

CÁNCER DE MAMA ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD

Para Profesionales de la Salud

Para Pacientes

Editorial

El cáncer mamario es la entidad maligna del aparato genital más frecuente en la mujer, lugar que ha ocupado después que el cáncer del cuello uterino redujo su incidencia debido al diagnóstico precoz de la lesión premaligna y su tratamiento oportuno.

El cáncer de mama tiene una incidencia y mortalidad mayor en los países altamente desarrollados que en el resto, probablemente en relación con estilos de vida muy diferentes al de los países menos desarrollados, lo que parece confirmarse en estudios realizados en mujeres de países con baja incidencia de cáncer mamario que han emigrado a países desarrollados con más elevada incidencia de este tipo de cáncer y han llegado a tener progresiva-

Sabía que...

Los síntomas del cáncer de mama pueden incluir un bulto o masa en la mama, un cambio de tamaño o forma de la mama, y secreciones del pezón. El autoexamen y la mamografía pueden ayudar a diagnosticar el cáncer de mama en forma temprana, cuando es más tratable. Un posible tratamiento es la cirugía. Puede ser una lumpectomía o una mastectomía. Otros tratamientos incluyen radioterapia, quimioterapia, terapia hormonal y terapia dirigida. La terapia dirigida usa sustancias que atacan las células cancerígenas sin dañar las células normales.

Es el cáncer que comienza en los tejidos mamarios. Existen 2 tipos principales de cáncer de mama:

mente la misma incidencia que los naturales del país al que emigraron.

El cáncer de mama es un grupo de enfermedades que afecta al tejido mamario. Si bien tanto los hombres como las mujeres pueden tener cáncer de mama, este es mucho más frecuente en las mujeres. Algunas mujeres presentan mayor riesgo de cáncer de mama que otras debido a sus antecedentes médicos personales o familiares o debido a ciertos cambios en sus genes.

El cáncer de mama en hombres se puede presentar a cualquier edad, pero generalmente se detecta de 60 a 70 años, y los casos de este mal apenas representa el 1% del total de cánceres de mama. Es una afección en la que se forman células malignas o cancerosas en los tejidos de la mama. A diferencia de las mujeres, los hombres con este mal generalmente tienen masas que se pueden palpar y detectarlas podría resultar más rápido.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) elabora una Estrategia Mundial de Control del Cáncer, cuyo objetivo es reducir el número de casos y sus factores de riesgo, así como mejorar la calidad de vida tanto de los pacientes como de sus familiares, gracias a la planificación y aplicación de estrategias de prevención y control.

En Cuba, cada año se diagnostican aproximadamente 2 000 nuevos casos de cáncer mamario, con una incidencia de 34 por 100 000 mujeres y una mortalidad por esta causa de unas 1 100 mujeres cada año. Los factores de riesgo primario conocidos son: edad, antecedentes personales de cáncer mamario y antecedentes familiares de cáncer mamario.

De hecho, en Cuba existe un Programa Nacional de Control de Cáncer que conjuga los 3 métodos diagnósticos utilizados mundialmente: el examen clínico de las mamas, el autoexamen y la mamografía. Hasta la fecha, en la Atención Primaria de Salud, el diagnóstico precoz es la principal arma contra esta enfermedad mortal, y en este sentido, desempeña un papel importante el conocimiento de los factores de riesgo, la realización del autoexamen y el examen clínico de las mamas.

- El carcinoma ductal que comienza en los tubos (conductos) que llevan leche desde la mama hasta el pezón. La mayoría de los cánceres de mama son de este tipo.
- El carcinoma lobulillar comienza en partes de las mamas, llamadas lobulillos, que producen leche.
- En raras ocasiones, el cáncer de mama puede comenzar en otras zonas de la mama.
- Los hombres también pueden tener cáncer de mama, pero es raro.

El cáncer de mama precoz a menudo no causa síntomas. Por esta razón, los exámenes regulares de las mamas son importantes, así se pueden detectar a tiempo los cánceres que no tienen síntomas.

