TUOPINAS.CL
NOTICIAS REGIÓN DE VALPARAÍSO

Para el año 2030: número de mujeres diagnosticadas con cáncer de mama podría aumentar en un 34% en la América Latina y el Caribe

Según datos entregados por Organización Panamericana de la Salud (OPS), para el año 2030 el número de mujeres diagnosticadas con cáncer de mama podría aumentar en un 34% en América Latina y el Caribe.

Una realidad preocupante, especialmente en el caso de las mujeres, ya que, en Chile, el cáncer de mama es la primera causa de muerte por cáncer en mujeres.

Anuncio Patrocinado

“La tasa de mortalidad por cáncer de mama es de casi un 3%, cifra que probablemente aumentará de manera importante en los próximos años, dado que, durante la de pandemia, los exámenes de diagnóstico, es decir, mamografías y ecografías mamarias, disminuyeron en un 61%”, comenta Magdalena Cabezas, matrona y académica de la Escuela de Obstetricia y Puericultura de la Universidad de los Andes.

Frente a esta realidad, importante saber que frecuencia con la que las mujeres se deben realizar este examen es variable y depende de los factores de riesgos a los que cada una este expuesta.

“Desde los 40 años en adelante es recomendable que todas las mujeres se realicen la mamografía. En sistema público (atención primaria) es cada 3 años y gratuita en este tramo. Y cuando hay antecedentes de familiar directo con cáncer de mama desde los 35 años (ese es el principal factor de riesgo junto con la edad). Antes se hace ecografía mamaria siempre, cuando hay sospecha, si la mujer se palpa algún bulto o alteración en la mama, o tiene antecedentes de familiar directo desde los 35 años”, explica la académica UANDES.

En caso de presentar factores de riesgo, como obesidad, y antecedentes familiares, se recomienda realizar el examen una vez al año a partir de los 35 años. Por otra parte, el autoexamen se debe realizar de manera mensual aproximadamente 8 a 10 días desde el inicio del ciclo menstrual.

“La idea es concientizar a la población, que conozcan su cuerpo y que sean capaces de detectar alteraciones en forma precoz. Sin embargo, debemos dejar claro que el autoexamen no es un procedimiento por el cual podamos diagnosticar precozmente un cáncer de mama, pero si permite consultar frente a situaciones que, para cada mujer, no sean comunes”, agrega Magdalena Cabezas.

Asimismo, es muy importante estar atentas a los siguientes síntomas:

Presencia de bultos o masas en las mamas o en zona axilar.

Aumento de tamaño de una o ambas mamas.

Irritación de la piel de las mamas.

Cambios de coloración, hundimientos de la piel o del pezón y retracciones de la piel.

Dolor en la zona mamaria (síntoma menos frecuente).

Sumado a lo anterior, es recomendable mantener una dieta balanceada y realizar actividad física de manera frecuente.

y tú, ¿qué opinas?