mama.



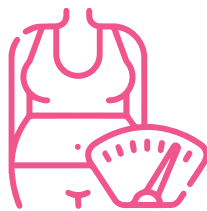
**Tratamiento con hormonas, como estrógeno y progesterona, luego de la menopausia.**



**Inicio de la menstruación a edad temprana o menopausia a edad tardía** (después de los 55 años).



**Edad avanzada en el momento del primer parto (después de los 30 años) o nunca haber tenido hijos.**



**Obesidad:** La adiposidad (volumen de adipocitos) puede afectar a las hormonas circulantes, ya que los precursores de estrógenos se transforman en estrógenos en los adipocitos. Los niveles de estrógenos de las mujeres también varían según su estado menopáusico, así que el efecto de la obesidad sobre el riesgo de Cáncer de Mama puede depender del estado menopáusico de cada mujer; las mujeres posmenopáusicas se ven más afectadas que las premenopáusicas. Algunos expertos indican que podrían evitarse hasta el 20% de los casos de Cáncer de Mama si se aumentara la actividad física y se evitará subir de peso.



**Vida sedentaria.**



**-Consumo de alcohol** (más de 2 copas de vino por día o equivalente)

## Factores de Protección



**Consultas y chequeos periódicos con el/la profesional de salud**



**Actividad Física:** Los estudios revelan que es posible alcanzar una reducción promedio del riesgo del 25% al 40% entre las mujeres que se mantienen físicamente activas por comparación con las menos activas.



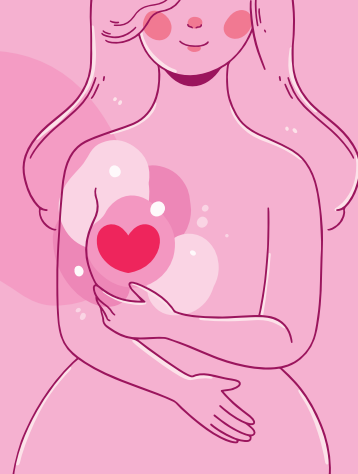
**Alimentación y Estilo de Vida saludable y consciente**



**Lactancia Materna:** Muchos estudios epidemiológicos han analizado la relación entre la lactancia materna y el riesgo de padecer Cáncer de Mama; en términos generales, amamantar parece reducirlo. Un examen de expertos reveló que por cada 12 meses que una mujer amamanta a su bebé, el riesgo relativo de Cáncer de Mama disminuye 4,3%, y otro 7% por cada bebé amamantado. Los expertos indican que la lactancia materna puede reducir la incidencia del cáncer de mama hasta en un 11%.

# Señales de Advertencia

¡Conocernos para detectar a tiempo!



**El Cáncer de Mama se presenta más frecuentemente como un nódulo o engrosamiento indoloro en el pecho.**

- Nódulo o engrosamiento en el seno
- Alteración en el tamaño, forma o aspecto de un seno
- Aparición de hoyuelos, enrojecimiento, grietas u otra alteración en la piel
- Cambio de aspecto del pezón o la alteración en la piel circundante (areola)
- Secreción anormal por el pezón
- Dolor en cualquier parte de la mama

## DetECCIÓN Temprana para **DIAGNOSTICAR,** **TRATAR y CURAR**



DETECTAR en forma TEMPRANA una ENFERMEDAD significa encontrar y DIAGNOSTICAR la enfermedad antes de que comiencen los síntomas.

Las pruebas y exámenes de detección tienen el propósito de encontrar una enfermedad en las personas que no tienen ningún síntoma.

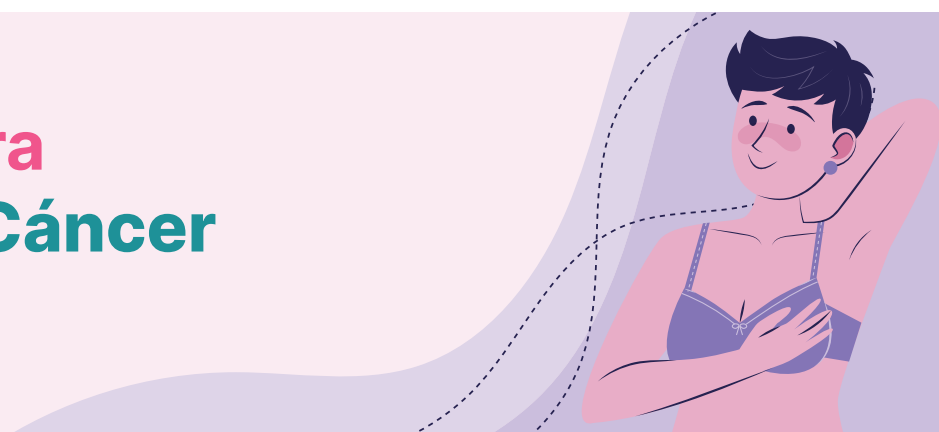


### Las Guías Nacionales recomiendan:

- Mujeres entre 50 y los 69 años, CON RIESGO PROMEDIO, sin síntomas y sin antecedentes familiares ni personales de Cáncer de Mama: MAMOGRAFÍA cada uno o dos años.
- Mujeres menores de 50 y mayores de 69 años: Se recomienda consulta con su médica/o a fin de evaluar la recomendación del tipo de estudio y periodicidad.