Muchos factores de riesgo, como los genes y los antecedentes familiares, no se pueden controlar. Sin embargo, realizar unos cuantos cambios en el estilo de vida puede reducir la probabilidad total de sufrir cáncer. Esto incluye:

- Consumir alimentos saludables
- Mantener un peso saludable
- Reducir el consumo de alcohol a 1 trago por día (las mujeres que están en alto riesgo de cáncer de mama no deben consumir alcohol en absoluto)

Fuente: MedlinePlus [Internet]. Bethesda, MD: Biblioteca Nacional de Medicina de los EE. UU.; [citado 12 Jul 2017]. Cáncer de mama; [aprox. 15 pantallas]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000913.htm>

Algunas señales de advertencia del cáncer de seno son:

- Un bulto o dolor en el seno.
- Endurecimiento o hinchazón de una parte de los senos.
- Irritación o hundimientos en la piel de los senos.
- Piel de la seno escamosa o enrojecida.
- Hundimiento del pezón o dolor en esa zona.
- Líquido del pezón, que no sea leche materna, en especial sangre.
- Cualquier cambio en el tamaño o la forma del seno.
- Dolor en cualquier parte de la mama.

Bibliografía consultada:

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades [Internet]. Atlanta, GA: CDC; [citado 12 Jul 2017]. Cáncer de mama; [aprox. 5 pantallas]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/spanish/cancer/breast/index.htm>

Cuenca Rodríguez C, Despaigne Biset AE, Beltrán Mayeta Y. Factores de riesgo de cáncer de mama en mujeres pertenecientes a un consultorio médico del Centro Urbano "José Martí". MEDISAN [Internet]. 2013 [citado 12 Jul 2017];17(9):[aprox. 10 p.]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/san/v17n9/san05179.pdf>

Lugones Botell M, Ramírez Bermúdez M. Aspectos históricos y culturales sobre el cáncer de mama. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet]. 2009 [citado 12 Jul 2017];25(3):[aprox. 10 p.]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252009000300020&lng=es

Rodríguez Pérez A. Capítulo. 3 Cáncer de mama. En: Rodríguez Pérez A. Afecciones benignas de la mama [Internet]. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2010 [citado 12 Jul 2017]. Disponible en: http://www.bvs.sld.cu/libros/afecciones_mamarias/cap3.pdf

Bibliografía saludable

1. Álvarez-Hernández C, Brusint B, Vich P, Díaz-García N, Cuadrado-Rouco C, Hernández-García M. **Actualización del cáncer de mama en atención primaria (IV/V)**. Semergen [Internet]. 2015 [citado 28 Ago 2017];41(1):[aprox. 26 p.]. Disponible en: <https://www.clinicalkey.es/#!/content/journal/1-s2.0-S1138359314001233>
Localizado en CLINICALKEY
2. Bonilla, J. M. **Consideraciones sobre diagnóstico, tratamiento y estadificación del cáncer de mama en función de su procedencia: programa poblacional de cribado o consultas médicas** [tesis]. España: Universidad de Zaragoza; 2016 [citado 21 Jun 2017]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/dctes?codigo=77669>
Localizado en DIALNET
3. Bushatsky M, Bezerra JR, Figueira Filho AS, Cabral JR, Cabral LR, Barros MB. **[Cáncer de mama: acciones de prevención en la estrategia salud de la familia]**. Rev pesqui cuid fundam [Internet]. 2014 [citado 28 Ago 2017];6(2):[aprox. 13 p.]. Disponible en: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofu>

Llevar una alimentación balanceada no sólo te ayuda adquirir los nutrientes que necesita tu cuerpo para funcionar adecuadamente, sino que reduce el riesgo de padecer enfermedades como el cáncer de mama.

Diversos estudios revelan los alimentos efectivos contra el cáncer de mama, así que aprovecha para conocerlos e incluirlos a tu dieta a partir de hoy.

Jitomates. Las vitaminas, minerales y fitoquímicos como el licopeno aumentan los niveles de la adiponectina, una hormona importante en el metabolismo del azúcar y la grasa, lo cual reduce el desarrollo de tumores en los senos, según un estudio publicado en el Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism.



