



¿QUÉ ES EL CÁNCER DE MAMA?

El cáncer de mama consiste en un **crecimiento anormal y desordenado de las células del tejido mamario** que es más frecuente en las mujeres que en hombres, quienes representan aproximadamente el 1% de todos los casos de cáncer de mama.

La mama está formada por **glándulas mamarias, lóbulos y lobulillos**, que producen leche tras el parto. Los lóbulos se encuentran conectados entre sí por los conductos mamarios, que se encargan de conducir la leche al pezón. Dichos lóbulos están inmersos en el tejido adiposo y en el tejido conjuntivo, que, junto con el tejido linfático, forman el seno.

El 80-90% de los cánceres de mama se originan en los conductos de leche que llegan hasta el pezón y se les llama carcinomas ductales. Cuando están localizados en el conducto pero sin atravesar su pared hablamos de **carcinoma intraductal in situ** y cuando atraviesan la pared e invaden a los tejidos de alrededor se denominan **carcinomas ductales invasivos**. Los **carcinomas lobulillares** se originan en las glándulas productoras de leche y representan el 5% de los cánceres de la mama.

Existen algunos **factores de riesgo** para desarrollar cáncer de mama:

- **Edad:** El riesgo de cáncer de mama aumenta gradualmente conforme la mujer envejece.
- **Antecedentes familiares de cáncer de mama:** Las mujeres que tienen un pariente de primer grado (madre, hermana, hija) al que se le ha diagnosticado cáncer de mama corren más riesgo de padecer la enfermedad.
- **Antecedentes personales de cáncer de mama:** Una mujer que ha tenido cáncer de mama en una mama tiene una probabilidad del 1 % al 2 % por año de desarrollar un segundo cáncer en la otra mama.
- **Antecedentes personales de cáncer de ovario:** Los antecedentes de cáncer de ovario pueden aumentar el riesgo de una mujer de padecer cáncer de mama.
- **Predisposición genética:** Alteraciones específicas en ciertos genes (BRCA1, BRCA2 y otros) aumentan el riesgo de cáncer de mama.
- **Factores hormonales:** Gran cantidad de estudios experimentales indican que las hormonas (estrógeno y progesterona) juegan un papel muy importante en la aparición del cáncer de mama.
- **Antecedentes de reproducción y menstruación.** La evidencia indica que:
 - Las mujeres que comienzan a menstruar antes de los 11 años o llegan a la menopausia después de los 55 años tienen más riesgo de padecer cáncer de mama porque las células mamarias están expuestas al estrógeno y a la progesterona durante un tiempo más prolongado.
 - Las mujeres que tuvieron su primer embarazo después de los 35 años o las que nunca tuvieron un embarazo a término corren más riesgo de padecer cáncer de mama.
 - Las mujeres que tomaron terapia hormonal de reemplazo durante mucho tiempo parecen tener también una mayor probabilidad de desarrollar cáncer de mama.



- La **hiperplasia atípica de la mama** (condición que no es cancerosa, en la cual las células tienen características anormales y son numerosas) o el **carcinoma lobulillar in situ** (células anormales que se encuentran en los lobulillos del seno) aumenta el riesgo de cáncer de mama en la mujer.
- **Factores de estilo de vida:** El riesgo es mayor cuando los hábitos de vida no son saludables. Estudios recientes muestran que:
 - o las **mujeres posmenopáusicas** obesas tienen mayor riesgo de padecer cáncer de mama.
 - o La **falta de ejercicio** puede aumentar el riesgo de desarrollar cáncer de mama porque el ejercicio disminuye los niveles de hormonas, altera el metabolismo y mejora el sistema inmunitario. El aumento de la actividad física se asocia con un menor riesgo de desarrollar cáncer de mama.
 - o **Beber bebidas alcohólicas**, incluyendo cerveza, vino y licor, aumenta el riesgo de cáncer de mama.

El cáncer de mama precoz no suele presentar síntomas, por lo que su diagnóstico se suele basar en un examen de las mamas, las axilas, el cuello, la zona torácica y posiblemente en una mamografía. A medida que se va desarrollando la enfermedad, **algunos de los síntomas** que aparecen son:

- Bultos duros en el pecho o en las axilas, con bordes irregulares y que por lo general no presentan dolor
- Cambios en el tamaño, la forma o el tacto del pecho como, por ejemplo, rojeces, hendiduras o pliegues con aspecto de piel de naranja
- Sensibilidad, secreción de fluidos o cambios físicos en el pezón como pezón invertido o un cambio en el tamaño
- Dolor de mama