Cáncer de mama

Una enfermedad de mujeres, un problema no sólo de mujeres

Trini Sánchez Castillo*

Introducción

Los cánceres de los órganos reproductivos son graves problemas de salud pública por los que mueren miles de mujeres en nuestro país, actualmente ocupa el 2° lugar mundial en incidencia y es la segunda causa de muerte por cáncer en nuestro medio. El Dr. Francisco Sandoval y la Dra. Julia Martín del Servicio de Oncología, Hospital General de México, mencionan que las enfermedades neoplásicas malignas han incrementado su frecuencia en las últimas fechas. En la década de los 30 el cáncer no aparecía dentro de las primeras 10 causas de mortalidad de nuestro país y en la actualidad, a finales de siglo, es la segunda causa de muerte y todo parece indicar que de seguir esta tendencia en la segunda o tercera década del siglo XXI pueda convertirse en la primera causa de mortalidad.

Aproximadamente la mitad de los casos que se presentan en México acontecen en mujeres menores de 50 años, a diferencia de lo que sucede en otros países en donde la edad de presentación es más tardía, desgraciadamente aquí la enfermedad en la mayoría de los casos se diagnostica en etapas avanzadas en donde la posibilidad de obtener curación es remota.

El problema del cáncer de mama en México

El cáncer mamario ocupa el segundo lugar en frecuencia dentro de los tumores que afectan a la mujer (10.8 por ciento del cáncer en general), precedido por el cáncer del cuello de la matriz (18.8 por ciento del cáncer en general) y entre ambos representan el 50 por ciento de los tumores malignos que afectan al sexo femenino.

El INEGI reporta que en 1993 fallecieron 2,718 mujeres por esta enfermedad y se incrementó la cifra en casi un 16 por ciento para el 97, año en el que murieron 3,220 mujeres. "En 98 se registraron 9,300 casos y murieron 3,500 mujeres, lo cual significa 9.5 muertes por día por este padecimiento. Actualmente cada 2 horas 40 minutos muere una mujer por esta enfermedad, es decir, 10 muertes al día. 45 por ciento de los casos representaron a mujeres de 45 años.

El Registro Histopatológico de Neoplasias en México reporta que de 1993 a 1996 se registraron 29,084 nuevos casos por esta enfermedad. Esta información es el resultado de la regionalización del país en 4 zonas en las cuales el mayor número de casos se presentaron de la siguiente manera: en el Area Metropolitana se reportaron 10,721, en la Zona Norte 9,295 en la Zona Centro 4,953 y en la Zona Sur 4,115 nuevos casos.

Ante la alta mortalidad por los cánceres de las mujeres, en la Red por la Salud de las Mujeres del Distrito Federal, nos preguntamos, ¿Por qué ante una epidemia de esta magnitud no se han destinado recursos suficientes para promover programas intensivos de investigación y difusión e información para la prevención? ¿Qué pasa con las mujeres de áreas indígenas y campesinas?

La importancia de la prevención

Es un hecho indiscutible que el diagnóstico temprano es fundamental para atacar el cáncer

de mama, pues este es potencialmente curable siempre y cuando el diagnóstico se establezca en una etapa temprana. Desafortunadamente en muchos grupos de la población mexicana existe una gran desinformación que provoca demora en la detección y ponen en riesgo la vida de las mujeres. Por ello, es recomendable promover un enfoque más integral hacía la prevención, basado en informar y educar a las mujeres en el autoexamen mamario, y en la exploración periódica por profesionales entrenados para examinar los senos de las usuarias.

¿Quienes deben realizarse el examen de mama?

Toda mujer que haya alcanzado el total desarrollo mamario debe conocer la técnica del autoexamen mamario, técnica que en unos cuantos minutos de cada mes le permitirá familiarizarse con la estructura normal de los senos (glándula mamaria) y de esta manera podrá acudir oportunamente a su médico ante la presencia de cualquier anormalidad -cambios en el color de la piel, dureza, hundimientos, escamosidad o secreción por el pezón, sin estar embarazada o lactando-, en estos casos se debe recibir tratamiento especializado inmediatamente. El autoexamen mamario, por su sencillez para realizarlo se puede incorporar en la vida cotidiana como un hábito. Como los senos cambian de textura con el periodo menstrual se deben examinar 10 días después del inicio de la menstruación.