Legumbres: Las investigaciones encontraron que las mujeres que comen legumbres al menos dos veces por semana, tienen menos riesgo de desarrollar cáncer de mama, que aquellas que las comen con menos frecuencia. Todas las legumbres son una fuente rica de fibra, pero las lentejas son las que más se destacan por sus altos contenidos en antioxidantes.



[ndamental/article/download/3263/pdf_1261](#)

Portugués

Localizado en LILACS

4. Calzado Begué D, de la Torre Rosés D, Nicó García D, Dorado Nicó D, Calvo Calzado M. **Aspectos actualizados sobre cáncer de mama.** Rev Inf Cient [Internet]. 2014 [citado 28 Ago 2017];83(1):[aprox. 17 p.]. Disponible en: <http://revinfcientifica.sld.cu/index.php/ric/articloe/view/994>
Localizado en BVS

5. Carrión Peñalver RE, Castellanos Carmenate T, Pérez Salinas L, Agüero Martín R. **Incidencia de algunos factores sociales en el incremento del cáncer de mama.** MEDISAN [Internet]. 2017 [citado 21 Jun 2017];21(3):[aprox. 10 p.]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000300008&lng=es
Localizado en SCIELO

6. Cobos Valdés D, Martínez Núñez I, Rodríguez Santiesteban I, García Ruiz A, Curbelo Martínez I. **Acción preventiva para evitar el cáncer de mamas en el Centro de Inmunología y Biopreparados de Holguín, Cuba.** Revista Cubana de Salud y Trabajo [Internet]. 2016 [citado 12 Jul 2017];17(2):[aprox. 4 p.]. Disponible en: http://www.bvs.sld.cu/revistas/rst/vol17_2_16/rst01216.pdf
Localizado en BVS

7. Díaz García N, Cuadrado Rouco C, Vich P, Alvarez-Hernandez C, Brusint B, Redondo Margüello E. **Actualización del cáncer de mama en atención primaria (V/V).** Semergen [Internet]. 2015 [citado 21 Jun 2017];41(2):[aprox. 25 p.]. Disponible en: <https://www.clinicalkey.es/#!/content/journal/1-s2.0-S1138359314001683>
Localizado en CLINICALKEY

8. García Batista ML, Ojeda Quevedo Y, Arceo Espinosa M, Serrat Fonseca F, Gómez Tasé RV. **Citología aspirativa con aguja fina en el diagnóstico de las neoplasias de mama.** Bayamo, Granma. MULTIMED [Internet]. 2013 [citado 12 Jul 2017];17(3):[aprox. 22 p.].

Té verde. Es rico en polifenoles que ayudan a frenar el desarrollo de las células cancerígenas en el seno, de acuerdo con información publicada en Breastcancer.org.

Brócoli. Esta verdura tiene sulforafano, compuesto que ayuda a prevenir el desarrollo de los tumores cancerígenos en el seno, al inhibir la enzima HDAC que es la que favorece el crecimiento de las células malignas.

Ajo. De acuerdo con el Instituto Nacional del Cáncer, las mujeres que consumen este ingrediente de forma constante, tienen un riesgo menor de padecer cáncer de seno.



Ginseng Panax. En la medicina tradicional oriental, el ginseng o panax ginseng -su nombre científico-, tiene fama de curarlo todo. Se cree que activa el sistema inmunológico del cuerpo y aumenta la formación de las células T, también llamadas linfocitos, que ayudan al cuerpo a combatir enfermedades y actúan para destruir el tejido canceroso. La Biblioteca Nacional de Medicina de EE.UU. refiere que algunas personas lo usan para el cáncer de mama y ovarios.

Fuente: <http://www.salud180.com/nutricion-y-ejercicio/top-5-de-alimentos-contraelcancerdemama>

El Día Internacional del Cáncer Mamario se celebra el 19 de octubre, y tiene como objetivo sensibilizar a la población acerca de la importancia de esta enfermedad. El lazo rosa que representa la concienciación contra el cáncer de mama nació de la mente de Alexandra Penney, una de las editoras de la revista Self.

