

## La prevención es el mejor tratamiento para el cáncer de mama

**Día mundial de la prevención 19 de octubre**



El cáncer de mama es el tumor maligno más frecuente entre la población femenina.

La importancia de la detección temprana del cáncer de mama es fundamental ya que cambian el pronóstico de la enfermedad.

El diagnóstico precoz es vital pues de él dependen las posibilidades de curación, que pueden ser del 100% si se detecta a tiempo.

La mujer debe aprender a conocer bien su cuerpo y así apreciar cualquier signo de alarma.

Recomendamos a todas las mujeres mayores de 20 años que realicen la autoexploración mamaria cada mes.

Después de los 25 años, lo mejor es que un médico explore sus mamas anualmente. Y a partir de los 50 años de edad, es conveniente que se someta anualmente a una mamografía.

La autoexploración puede efectuarse ante un espejo para apreciar cualquier cambio en el color y textura de los senos. Una vez observadas ambas mamas, el examen se completa con una palpación.

### ¿Qué se busca?

Un bulto o una masa dura y densa, inmóvil al palparlo (no tiene que ser doloroso).

Anomalías asimétricas. Generalmente sólo aparecen en uno de los senos.

Pezón retraído (en una posición invertida a la normal).

Cambios en el color de la areola (la piel de tonalidad oscura que rodea al pezón).

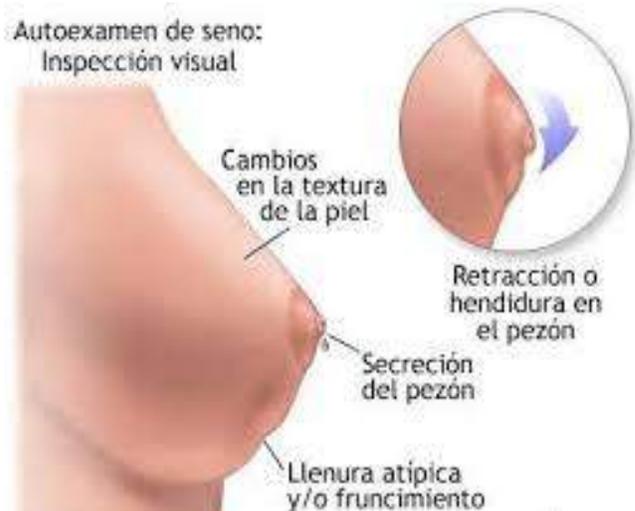
Alteraciones en la textura de la piel de la mama (piel de naranja, rojeces, grietas).

Incremento del número de venas visibles en uno de los senos.

Asimetrías en el tamaño de las mamas.

Autoexploración Mamaria

La autoexploración debe realizarla usted misma todos los meses después de la regla, o si ya no la tiene, un día fijo de cada mes.



## Sólo tiene que seguir estas sencillas instrucciones:

Colóquese delante de un espejo con los brazos caídos y compruebe que sus mamas se mantienen con el tamaño y la forma de siempre, su piel es lisa y no tiene arrugas ni asperezas y que el borde inferior es regular.

Levante los brazos lentamente hasta ponerlos verticales y observe si encuentra alguna diferencia notable entre ambos pechos (como depresiones de la piel) o en las axilas.

Con los brazos en alto gire su cuerpo y compruebe que no hay alteraciones en el perfil de sus mamas.

Para proceder a la palpación, debe estar acostada. Imagine que su mama está dividida en cuatro partes o cuadrantes. Explore sucesivamente los cuatro cuadrantes de cada mama del modo siguiente:

Lado izquierdo: Tumbada en la cama, levante el brazo izquierdo y ponga la mano debajo de la cabeza y con la mano derecha con los dedos juntos y estirados, vaya palpando sucesivamente los cuatro cuadrantes.

Lado derecho: Levante el brazo derecho y con la mano izquierda reconozca los cuatro cuadrantes de su mama derecha. Explore las axilas detenidamente con las puntas de los dedos ligeramente curvados.



## Métodos de diagnóstico

### Pruebas diagnósticas no invasivas:

**Mamografía:** Es la radiografía de la mama. Se realiza con un aparato de Rayos X especial para mamas, que con muy baja dosis de radiación es capaz de detectar diversos problemas, principalmente el Cáncer de Mama.

Se coloca el pecho en el mamógrafo y la mama es brevemente comprimida durante el examen, pero esto no es doloroso. La información que aporta en cuanto a neoformaciones, microcalcificaciones y distorsiones del tejido mamario nos orienta a un diagnóstico definitivo.

**Ecografía:** La ecografía mamaria es una prueba que se complementa con la anterior, en muchas ocasiones permite describir con mejor detalle estructuras intramamarias como los quistes.

La ecografía también es indicada para mamas jóvenes o de alta densidad. El médico desliza suavemente sobre la mama una sonda que emite ondas ultrasónicas. Al atravesar los tejidos, esas ondas rebotan en los mismos, produciendo unos ecos ultrasónicos que aparecen representados en la pantalla del ecógrafo y que pueden ser fotografiados.

**Resonancia Nuclear de mama:** Es una resonancia magnética de las mamas. Se utiliza como estudio complementario a las pruebas anteriores y para pacientes de alto riesgo.

### Pruebas diagnósticas mínimamente invasivas:

**Punción o Biopsia guiadas por estereotaxia:** Es una técnica que permite estudiar una lesión con gran precisión, ya sea mediante la obtención de una muestra de algunas células (punción con aguja fina o PAAF) o de tejido (biopsia con aguja gruesa o BAG).

**Sistema BAV - Biopsia por Aspiración por Vacío (Vacuum Assisted Biopsy)** Es un sistema de biopsia que permite obtener con una sola punción, múltiples cilindros de pocos milímetros de espesor permitiendo un adecuado estudio histopatológico.

Vicente De Jesus Aljure Reales.  
MD. Esp. En Radiología e Imágenes Diagnósticas.  
Hospital San Rafael Tunja.