Las mujeres con menopausia (cuando ya no hay menstruación) pueden escoger un día fijo al mes para realizarse el autoexamen. Las mujeres con Histerectomía total (que ya no tienen matriz ni ovarios) o parcial (cuando no tienen matriz, pero tienen ovarios) pueden escoger el mismo día de cada mes para realizarse el examen tomando en cuenta que cuando hay ovarios continuan los ciclos hormonales que provocan dolor e hinchazón en los senos, esos días no se debe hacer el examen, pueden hacerlo en cualquier otro día. La posibilidad de desarrollar cáncer de mama aumenta con la edad, pero puede atacar en cualquier edad. El cáncer no discrimina, sexo, raza, religión, tipo de familia, ni clase social, por ello una buena época para empezar está práctica es durante la adolescencia.

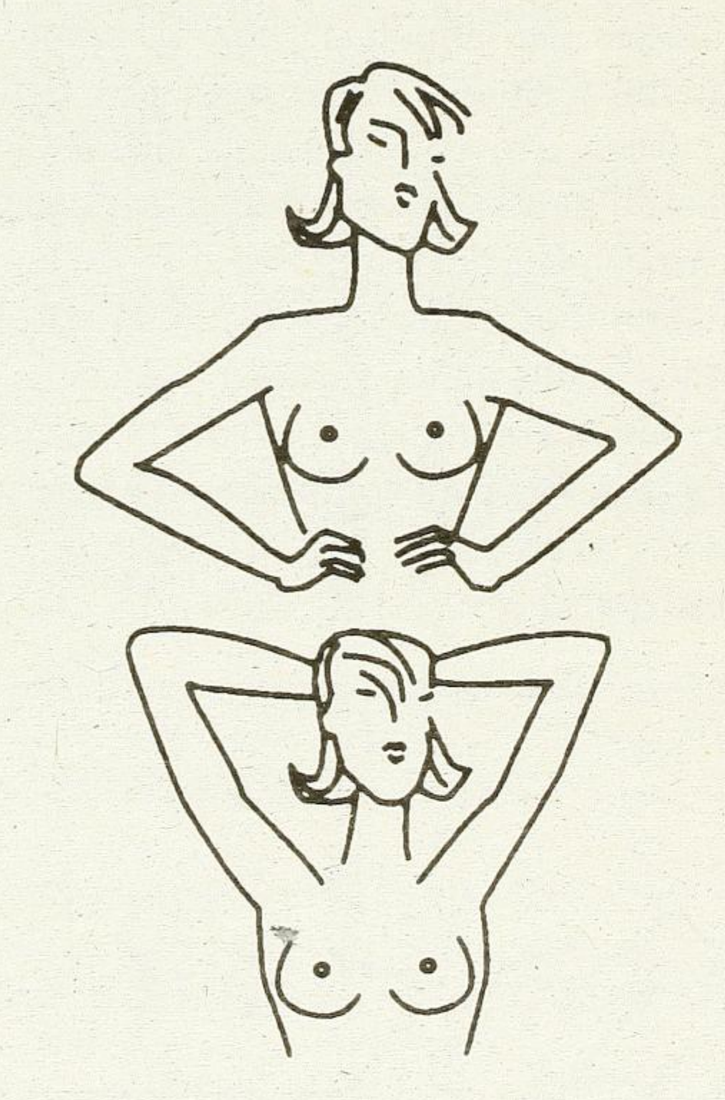
La promoción del autoexamen ha sido adoptada por las mujeres incentivadas por las propuestas feministas y grupos de mujeres sobrevivientes a este problema, que promueven el conocimiento de nuestros cuerpos y del autocuidado de la salud Es un procedimiento sencillo, toma poco tiempo hacerlo, (se puede aprovechar el tiempo del baño) y da la oportunidad de ser la primera en descubrir cualquier cambio en los senos. Esta demostrado que en el 80 por ciento de los casos de cáncer de mama fue la mujer quien descubrió el primer dato de sospecha. No se pierde nada con hacerlo y sí se puede ganar mucho tiempo a la enfermedad.