Disponible en:

<http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/305/416>

Localizado en CUMED

9. López Rodríguez CM, Hernández Pérez JM. **Importancia del diagnóstico precoz en el cáncer de mama.** Revista Cubana de Tecnología de la Salud [Internet]. 2016 [citado 12 Jul 2017];7(1):[aprox. 10 p.]. Disponible en: <http://revtecnologia.sld.cu/index.php/tec/articulo/download/346/703>
Localizado en BVS
10. Losa Frías V, Herrera López M, Cabello García I, Navas Alonso PI. **Diagnóstico precoz de cáncer en Atención Primaria.** Pediatr Integral [Internet]. 2016 [citado 12 Jul 2017];XX(6):[aprox. 15 p.]. Disponible en: https://www.pediatrintegral.es/wp-content/uploads/2016/09/Pediatric-Integral-XX-06_WEB.pdf#page=18
Localizado en BVS
11. Marzo-Castillejo M, Bellas-Beceiro B, Vela-Vallespín C, Nuin-Villanueva M, Bartolomé-Moreno C, Melús-Palazón E, et al. **Recomendaciones de prevención del cáncer. Actualización 2016.** Aten Primaria [Internet]. 2016 [citado 12 Jul 2017];48(Supl 1):[aprox. 21 p.]. Disponible en: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656716301871>
Localizado en ELSEVIER
12. Noguera Gárces C, Román López MY, Varona Acosta AN, Ameiller Sanz D, Ocaña Noguera JA. **Mortalidad por Cáncer de Mama. Policlínico 13 de Marzo. 2014-2015.** MULTIMED [Internet]. 2016 [citado 12 Jul 2017];20(6):[aprox. 13 p.]. Disponible en: <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/416/657>
Localizado en BVS
13. Ramos Suárez V. **Procederes Tecnológicos de Mamografía para la detección precoz y diagnóstico presuntivo del cáncer de mama.** Revista Cubana de Tecnología de la Salud [Internet]. 2016 [citado 12 Jul 2017];7(4):[aprox. 9 p.]. Disponible en:

“Dice el médico...”

Debido a su pertinencia, el cáncer de mama constituye una afección muy sensible, por cada 100 mujeres solo un hombre suele padecerlo, corroboran los especialistas. ese tipo de cáncer constituye un tumor de crecimiento incontrolable, que en un momento de su evolución puede trasladar células a otros órganos del cuerpo y reproducirse, a esto se le conoce como metástasis ([En audio entrevista completa](#))

En Cuba, el cáncer junto a las enfermedades cardiovasculares y los accidentes ocupan las causas de muertes más frecuentes, y el cáncer de mama en particular, constituye la primera en el caso de la mujer.

Diagnóstico temprano, constituye la mejor arma que tiene el ser humano para defenderse de esta enfermedad. “¿Cómo saber si se padece de cáncer de mama? A partir de los 20 años la mujer puede empezar a hacerse el autoexamen mensual, de seis a 10 días después de terminada la menstruación, cuando el seno esté menos inflamado. Le recomendamos que sea en el baño porque tiene más intimidad y con las manos enjabonadas puede palpar mejor. Cuando la mujer lleve más de seis meses autoexaminándose su seno, nadie lo va a conocer mejor que ella, pues detecta rápidamente algún cambio, algo extraño o diferente en el mismo. Después de los 30 años anualmente un especialista debe examinar el seno de la mujer y si es necesario, indicarle la realización de una mamografía”, declaró el doctor.

El cáncer de mama es curable, principalmente si se diagnostica en etapas tempranas. Como seres humanos corresponde hacer lo que esté en sus manos para prevenirlo, evite la obesidad y/o sobrepeso, realice el autoexamen mensualmente, manténgase informada, alerta. Si no ha comenzado, hágalo pronto. Mañana podría ser tarde...

