

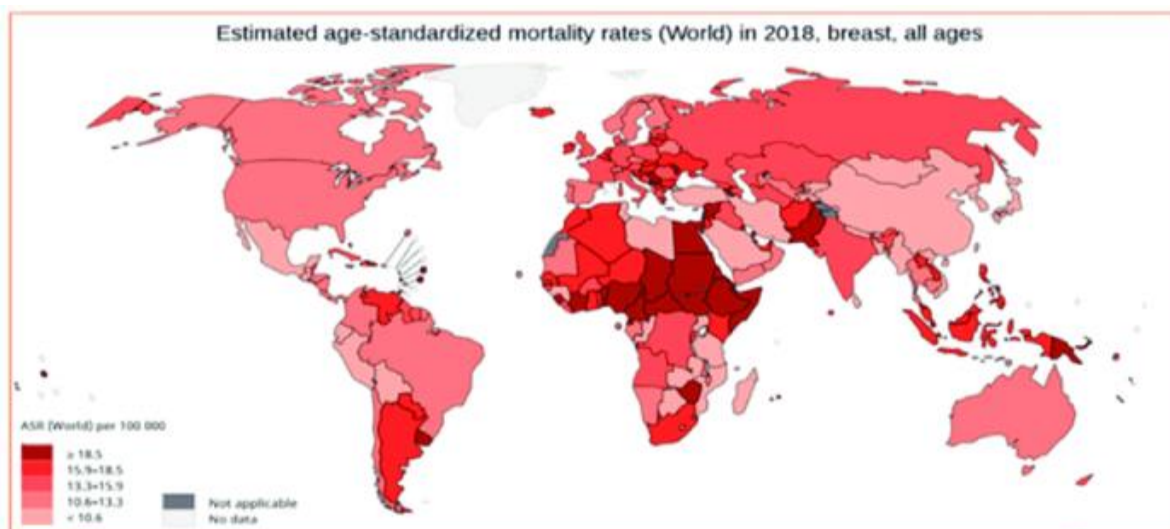
**Octubre rosa es el mes en que nos centramos en el cáncer de
mama.**

**¿Cómo se puede prevenir, detectar y tratar el cáncer de
mama?**

Enfermedad emblemática, el cáncer de mama forma parte de la historia de toda mujer. Señores, este mensaje también les concierne a ustedes: ¡no se libran!

En 157 de 185 países, el cáncer de mama es el más frecuente entre las mujeres (23,8%)^[1]. Afecta a 2.300.000 mujeres en todo el mundo (y podría llegar a 3.200.000 en 2030^[2]), y la tasa de mortalidad sigue siendo del 11,4%. En 2022 seguirá habiendo 700.000 muertes por cáncer de mama^[3].

En la actualidad, el cáncer de mama se trata cada vez mejor. Los nuevos tratamientos, cada vez más específicos, permiten atacarlo y, en el mejor de los casos, curarlo -la mortalidad se redujo un 40% entre 1980 y 2020-, pero las estadísticas mundiales muestran una gran disparidad geográfica en la supervivencia.



Global map presenting incidence and mortality rates by world countries for breast cancer in female in all age, in 2018 [Source: GLOBOCAN 2018].

Sally Cowal, de la ACS (Association Cancer Society), explica que el aumento de los cánceres se debe a un incremento de la frecuencia de «factores de riesgo de cáncer conocidos y

vinculados a la rápida transición económica, como la inactividad física, la mala alimentación, la obesidad y factores reproductivos como la maternidad tardía».

¿Cribado? ¿Para qué?

Muchas personas no desean someterse a un cribado por diversas razones:

- Soy demasiado joven
- Tengo miedo
- ¿Por qué me iba a pasar a mí?
- No tengo antecedentes
- No tengo comportamientos de riesgo
- No tiene sentido, no me va a pasar a mí
- Las mamografías son peligrosas para la salud
- Soy hombre
- Etc...

Y aún....

Juntos podemos cambiar las estadísticas y aumentar la tasa de supervivencia.