Auto-examen mamario

Tres pasos fáciles:

1. Frente a un espejo

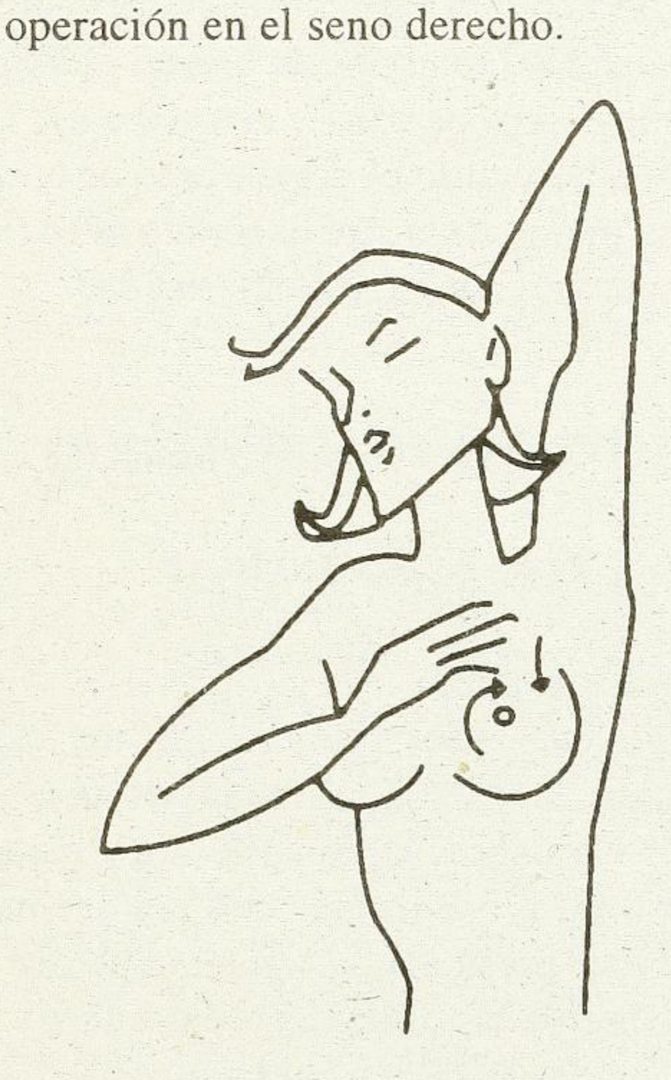
Observe sus senos primero con los brazos colgando, luego con las manos en la cintura (codos y hombros hacia adelante) y para terminar con los brazos elevados por encima de la cabeza, presionando ligeramente las manos. Observe las diferencias entre una y otra mama, y las posibles alteraciones de color, tamaño, forma y textura del seno que le resulten nuevas o extrañas.



2. De pie

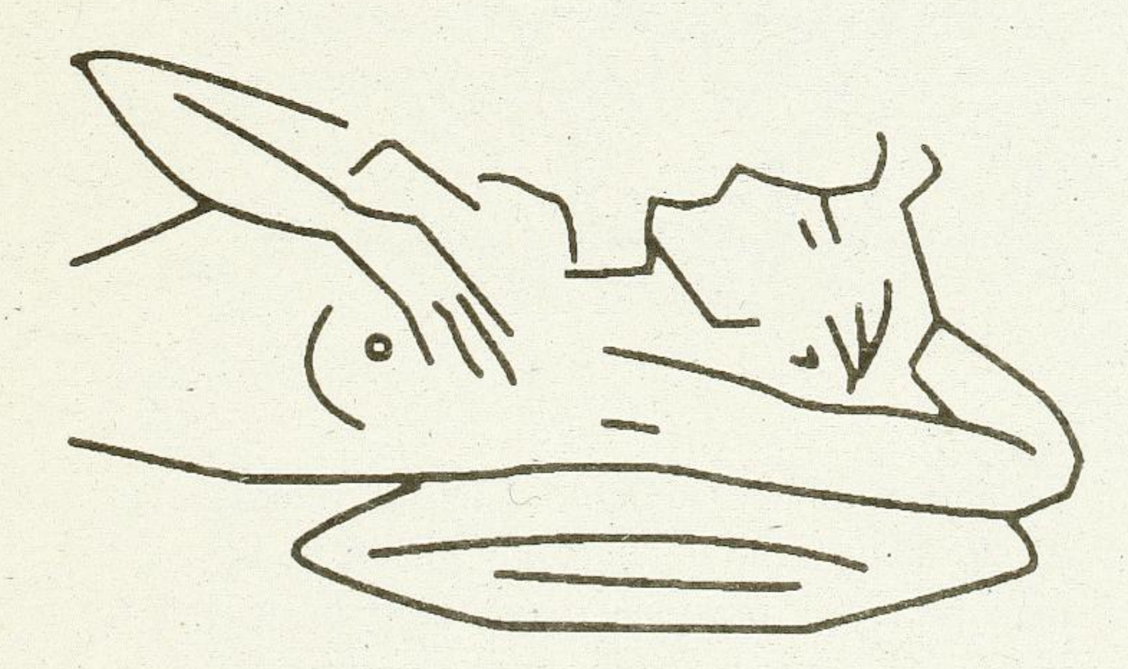
Levante su brazo izquierdo. Con las yemas de sus dedos centrales juntos y planos de la mano derecha, presione suave, pero firmemente, su seno izquierdo, trazando círculos