**“El Cáncer puede PREVENIRSE, TRATARSE y CURARSE”**

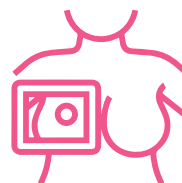
## Métodos para Detectar el Cáncer de Mama



### Examen clínico de las mamas:

Es un examen de la mama realizado por un médico u otro profesional de la salud. En el mismo se palpará con cuidado las mamas y el área debajo de los brazos para detectar masas o cualquier otra cosa que parezca extraña.

La realización del mismo es complementaria a los demás métodos.



### Mamografía:

La mamografía consiste en realizar una radiografía de las mamas. Con este estudio es posible detectar el cáncer de mama en su fase temprana cuando todavía no presenta síntomas, es decir, la lesión no es palpable. De este modo, es posible recurrir a mejores posibilidades de cura, con tratamientos menos agresivos que los que se realizan cuando el cáncer está más avanzado.



### Ecografía y Resonancia Magnética:

Además de la mamografía, hay otros métodos de diagnóstico por imágenes, como la ecografía, la cual se usa en forma complementaria al estudio mamográfico, y la resonancia magnética que se emplea básicamente en mujeres con fuertes antecedentes familiares y mutaciones genéticas.

**“El tamaño y la extensión del cáncer de mama son algunos de los factores más importantes para establecer el pronóstico de la enfermedad”**



0,3 - 0,7cm

¡Me lo encuentra la **Mamografía!**



0,9 - 1,3cm

¡Me lo encuentra el **Médico!**



2,5 - 3,7cm

¡Me lo encuentro **Yo!**

## Autoexamen de mama

- 

1. Frente al espejo, observa el contorno y el tamaño de tus senos, buscando alguna anomalía.
- 

2. Acuéstate, coloca una mano detrás de tu cabeza y presiona ligeramente tu seno con los dedos del medio de la otra mano, haciendo pequeños movimientos en círculo, hasta llegar al pezón.
- 

3. Presiona suavemente el pezón para asegurarte de que no haya secreción, también revisa que no esté hundido.
- 

4. Palpa tu axila para buscar alguna anomalía.

Y repite los mismos pasos con el otro seno.



## **IMPORTANTE:**

El AUTOEXAMEN de mamas NO REEMPLAZA EN NINGÚN CASO las PRUEBAS DE DETECCIÓN ni la CONSULTA MÉDICA; SI es IMPORTANTE CONOCER LOS PROPIOS SENOS a fin de DETECTAR ANORMALIDADES en forma oportuna.

La mayoría de las organizaciones médicas no recomienda considerar los exámenes mamarios de rutina como parte del examen para detección del Cáncer de Mama. Esto se debe a que los autoexámenes de mama no han demostrado ser eficaces para la detección del mismo ni para mejorar la supervivencia de las mujeres que padecen la enfermedad.

Incluso así, la importancia del autoexamen radica en familiarizar a las mujeres con sus mamas, a fin de comprender qué es normal y tener pautas de alarma ante una posible alteración en algún seno.

Existen muchas enfermedades que pueden producir cambios en las mamas, incluido el Cáncer de Mama.



**Mitos**

***Realidades***

**“Tener los pechos pequeños hace ser menos propensa al cáncer de mama.”**

El tamaño de las mamas no tiene relación con la probabilidad de tener cáncer.

**“Los corpiños con aro dificultan la circulación sanguínea y linfática y esto puede provocar Cáncer.”**

No existe relación alguna entre la ropa interior y el riesgo de desarrollar la enfermedad.



### **“El uso de anticonceptivos favorece la aparición de Cáncer de Mama.”**

No hay una evidencia científica que demuestre que los anticonceptivos orales producen cáncer de mama en las mujeres que no tienen antecedentes familiares ni personales de Cáncer.

### **“Si no tengo antecedentes familiares no tendré Cáncer”**

La predisposición hereditaria es un factor que aumenta el riesgo de tener Cáncer de Mama. Sin embargo, más del 80% de las mujeres afectadas por Cáncer de Mama no tiene antecedentes familiares. Por eso, es importante realizar los controles periódicos de salud.

### **“La biopsia acelera el Cáncer.”**

Algunas personas piensan que a través de una biopsia el Cáncer puede diseminarse. Por el contrario, estas prácticas se realizan con métodos muy seguros, ya que se extreman las precauciones para evitar que las células cancerosas se extiendan a tejidos sanos.





## Bibliografía consultada

- **Ministerio de Salud Argentina.**  
<https://www.argentina.gob.ar/salud/instituto-nacional-del-cancer/estadisticas/incidencia>  
<https://www.argentina.gob.ar/salud/cancer/tipos/cancer-de-mama>
  - **Organización Mundial de la Salud, OMS.**  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>
  - **Ministerio de Salud Argentina- Instituto Nacional del Cáncer (INC).**  
“Guía para entender el Cáncer de Mama”.  
[https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2018-10/0000000692cnt-33-guia-para-entender\\_cm.pdf](https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2018-10/0000000692cnt-33-guia-para-entender_cm.pdf)
  - **Sociedad Argentina de Mastología.**  
<https://www.samas.org.ar/index.php/blog-infosam/305-detectado-a-tiempo-el-cancer-de-mama-puede-curarse-en-mas-del-90-de-los-casos>
  - **Programa Nacional de Control de Cáncer de Mama PNCM-INC**  
<https://www.argentina.gob.ar/salud/instituto-nacional-del-cancer/institucional/pncm>
  - **Instituto Nacional del Cáncer. NIH.**  
<https://www.cancer.gov/>
  - **Mayo Clinic.**  
<https://www.mayoclinic.org/es-es/tests-procedures/-breast-exam/about/pac-20393237>
- 