

## Información Acerca del Cáncer de Seno

### Introducción

Las estadísticas actuales de cáncer de seno en la comunidad hispana son:

- Aproximadamente 17,100 Latinas serán diagnosticadas con cáncer de seno en 2012 (los últimos datos disponibles).
- Cerca de 2,400 morirán debido a la enfermedad en 2012 (los últimos datos disponibles).
- Sólo el 56% de los cánceres de seno en las mujeres latinas son diagnosticadas en una etapa temprana, en comparación con el 64% de las mujeres blancas no hispanas. Es mejor ser diagnosticadas en una etapa temprana, cuando el tratamiento es más eficaz.

Esta hoja informativa incluye información sobre el cáncer de mama que es cierto para todas las mujeres.

### 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.

### Reducción del Riesgo y Detección Temprana

- Si tiene bebés, darle pecho
- 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 30 años, pídale a su médico 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 médico que le haga un examen clínico del seno anualmente.
- A los 40 años, empiécese a hacer mamografías cada año.
- Si usted tiene un historial familiar de cáncer de seno, hable con su médico acerca de los análisis genéticos.
- Si usted tiene un gen anormal, hable con su médico acerca de comenzar las mamografías anuales a una edad más joven y la resonancia magnética (MRI por sus siglas en inglés). Durante la menopausia, hable con su médico acerca del uso de terapia sustitutiva hormonal.

**¡Detenga el Cáncer Antes de que Comience!**

- Pregúntele a su médico 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.

Si usted nota cambios en sus senos, consulte a su médico inmediatamente.

### 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, infórmele a su médico.

- 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)
- Sensación de calor e hinchazón en el seno

### Tratamiento

El tratamiento depende del tipo y del estado 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 de seno  
visite: [www.PreventCancer.org/espanol](http://www.PreventCancer.org/espanol)

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

American Cancer Society. Breast Cancer Detailed Guide. <http://www.cancer.org/espanol/cancer/cancerdeseno/quiadetallada/>.  
Obtenido 11 Septiembre 2013.

American Cancer Society. Breast Cancer Facts & Figures 2011-2012. Obtenido 11 Septiembre 2013.

American Cancer Society. Cancer Facts & Figures, 2013. Obtenido 11 Septiembre, 2013.

American Cancer Society, Cancer Facts & Figures for Hispanics/Latinos.

<http://www.cancer.org/research/cancerfactsfigures/cancerfactsfiguresforhispanicslatinos/cancer-facts-figures-hispanics-2012-2014-spanish>. Obtenido 10 Septiembre 2013.

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 11 Septiembre 2013.

National Cancer Institute, National Institutes of Health. Breast Cancer PDQ®.

<http://www.cancer.gov/espanol/pdq/tratamiento/seno/Patient>. Obtenido 11 Septiembre 2013.

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

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