Dr. Alexis Cantero Ronquillo. Especialista de Segundo Grado de Cirugía y Profesor Auxiliar de Cirugía General del Hospital Clínico Quirúrgico Docente Comandante Manuel Fajardo. (fuente: <http://www.mujeres.co.cu/sitiolaiz/saludm/18.htm> |)

<http://revtecnologia.sld.cu/index.php/tec/articloe/download/830/741>

Localizado en BVS

14. Santos-Ortiz C, Manrique J, Amorín E, Sarria G, Salazar M, Limache A, et al. **Acelerando la innovación en el control del cáncer en el Perú.** Rev Peru Med Exp Salud Publica [Internet]. 2016 [citado 12 Jul 2017];33(3):[aprox. 15 p.]. Disponible en:

http://www.scielosp.org/scielo.php?pid=S1726-46342016000300535&script=sci_arttext&tlng=pt

Localizado en SCIELO

15. Zapponi AL, Tocantins FR, Vargens OM. [El enfermero en la detección precoz del cáncer de mama en la atención primaria]. Rev enferm UERJ [Internet]. 2015 [citado 28 Ago 2017];23(1):[aprox. 6 p.]. Disponible en:

<http://www.facenf.uerj.br/v23n1/v23n1a06.pdf>

Portugués

Localizado en LILACS

1, 2, 3 – SALUD

- 1- Solicita una mastografía a partir de los 34 años, en caso de antecedentes familiares de la enfermedad. Si no se tienen, se debe hacer cada dos años a partir de los 40, y cada año al llegar a los 50. [Leer más](#)
- 2- La investigación demuestran que no existe una relación entre el uso de sostén y el cáncer de mama. Este mito probablemente sigue circulando debido a que el sobrepeso sí aumenta el riesgo de padecer cáncer de mama, y las mujeres con sobrepeso tienen más probabilidades de tener mamas más grandes y de usar sostén. Es probable que las mujeres que no usan sostén tengan un peso saludable. [Leer más](#)
- 3- Poderoso té verde. Una investigación de la Universidad de California reveló que puede ayudar a prevenir o retardar el crecimiento del cáncer de seno, gracias a su alto contenido en polifenoles, sustancias antioxidantes que protegen contra el daño celular. La epigadocatequina galato (EGCG), sería la sustancia química responsable de su efecto anticancerígeno y de modificar el metabolismo de los estrógenos.

Más Información

Asociación Española Contra el Cáncer. Cáncer de mama [Internet]. Madrid: AECC; 2014 [citado 12 Jul 2017]. Disponible en:

https://www.aecc.es/Comunicacion/publicaciones/Documents/Cancer-Mama_2014.pdf

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades [Internet]. Atlanta, GA: CDC; [citado 12 Jul 2017]. Cáncer de mama; [aprox. 5 pantallas]. Disponible en:

<https://www.cdc.gov/spanish/cancer/breast/index.htm>

DynaMed Plus [Internet]. Ipswich (MA): EBSCO Information Services. 1995 - . Record No. 113654, Breast cancer in women; [actualizado 24 Ago 2017, citado 28 Ago 2017]; [aprox. 102 pantallas]. Disponible en: <http://www.dynamed.com/topics/dmp~AN~T113654/Breast-cancer-in-women>.

Registro e inicio de sesión requeridos.

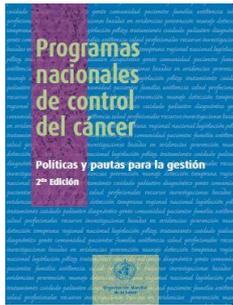
Infomed, Portal de la Red de Salud de Cuba [Internet]. La Habana: Infomed - Centro Nacional de Información de Ciencias Médicas; c1999-2017 [citado 12 Jul 2017]. Oncología; [aprox. 4 pantallas]. Disponible en: <http://www.sld.cu/sitios/oncologia/>

Instituto Nacional del Cáncer [Internet]. Bethesda, MD: NCI; [citado 28 Ago 2017]. Cáncer de seno (mama)—Versión para profesionales de salud; [aprox. 4 pantallas]. Disponible en:

