



Stop Cancer Before It Starts!

Información acerca del cáncer de Seno

Introducción

Este año, aproximadamente 230.480 mujeres y 2.140 hombres serán diagnosticados con cáncer de seno invasivo. Cerca de 40.000 mujeres morirán debido a la enfermedad. Adicionalmente se estima que 57.650 mujeres desarrollaran carcinomas in-situ no invasivos. Si el cáncer se diagnostica temprano y se trata antes de que se propague, la tasa de supervivencia a los 5 años es del 98%.

Factores de Riesgo

Los siguientes son factores de riesgo para mujeres:

- Genes anormales tales como BRCA-1 o BRCA-2
- Haber comenzado a tener menstruaciones antes de la edad de los 12 años o haber comenzado la menopausia después de los 55 años
- Terapia hormonal sustitutiva con estrógeno y progesterona por largo tiempo
- Ser obesa o tener sobrepeso
- No ser físicamente activa
- Tener más de 40 años (la mayoría de los cánceres de seno son diagnosticados en mujeres mayores de 40 años)
- Historia familiar de cáncer de ovario
- Haber tenido terapia de radiación en el pecho

Los siguientes son factores de riesgo para hombres y mujeres:

- Historia familiar de cáncer de seno. (El riesgo aumenta si varios familiares han sido diagnosticados con cáncer de seno, o si una familiar de edad avanzada – sea en la familia del padre o de la madre- ha sido diagnosticada antes de los 50 años de edad)
- Haber tenido anteriormente cáncer en un seno.

Detenga el Cáncer Antes de que Comience!

Reducción del Riesgo y Detección Temprana

- Si tiene bebés, aliméntelos con leche materna.
- Si toma alcohol, límitelo a no más de una bebida al día.
- Haga ejercicio diariamente de 30 a 60 minutos.
- Mantenga un peso saludable.
- No fume. Si usted fuma, deje de fumar.
- Entre los 20 y los 40 años, pídale a su profesional de la salud que le haga un examen clínico del seno (conocido por sus siglas en inglés CBE) al menos cada tres años.
- Comenzando a los 40 años, pídale a su profesional de la salud que le haga un examen clínico del seno anualmente.
- A los 40 años, empíese a hacer mamografías cada año.
- Si usted tiene un gene anormal, hable con su profesional de la salud acerca de hacerse pruebas genéticas.
- Durante la menopausia, hable con su profesional de la salud acerca del uso de terapia sustitutiva hormonal.
- Pregúntele a su profesional de la salud acerca de otras maneras de reducir su riesgo. Por ejemplo, ellos podrían recomendar el uso de Tamoxifen o Raloxifene para reducir el riesgo en mujeres con niveles de riesgo de 1.67% o más, calculado por el modelo Gail de cinco años.

El autoexamen del seno es una manera por la cual usted puede distinguir lo que es normal para sus senos. Si usted nota cambios, consulte a su profesional de la salud inmundamente.

Síntomas

No espere hasta que los síntomas aparezcan. Hágase exámenes de detección de cáncer de seno de acuerdo a las pautas establecidas. Si usted nota cualquiera de los siguientes síntomas, infórmeselo a su profesional de la salud.

- Una masa, endurecimiento o engrosamiento en el seno
- Un bulto debajo de su brazo (axila)
- Cambio en el tamaño o forma del seno
- Dolor, sensibilidad o secreción, incluyendo sangrado en el pezón
- Pezón invertido
- Cambio de color y textura de la piel (hundimiento, fruncimiento y enrojecimiento)

Detenga el Cáncer Antes de que Comience!

- Sensación de calor e hinchazón en el seno

Tratamiento

El tratamiento depende del tipo y del estadio del cáncer.

- El tratamiento más común es cirugía para remover el tumor (lumpectomía), combinada con radiación. En algunos casos es necesario remover el seno (mastectomía).
- Se pueden usar quimioterapia, radiación o terapia hormonal separadamente o en combinación, antes o después de la cirugía.

Para más información acerca del cáncer del seno

[www. PreventCancer.org](http://www.PreventCancer.org)

Esta hoja de datos presenta informes adquiridos en las siguientes fuentes de información:

American Cancer Society. Breast Cancer Detailed Guide.

<http://www.cancer.org/Cancer/BreastCancer/DetailedGuide/index>. Obtenido Diciembre 3, 2010.

American Cancer Society. Breast Cancer Facts & Figures 2009-2010. Obtenido Diciembre 10, 2010.

American Cancer Society. Cancer Facts & Figures, 2011. Obtenido Junio 24, 2011

American Institute of Cancer Research (AICR) and World Cancer Research Fund (WCRF) Expert Report. Food, Nutrition, Physical Activity and the Prevention of Cancer: a Global Perspective.

<http://www.dietandcancerreport.org/>. Obtenido Noviembre 12, 2010.

National Cancer Institute, National Institutes of Health. Breast Cancer PDQ®. Accessed December 3, 2010.

National Cancer Institute, National Institutes of Health. "Physical Activity and Cancer Fact Sheet."

<http://www.cancer.gov/cancertopics/factsheet/prevention/physicalactivity>. Obtenido Diciembre 9 2010.

Detenga el Cáncer Antes de que Comience!

1600 Duke Street Suite 500 • Alexandria, VA 22314: • 703.836.4412 • Fax: 703.836.441 • [www. PreventCancer.org](http://www.PreventCancer.org)