Información importante sobre el cáncer de seno para las mujeres hispanas

Por el Instituto Nacional del Cáncer

En octubre se celebra el Mes de Concienciación Nacional del Cáncer de Seno. ¿Existe motivo para celebrarlo? Por muchas razones, la respuesta es un "sí" definitivo. Desde 1990, el índice de mortalidad por cáncer de seno ha estado disminuyendo. Las investigaciones, en su mayor parte financiadas por el Instituto Nacional del Cáncer (NCI), han mejorado nuestros conocimientos del cáncer de seno y han producido tratamientos más efectivos.

El panorama para las mujeres hispanas en Estados Unidos es mixto. Aunque las hispanas tienen menos probabilidad de padecer cáncer de seno que las mujeres blancas no hispanas, más de 17 100 hispanas serán diagnosticadas con cáncer de seno este año, y más de 2 400 morirán de esta enfermedad. El cáncer de seno es el cáncer más común entre las mujeres hispanas en Estados Unidos y la principal causa de muerte por cáncer en este grupo. Las investigaciones muestran que es más probable que las mujeres hispanas sean diagnosticadas después de que su cáncer de seno haya progresado a un estadio más avanzado que las mujeres blancas no hispanas. Y las mujeres hispanas tienen más probabilidad de morir por cáncer de seno que las mujeres blancas no hispanas diagnosticadas a la misma edad y en el mismo estadio de la enfermedad.

La buena noticia es que la información es poderosa. Infórmese bien. Y, como siempre, hable con su proveedor de cuidados médicos acerca de sus preocupaciones.

Aquí detallamos lo que usted necesita saber acerca del cáncer de seno:

- El cáncer de seno es un cáncer que se forma en los tejidos del seno, generalmente en los conductos (tubos que llevan la leche al pezón) y en los lobulillos (glándulas que producen leche). Esto sucede tanto en hombres como en mujeres; sin embargo, el cáncer de seno en hombres es poco común.

- Aproximadamente 226 870 mujeres y 2190 hombres serán diagnosticados con cáncer de seno este año. Más de 17 100 de las personas diagnosticadas serán mujeres hispanas. Sin embargo, más de cuatro de cada cinco mujeres hispanas diagnosticadas con cáncer de seno sobrevivirán al menos cinco años después del diagnóstico.

Posted October 2012

- Las mamografías son radiografías del seno que pueden usarse para ver si hay cáncer de seno en mujeres que no tienen síntomas de la enfermedad. Este tipo de mamografía se llama mamografía selectiva de detección. La detección temprana del cáncer de seno con una mamografía selectiva de detección significa que el tratamiento se puede iniciar más temprano en el curso de la enfermedad, probablemente antes de que esta se haya diseminado. Si usted tiene 40 años o más, debe realizarse mamografías cada 1 o 2 años. Las mujeres que tienen un riesgo mayor que el riesgo del promedio de padecer cáncer de seno deberán hablar con su proveedor de cuidados médicos acerca de cuándo deben realizarse mamografías antes de los 40 años de edad y con qué frecuencia deben hacerlo. Algunos programas de salud estatales y locales y empresas proporcionan mamografías gratuitas o a bajo costo. También hay información disponible acerca de programas que ofrecen mamografías de detección a bajo costo o gratuitos por medio del Servicio de Información sobre el Cáncer del NCI (vea a continuación).

- No ignore ninguno de los síntomas. Si nota algún cambio en cómo se ven o cómo se sienten sus senos, consulte con su proveedor de cuidados médicos. La mayoría de los cambios no se deberán al cáncer de seno, sin embargo estos siempre deben ser examinados.

- Muchos factores de riesgo para el cáncer de seno han sido identificados. Los factores de riesgo son cualquier cosa que aumenta su probabilidad de padecer una enfermedad. Algunos factores de riesgo del cáncer de seno no pueden cambiarse (tales como la edad o los antecedentes familiares de cáncer de seno), mientras que otros sí. Sin embargo, tener un factor de riesgo no significa que usted padecerá cáncer de seno. Para entender mejor su riesgo de cáncer de seno, lea en español o en inglés la publicación del NCI "Qué es la mamografía y cómo se entiende el riesgo que tiene usted de padecer cáncer de seno".

- Las mujeres que están considerando la terapia hormonal para la menopausia deben saber que la terapia de combinación, la cual incluye tanto estrógeno como progestina; aumenta su riesgo de padecer cáncer de seno.

- Las investigaciones han demostrado que la actividad física puede ayudar a reducir el riesgo de padecer cáncer de seno. Trate de hacer ejercicio como parte de su vida cotidiana. El ejercicio intenso durante tan poco como 4 horas por semana puede reducir su riesgo.

- Ser obesa después de haber llegado a la menopausia puede aumentar su riesgo de padecer cáncer de seno. Los médicos saben que la obesidad aumenta su riesgo de varias enfermedades; de modo que tiene sentido mantener un peso saludable en cualquier edad.

- El consumo de alcohol puede aumentar su riesgo de padecer cáncer de seno. Si está preocupada, hable con su médico acerca de cómo reducir su consumo de bebidas alcohólicas.

El Instituto Nacional del Cáncer dirige el Programa Nacional de Cáncer y el esfuerzo de los Institutos Nacionales de la Salud para reducir drásticamente el gravamen del cáncer y mejorar

las vidas de los pacientes con cáncer y de sus familias, por medio de investigación de la prevención y de la biología del cáncer, de la creación de nuevas intervenciones y de capacitar y proveer mentores a nuevos investigadores. Para obtener más información sobre el cáncer, visite, por favor, el sitio web del NCI en http://www.cancer.gov/espanol o llame al Servicio de Información sobre el Cáncer del Instituto Nacional del Cáncer al 1-800-422-6237 (1-800-4-CANCER).
Hay disponibles más artículos y videos en las series Lifelines adaptados a culturas diferentes en ***www.cancer.gov/lifelines****.*

Posted October 2012