<https://www.cancer.gov/espanol/tipos/seno/pro>

Sociedad Americana Contra El Cáncer [Internet]. Atlanta, GA: American Cancer Society; c2017 [citado 28 Ago 2017]. Detección temprana y diagnóstico del cáncer de seno; [aprox. 6 pantallas]. Disponible en: <https://www.cancer.org/es/cancer/cancer-de-seno/pruebas-de-deteccion-y-deteccion-temprana-del-cancer-de-seno.html>

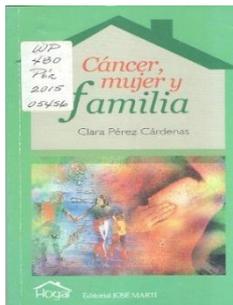
“Aquí está...”



Organización Mundial de la Salud. Programas Nacionales de control del cáncer: Políticas y pautas para la gestión. 2da ed. Washington, D.C.: OMS; 2004.

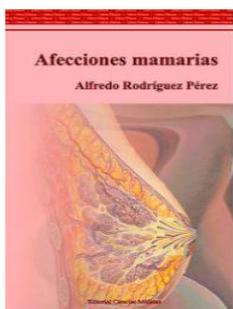
Localizado en FTP-BMN:

<ftp://10.10.13.10/BIBLIOTECA%20MEDICA%20NACIONAL%20User/PARA%20USUARIOS/LIBROS/LIBROS%20COMPLETOS%20MEDICINA/ONCOLOGIA/OPS-Programas-Nacionales-Cancer-2004-Esp.pdf>



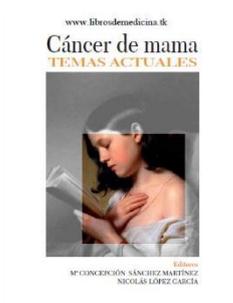
Pérez Cárdenas C. Cáncer, mujer y familia. La Habana: Editorial José Martí; 2015.

Localizado en: CU1.1 Biblioteca Médica nacional;
WP 480, Pér, 2015, 05456



Rodríguez Pérez A. Afecciones mamarias. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2010.

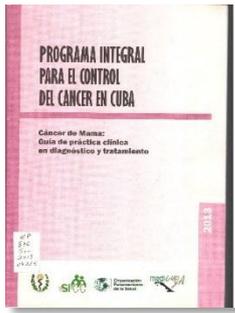
Localizado en: CU1.1 Biblioteca Médica Nacional;
WP800, Rod, 2010, 05005



Sánchez Martínez MC, López García N. Cáncer de mama. Temas actuales. Ediciones Ergon, S.A.; 2007.

Localizado en FTP-BMN:

ftp://10.10.13.10/BIBLIOTECA%20MEDICA%20NACIONAL%20User/PARA%20USUARIOS/LIBROS/LIBROS%20COMPLETOS%20MEDICINA/ONCOLOGIA/cancer_de_mama.rar



Soriano García JL, Rubio Hernández MC, López Soto MV.
Programa integral para el control del cáncer en Cuba: cáncer de mama, guía práctica clínica en diagnóstico y tratamiento. La Habana: Ecimed; 2013.

Localizado en: CU1.1 Biblioteca Médica Nacional;
WP 870, Sor, 2013, 05215.

Nota General: Ejemplar que se encuentra situado en la estantería abierta de la Sala de Lectura "Xiomara Alfonso".
Colección Cubana

Catálogos

Catálogos consultados en la búsqueda de los documentos localizados en:



BVS



Ftp-BMN



LIFMED



SPRINGER

Dirección: 23 esq. N. Vedado, La Habana. Cuba | Teléfono: (53) 7 8350022 | Directora: MSc. Ileana Armenteros Vera | Editoras: Dra.C. María del Carmen González Rivero, Lic. Sonia Santana Arroyo, Email: maria.carmen@infomed.sld.cu | Compilación: Dra.C. María del Carmen González Rivero |
Diseño/Composición: Téc. Beatriz Aguirre Rodríguez | © 1994-2016



SALUD
DEL BARRIO

Boletín para la comunidad de la
Biblioteca Médica Nacional



bm
BIBLIOTECA MÉDICA
NACIONAL