imaginarios alrededor de la mama. Empiece desde el punto más alejado al pezón. Cuando haya terminado, pase a otro círculo y así sucesivamente hasta llegar al pezón, palpe la axila para comprobar que no haya aparecido ningún bulto. Para ello, la presión con la yema de los dedos debe ser mayor. Repita la operación en el seno derecho.



3. Acostada

Coloque una almohada bajo el hombro izquierdo y sitúe el brazo izquierdo detrás de la cabeza, a nivel de la nuca. Palpe el seno izquierdo con la mano derecha, siguiendo las instrucciones del punto No. 2. Palpe también la axila y presione ligeramente el pezón entre los dedos índice y pulgar, para detectar si hay alguna secreción. Levante el pezón junto a la areola para comprobar si existe movilidad o advertencia. Repita la operación en el seno derecho.

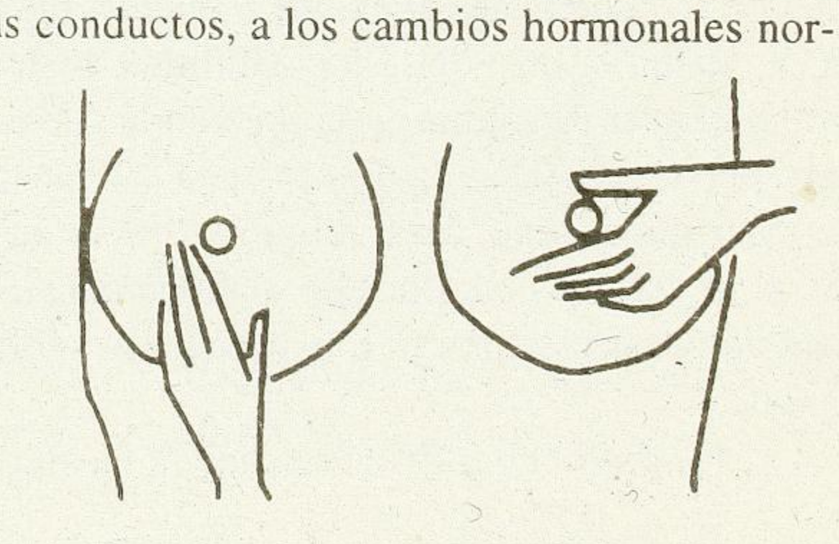


Sin embargo, por la naturaleza del cáncer de mama que se presenta de manera silenciosa -que puede estar presente muchos años antes de que se presenten síntomas- significa que en algunos casos el autoexamen puede no ser suficiente, sobre todo cuando existen algunos factores de riesgo como es el antecedente familiar (madre o hermana que hayan padecido cáncer de mama), o algunas otras sospechas. Entonces es importante recurrir a la exploración clínica, al ultrasonido, mastografía, u otros estudios que el médico o personal especializado en el tema determine. O acudir a grupos, o mujeres con esta experiencia (Grupo Reto) que pueden proporcionar orientación o proporcionar material informativo. Es importante que cada una de las mujeres de seguimiento a sus hallazgos, pues los médicos atienden a muchas mujeres diariamente y difícilmente se acuerdan de un caso en particular.

Proceso de la enfermedad

Los tumores malignos del seno, si no se descubren, y no se tratan a tiempo continuarán creciendo, invadiendo y destruyendo tejido sano, pues las células cancerosas, si no se atienden se expanden a los nódulos linfáticos (ganglios), luego al sistema linfático y a través del sistema circulatorio (sangre), pasan a otras partes del cuerpo. Es en este proceso mediante el cual el cáncer afecta y se desarrolla en los pulmones, los huesos y el hígado, es lo que se conoce como metástasis. Alrrededor del 50 por ciento de los nódulos malignos, tienden a desarrollarse en la parte alta de la parte de los senos que da hacia la axila donde el tejido es más grueso que en ningún otro sitio.

