

CÁNCER DE MAMA

El cáncer de mama es el tumor más frecuente en las mujeres occidentales. Podemos decir que 1 de cada 8 mujeres tendrá cáncer de mama a lo largo de su vida. A diferencia de otros cánceres, se puede detectar en una fase inicial con un método muy sencillo, y si se descubre a tiempo asegura una curación en muchos casos.

¿Qué síntomas produce?

- Aparición de un bulto en la mama o en la zona de la axila.
- Cambios en el tamaño o forma de la mama.
- Dolor en la mama no relacionado con la menstruación.
- Alteración en la piel de la mama (úlceras, cambios de color, piel de naranja).
- Cambios en la areola, pezón (secreción, hundimiento, retracción, costra).

Pruebas de diagnóstico precoz:

La técnica más utilizada es la **mamografía**, que consiste en una radiografía de las mamas capaz de detectar lesiones en estadios muy incipientes de la enfermedad. La dosis de radiación empleada en la mamografía es mínima, por lo que resulta inofensiva.

Otro método complementario a la mamografía es la **exploración física**, realizada periódicamente por el médico o por la propia mujer. No se recomienda la realización de autoexploración de las mamas como único método de diagnóstico precoz, debido a su baja fiabilidad.

¿Puede prevenirse un cáncer de mama?

El cáncer de mama no se puede prevenir, sin embargo se puede reducir el riesgo realizando ejercicio físico, evitando el sobrepeso y la obesidad tras la menopausia y el consumo regular de alcohol. Evita también el tratamiento hormonal sustitutivo tras la menopausia. Y si existe historia familiar de cáncer de mama, pide consejo genético.

¿Puedo trabajar durante o tras el tratamiento?

Sí, siempre que tu médico lo considere conveniente. Muchas mujeres retoman su trabajo con normalidad tras finalizar los tratamientos y ser dadas de alta por el médico, aunque disminuyen el ritmo. Es recomendable que la reincorporación sea paulatina.