El cribado se recomienda a partir de los 50 años, ya que el 50% de los cánceres de mama se diagnostican entre los 50 y los 69 años, y el 28% después de los 69 años (el cribado del 70% de las mujeres mayores de 50 años para el cáncer de mama reduce la tasa de mortalidad entre un 20 y un 30%). Por desgracia, la enfermedad se está extendiendo, haciéndose cada vez más agresiva y rápida. Afecta cada vez más a mujeres jóvenes, incluso muy jóvenes, en edad fértil -el 10% de los cánceres de mama se diagnostican en mujeres menores de 35 años y el 20% entre 35 y 50 años-, a veces por razones de predisposición genética, pero no exclusivamente.

También afecta a los hombres (el 1% de los cánceres de mama son masculinos) y, aunque el porcentaje pueda parecer insignificante, no lo es, porque pocos hombres se someten a cribado.

Es necesario conocer

El diagnóstico en un estadio avanzado conlleva el riesgo de que el cáncer se extienda a otros órganos a través del sistema linfático... deja de ser local y puede convertirse en metastásico si no se diagnostica a tiempo.

Un diagnóstico en fase avanzada requiere un tratamiento más amplio (quimioterapia, terapias dirigidas, radioterapia, etc.), mientras que una tumorectomía puede ser suficiente para una enfermedad diagnosticada in situ, es decir, en sus primeras fases.

Pero el diagnóstico precoz aumenta las posibilidades de curación y supervivencia.

¿El cribado? ¿En qué consiste?

Puede ser muy sencillo. En primer lugar, *debe hacerse una autoexploración mamaria*, todos los meses y a cualquier edad.

Mamografía: una radiografía para detectar anomalías mamarias. Es el método más eficaz para detectar el cáncer de mama.

Ecografía : en caso de imagen dudosa en la mamografía, o de mamas densas, la *ecografía* (prueba de imagen mediante ultrasonidos) aportará información complementaria. La ecografía también se utiliza para guiar las biopsias. Si se detecta una anomalía, se realizará una biopsia (extracción de tejido para su análisis).

La resonancia magnética (RM) se utiliza para confirmar o refutar un diagnóstico.

Estos métodos son sencillos, más o menos invasivos, ¡pero salvan vidas!
Así que no lo dude.

- Tengo antecedentes familiares
- Noto una anomalía en la autopalpación
- No estoy seguro de un síntoma
- Tengo más de 50 años

Quiero hacerme las pruebas

Como funcionarios de la OIT, tenemos la suerte de contar con una excelente cobertura sanitaria. ¡Todas estas pruebas son reembolsadas por el CAPS y **la mamografía está cubierta al 100% cada 2 años a partir de los 40 años!**

No saberlo no mantendrá el cáncer a raya.
Afrontarlo lo antes posible es la mejor manera de vencerlo.
Conozco los riesgos, tengo una buena cobertura sanitaria,
¡BEBO!
¡CUIDO MI SALUD!
Corre la voz entre tus amigos, familiares y conocidos,
¡Se pueden salvar vidas!

No soy médico, pero he estado enfermo y fui a hacerme un cribado, al principio sin ningún motivo en particular, pero me salvó la vida. Comprendo sus temores más profundos.

En mi calidad de colega y con total confidencialidad, estoy dispuesta a escucharle, a responder a sus preguntas cuando pueda o a orientarle hacia organismos concretos, a guiarle en el laberinto administrativo de la Organización. La Organización ya ha previsto algunas de tus necesidades, pero a veces, en medio del pánico y el estrés, no encuentras la información esencial.

Podéis poneros en contacto conmigo por correo electrónico o a través de los equipos, y los que estéis en la sede venid a verme directamente a la oficina, estoy en el 6-10.
iiiiCuídate y corre la voz para que el cribado sea sistemático !!!!

Sophie Guerre Chaillet
Paciente-socia, Universidad de la Sorbona (París)
guerre@ilo.org

[1] [Estatutos del CAPS - 2024 \(ilo.org\)](#) Código 8.

[1] OMS (Organización Mundial de la Salud) - 202

[2] Revista Médica Lance