

# EL CHUAC RECUERDA EL DÍA INTERNACIONAL DE LA LUCHA CONTRA EL CÁNCER DE MAMA

El 19 de octubre se celebra el Día Internacional de la Lucha contra el Cáncer de Mama, para sensibilizar y concienciar a las mujeres de todo el mundo, sobre la importancia de realizarse un examen de mamas regularmente, con la finalidad de detectar cualquier signo o anomalía. Desde el CHUAC queremos recordad que:

- El cáncer de mama es el cáncer más frecuente en la mujer española. La estimación de nuevos casos de cáncer de mama en España para 2020 es de 32953. Se calcula que 1 de cada 8 mujeres españolas tendrá un cáncer de mama en algún momento de su vida.

- Aunque la mortalidad por cáncer de mama ha descendido en los últimos años gracias a los programas de cribado y a la mejora de los tratamientos el cáncer de mama sigue siendo la primera causa de muerte por cáncer en España en las mujeres.



Clasificación

Categorías:

## Por la importancia del diagnóstico precoz



### ¿Cuales son los factores de riesgo?

Los factores de riesgo para desarrollar un cáncer de mama son: **la edad, historia familia de cáncer de mama en un familiar de primer grado, ser portadora de mutaciones genéticas relacionadas con la enfermedad, densidad mamaria elevada, factores reproductivos** que aumentan la exposición a los estrógenos endógenos, el consumo de alcohol, exposición a radiaciones ionizantes, la obesidad...

### ¿Se puede Prevenir?

Las principales medidas preventivas son: **mantener una dieta equilibrada, disminuir el consumo de azúcares y grasas, realizar ejercicio habitualmente, mantener un peso adecuado, evitar el tabaco y el alcohol, controles mamográficos según estipula el programa de cribado del cáncer de mama.**

### ¿Cuándo debo acudir al médico?

**Un nódulo palpable en la mama es el signo más frecuente por el que se consulta**, generalmente no doloroso, **aunque también es frecuente la retracción del pezón o alteraciones de la piel de la mama.** Ante la aparición de cualquiera de **estos síntomas debe solicitarse cita con su médico para valoración.**

### La importancia del diagnóstico precoz

El cáncer de mama constituye un importante problema de salud en España, tanto por su elevada incidencia y mortalidad como por sus repercusiones físicas, psicológicas y económicas en la población. A pesar de los avances diagnósticos y terapéuticos, su pronóstico sigue dependiendo principalmente de la extensión de la enfermedad en el momento de la detección. De ahí que el **conseguir un diagnóstico precoz siga siendo la mejor vía para mejorar sus posibilidades de curación.** Los programas de cribado mediante mamografía consiguen una **disminución en la mortalidad por cáncer de mama.**