

Octubre: Mes de la concientización contra el cáncer de mamas

Contribuye a aumentar la atención y el apoyo prestados a la sensibilización, la detección precoz, el tratamiento y los cuidados paliativos.

Al ser una enfermedad que afecta a gran parte de la población femenina tanto en Argentina como en el mundo, este día es impulsado por la OMS (Organización Mundial de la Salud), la cual busca promover la detección temprana del cáncer de mama según la organización el cáncer de mama es el más frecuente entre las mujeres.

La OMS ha declarado a octubre como el mes de la sensibilización sobre el cáncer de mama, creando una campaña de salud cuyo objetivo es aumentar la atención y el apoyo prestados a la sensibilización, la detección precoz, el tratamiento y los cuidados paliativos de quienes padecen la patología.

Según las últimas estimaciones realizadas por la Agencia Internacional de Investigación sobre Cáncer (**IARC**), Argentina presenta una tasa de incidencia de 212 casos por 100.000 habitantes (considerando ambos sexos y todos los tumores a excepción de piel no melanoma), cifra que la posiciona dentro de los países del mundo con incidencia de cáncer media-alta (rango 177 a 245,6 por 100.000 habitantes), ubicándola a su vez en el séptimo lugar en Latinoamérica. Esta estimación corresponde a más de 125.000 casos nuevos de cáncer en ambos sexos por año, con porcentajes similares tanto en hombres como en mujeres.

El cáncer de mayor incidencia se presenta en mujeres y es el de mama, con una tasa de 73 casos por cada 100.000 mujeres.

Lamentablemente, hasta la actualidad no existen medidas de prevención primaria que hayan brindado resultados positivos para el cáncer de mama. La herramienta más efectiva para reducir la mortalidad por cáncer de mama es la prevención secundaria, es decir, detectar la enfermedad en sus fases iniciales y comenzar a tratarla con un diagnóstico temprano. Por ello, es muy importante que todas las mujeres se realicen el autoexamen de mamas con frecuencia y recurran a su Médico Ginecólogo ante cualquier anomalía.



Cómo realizarse el autoexamen de mamas



Observar el aspecto externo de los senos frente a un espejo y compararlos.



- Con los brazos caídos al lado del cuerpo.



- Con las manos apoyadas sobre la cadera, contrayendo los músculos del pecho.



- Entrelazando las manos por detrás del cuello y girando ligeramente el busto a izquierda y derecha.



Palpación

- Llevar el brazo del lado del seno a examinar detrás de la cabeza. Con la otra mano palpar de afuera hacia adentro. Inspeccionar el tórax y las costillas hacia el pezón y la zona que lo rodea.



- Repetir con el brazo al costado del cuerpo.



- Palpar la axila completa con el brazo detrás de la cabeza para detectar posibles nódulos o bultos.

- Finalmente apretar suavemente cada pezón y observar si se produce alguna secreción sanguinolenta.

PROCEDER DE LA MISMA MANERA CON EL OTRO SENO.



Examen de mamas: ¿A quién se realiza?

- Se convoca a todas las mujeres comprendidas entre las edades de 40 y 65.
- Se realiza un examen de mamas y una mamografía de control cada 12 meses.

Lugares públicos de Atención en CABA

Hospital Penna

Pedro Chutro 3380 (Parque Patricios).
Consultorios Externos PB Consultorios 2-3.

Hospital Piñero

Varela 1301 (Flores).
Consultorios Externos PB Consultorios 27.

Hospital Ramos Mejía

Gral. Urquiza 609 (Balvanera).
1º Piso Ginecología Consultorios 1-2-3.

Hospital Pirovano

Monroe 3555 (Coghlan).
Consultorios Externos PB Sector A Ginecología Consultorio N° 2.

Hospital Rivadavia

Av. Las Heras 2670 (Recoleta).
Consultorios Externos PB Consultorio 17.
Horario de 8.00 a 14.00hs.

Hospital Zubizarreta

Nueva York 3952 (Villa Devoto).
Ginecología Consultorios externos.
Tel: (011) 4501-6773 (011) 4501-5985.
Horario de 8.00 a 14hs.

