

Opinión

Viernes 28 octubre de 2022 | 17:54

Detectar a tiempo el cáncer de mama



Remigio Paredes

Académico Carrera de Enfermería de la Universidad ds Américas, Sede Concepción

COLUMNA DE OPINIÓN

Nuestra sección de **OPINIÓN** es un espacio abierto, por lo que el contenido vertido en esta columna es de exclusiva responsabilidad de su autor, y no refleja necesariamente la línea editorial de BioBioChile



Una de las primeras causas de muerte de mujeres en Chile es el cáncer de mama, por ello la prevención y detección precoz es fundamental para evitar que las cifras sigan aumentando.

En palabras simples, esta es una enfermedad que consiste en la formación de células malignas (cancerosas) en los tejidos de la mama, existiendo factores de riesgo que pueden predisponer su aparición. Dentro de ellos se visualizan los factores modificables: consumo de alcohol y tabaco, obesidad y uso de hormonas como estrógenos y progesterona en periodo de la menopausia; y los no modificables: antecedentes familiares de primer grado (madre, hermana o hija que lo haya padecido), menstruación a una edad temprana, dar a luz a edad avanzada o nunca haber tenido hijos y comenzar la menopausia a edad tardía.

Para detectarlo a tiempo es fundamental realizarse un autoexamen al menos una vez al mes (entre el día 9 y 11 después de la menstruación), para aprender a reconocer algún cambio. Este se efectúa primero colocando los brazos en la cadera para observar cambios en la piel, forma o tamaño de las mamas. Luego, con las manos detrás de la cabeza y con los codos hacia adelante se revisa si hay hoyuelos, pliegues en la piel o algún cambio en la superficie. También es necesario palpar la mama, haciendo pequeños círculos en la dirección de las manecillas del reloj para detectar alguna masa.

Si nota un bulto en su seno o axila, cambios en el tamaño o forma de uno de sus pechos, hinchazón enrojecimiento u oscurecimiento de las mamas, hundimiento o secreciones repentinas del pezón o dolor en cualquier zona del pecho o axila, debe consultar a un médico lo antes posible.

De seguro le pedirá realizar una mamografía, examen que consiste en una radiografía de las mamas con bajos niveles de radiación. Esta es la mejor prueba para una detección a tiempo, pues puede encontrar entre el 90 a 95 % de los tumores, aunque sean muy pequeños. Además, es una prueba rápida y sencilla de hacer.

Si bien no podemos evitar que el cáncer aparezca, pero sí detectarlo cuando todavía es pequeño, pues con ello se consigue la curación en más del 80% de los casos.