Cabe mencionar que en un 80 por ciento los nódulos son benignos (no cancerosos), se les conoce como enfermedad "fibroquística", que no se trata precisamente de una enfermedad, sino de una respuesta exagerada del tejido fibroso del seno, de las glándulas mamarias y sus conductos, a los cambios hormonales nor-



males del cuerpo, que se dan mayormente durante la ovulación y justo antes de la menstruación. Al cambiar los niveles hormonales, las células del seno retienen líquidos ocasionando que se desarrollen nódulos fibrosos y/o quistes múltiples (pequeños y numerosos sacos llenos de líquido o material semilíquido) que ocasionan dolor, aumento de tamaño y sensibilidad. Estos síntomas usualmente disminuyen después del periódo menstrual y desaparecen después de la menopausia. Pero insistimos en que es necesario descartar que se trata de un nódulo benigno.

El tratamiento oportuno permite que el cáncer de mama sea curable, evita utilizar tratamientos mutilantes (quitar el seno), largos y penosos (como la radioterapia o quimioterapia) con menor costo económico y doloroso y disminuye la mortalidad por esta causa.

Factores de riesgo

Se han identificado una serie de factores de riesgo que tienen incidencia en el cáncer de mama, el más importante es la edad, (en 1996 el total de nuevos casos se presentó en mujeres de 30 a 69 años, 85 por ciento, entre estos el de mayor incidencia fue en mujeres de 40 a 49 años, 33.8 por ciento). La mayoría de estos cánceres están identificados en mujeres posmenopausicas. La esperanza de vida que actualmente es de 75 y 77 años, tiene una gran relevancia en la mujer mexicana. Es en esta etapa que se presentan problemas derivados del envejecimiento natural que forman parte de la etapa del climaterio y la menopausia y que permiten agravar el problema. Otros factores de riesgo son:

- Antecedentes de familiares con cáncer de mama (madre o hermana)
- Que no haya tenido hijos (Nuligestas)
- Que su primer embarazo haya sido después de los 30 años
- Aborto previo al primer embarazo a término
- Antecedentes de patología mamaria benigna
- Tabaquismo
- Menstruación temprana (antes de los 12 años)
- Menopausia tardía (después de los 52 años)
- Obesidad (por alta ingesta de proteinas y grasas animales)
- Se presenta mayormente en mujeres de raza blanca

Existen estudios en otros países que explican que estos factores sólo justifican un 25 por ciento de los cánceres de mama. En otros países ya se investiga la intervención de las toxinas ambientales, en nuestro país no tenemos conocimiento si esto ya se esta tomando en cuenta.

Otra manera de realizar la detección temprana del padecimiento es por medio de la mastografía (estudio radiológico de la glándula mamaria). En una mujer que no tenga síntomas y que se encuentre aparentemente en buen estado de salud, se recomienda iniciar este estudio a los 40 años y a partir de esta edad anualmente. En ocasiones la mastografía tiene que ser complementada con ultrasonido. Al realizar un diagnóstico temprano las posibilidades de curación son muy altas, no habrá necesidad de utilizar procedimientos quirúrgicos mutilantes (mastectomía) además de que en muchos casos se evitará el uso de largos y penosos tratamientos de quimioterapia que además de ser costosos comprometen la calidad de vida de las mujeres.

En el departamento de Imagenología Mamaria del Servicio de Oncología del Hospital General de México se cuenta con tecnología avanzada con la cual se puede establecer un diagnóstico oportuno de la enfermedad además de tener equipo para realizar biopsias no quirúrgicas y marcajes de lesiones sospechosas que no son palpables. Este servicio se pone a disposición de la población en general al teléfono: 55-78-43-62.

La Secretaría de Salud también cuenta con Centros Estatales Oncológicos repartidos en 20 entidades federativas. Busca el que te corresponda para solicitar información o tratamiento.

Si requieres más información sobre los Centros Estatales Oncológicos de la SSA, llamar al 55-39-49-13.

* Coordinadora de la Comisión de Prevención de Cáncer Cérvico Uterino de la Red por la Salud de las Mujeres del Distrito Federal.

Bibliografía consultada

1. Dr. Francisco Sandoval, Dra. Julia Martín del Servicio de Oncología del Hospital General de México, 8 de septiembre del 2000.
2. Programa de Cáncer Mamario de la DGSR. Ultima actualización, 15 de junio de 1999, A.P. María Elena Mendiola Adame.
(http//www.ssa.gob.mx/dgsr/cama/index.htn)
3. Artículo "En Armas contra el cáncer", *Revista de la Red de Salud/Isis Internacional* 1995.
4. Material Informativo Grupo Reto, 1999.