

## Importancia de la Detección Temprana

Detectar el cáncer de mama en etapas tempranas puede aumentar significativamente las tasas de curación. Las investigaciones indican que el tratamiento oportuno puede resultar en tasas de curación cercanas al 100% cuando se diagnostica en fases iniciales. Además, la detección temprana permite opciones menos invasivas y agresivas para el tratamiento.

El autoexamen de mama es una práctica esencial que permite a las mujeres familiarizarse con el aspecto y la sensación de sus senos, ayudando a identificar cualquier cambio o anomalía que pudiera indicar la presencia de cáncer de mama. Realizar este examen de manera regular aumenta las posibilidades de detectar a tiempo cualquier bulto o alteración, lo que puede facilitar un diagnóstico precoz y un tratamiento más eficaz.

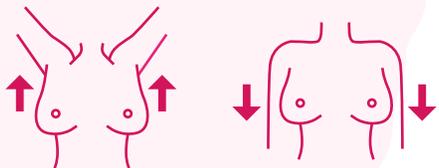
**Beneficios de realizar el autoexamen de manera regular se encuentran:**

**Detección temprana:** Al conocer el estado normal de sus mamas, las mujeres pueden notar más fácilmente cualquier cambio, como bultos, endurecimientos o alteraciones en la piel.

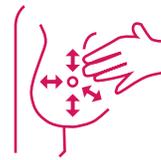
**Conciencia del cuerpo:** El autoexamen fomenta un mayor conocimiento del propio cuerpo, lo que refuerza la salud integral y la importancia de la prevención.

**Complemento a los exámenes médicos:** Aunque el autoexamen no reemplaza a las mamografías ni a los exámenes clínicos, es una herramienta complementaria que puede alertar sobre posibles problemas entre las visitas al médico.

## Observate en el espejo y haz una inspección visual de tus senos con los brazos en diferentes posiciones



Usa la yema de los dedos suavemente pero con firmeza



Patrón Seccionado



Patrón Vertical



Patrón Circular

## Y tú, ¿ya te examinaste?



# DETECCIÓN TEMPRANA CÁNCER DE MAMA

## ¿Qué es el cáncer de mama?

Es un cáncer que **se forma en los tejidos de la mama, generalmente en los conductos (tubos que llevan la leche al pezón) o en los lóbulos (glándulas que producen leche)**. Se presenta tanto en hombres como en mujeres, aunque el cáncer de mama masculino es poco frecuente.

## ¿Cuáles son los síntomas?



Si experimenta cualquiera de estos síntomas, debes acudir al médico. Sin embargo, es importante recordar que estos síntomas también pueden ser causados por otras afecciones, **no te alarmes y acude a tu chequeo anual y si tienes alguna duda debe comentarle cualquier preocupación a su médico.**

## ¿Qué causa el cáncer de mama?

El cáncer de mama es una enfermedad compleja cuya causa exacta no se conoce completamente. Sin embargo, se han identificado varios factores de riesgo que pueden aumentar la probabilidad de desarrollar esta enfermedad.

De la misma forma, el hecho de no tener un factor de riesgo no significa que nunca se vaya a padecer cáncer.

## Factores de riesgo más importantes

- Género femenino
- Exposición a radiaciones ionizantes
- Edad avanzada
- Tener pocos hijos
- Predisposición genética
- Historia de hiperplasia atípica (antecedentes familiares o mutaciones en ciertos genes)
- Obesidad
- Exposición a estrógenos
- Alcohol

Existen diversos factores de riesgo asociados al desarrollo de cáncer de mama, **aunque la mayoría de los factores no se aplicarán a todas las mujeres que desarrollan la enfermedad**

## MÉTODOS DE DETECCIÓN

### 1. Sonografía de mamas

Es útil para evaluar nódulos detectados en exámenes clínicos o mamografías, **diferenciando entre quistes (benignos) y masas sólidas (que pueden ser benignas o malignas)**. También se utiliza para guiar biopsias.

### 2. Mamografía

La mamografía es un examen de rayos X que utiliza una dosis baja de radiación para crear imágenes del tejido mamario. Este método es fundamental, ya que puede **detectar cambios en los senos antes de que sean palpables, permitiendo identificar cánceres en etapas tempranas**.

Se recomienda que las mujeres comiencen a hacerse mamografías anuales **a partir de los 40 años, según la Sociedad Americana del Cáncer (ACS) y otras organizaciones**.

### 3. Exámenes Clínicos

Los exámenes clínicos de las mamas, realizados por profesionales de la salud, implican la palpación cuidadosa para identificar bultos o anomalías. **Las mujeres también pueden realizar autoexámenes mensuales para familiarizarse con sus senos y detectar cambios**.

### 4. Resonancia Magnética (RM)

Para mujeres con alto riesgo de cáncer de mama, **se recomienda realizar una RM junto con la mamografía a partir de los 30 años**. Esto es especialmente relevante para aquellas con antecedentes familiares significativos o mutaciones genéticas como BRCA1 o BRCA2.