

¿Qué es el cáncer de mama?

Es el cáncer que comienza en los tejidos mamarios. Existen 2 tipos principales:

- **Carcinoma ductal:** comienza en los conductos que llevan leche desde la mama hasta el pezón.
- **Carcinoma lobulillar:** comienza en partes de las mamas que producen la leche, llamadas lobulillos.

Factores de riesgo del cáncer de mama

- Antecedentes familiares por cáncer de mama
- Factores dietéticos
- Sobrepeso y obesidad
- Consumo de alcohol y tabaco
- No amamantar
- Haber padecido una extirpación de mama debido a cáncer.

Clínica Universitaria de Salud Reproductiva y Sexual

Dirección

Córdoba Esq. Ernesto Ortiz Medina
Fraccionamiento Veracruz
CP. 91020
Xalapa, Ver.

Teléfono

8 42 17 00 Ext. 10358, 10376, 10379

Horarios de atención

Lunes a Viernes de 8:00 am a 20:00 pm

<https://www.uv.mx/cusrs/>

La Clínica Universitaria de Salud Reproductiva y Sexual de la UV atiende a la Comunidad UV y público en general.

CÁNCER
DE MAMA



Clínica de Salud Reproductiva y Sexual
Universidad Veracruzana

◀ Síntomas

- Tumor mamario o tumoración en la axila, con bordes irregulares y generalmente sin dolor.
- Cambio del tamaño, forma o textura de las mamas o el pezón.
- Líquido del pezón, puede ser sanguinolento, de claro a amarillento verdoso y lucir como pus.

◀ Síntomas avanzados

- Dolor óseo
- Dolor o molestia en las mamas
- Úlceras cutáneas
- Hinchazón de los ganglios linfáticos en la axila
- Pérdida de peso

◀ ¡Detéctalo!

- Autoexploración a partir de los 20 años de edad.
- Exploración clínica a partir de los 25 años de edad.
- Mamografía
- Resonancia magnética de las mamas
- Ecografía de las mamas
- Biopsia de mama
- Tomografía computarizada
- Biopsia de ganglio linfático centinela

◀ Tratamiento

En caso de detección de cáncer de mama, deberás atender el tratamiento que tu médico te señale, la cual puede incluir:

- Terapia hormonal
- Quimioterapia
- Radioterapia
- Cirugía para extirpar el tejido canceroso
- Mastectomía

El cáncer de mama es más común en las mujeres pero no es exclusivo de ellas, en los hombres, los síntomas incluyen:

- Tumoración mamaria
- Piel con hoyuelos o arrugada
- Pezón o piel rojo o escamoso
- Secreción de líquido
- Dolor y sensibilidad en las mamas

◀ Aprende a autoexplorarte

De pie

Colócate frente al espejo, con los brazos colgando a lo largo del cuerpo, desnuda de cintura para arriba.

En esta postura observa:

1. Si en los pechos hay hundimientos o elevaciones anormales de la piel.
2. Si hay cambios de color.
3. Si la forma del pecho o del pezón es diferente.
4. Si hay retracciones en la areola o en el pezón
5. Cualquier cambio en relación a meses anteriores.

No debes alarmarte si uno de los pechos queda más bajo o es más grande que el otro, puede ser normal.

Acostada

1. Acuéstate en la cama, boca arriba, pon la mano izquierda bajo tu cabeza y usa la mano derecha para palpar la mama izquierda con los dedos juntos pero no rígidos.
2. Imagina que la mama es un círculo y divídelo en cuatro, palpa el cuadrante superior interno, de arriba abajo, continúa con inferior interno, después con el inferior externo y termina con el superior externo.
 - a. Pon atención a que no quede ninguna región de la mama sin explorar.
3. Extiende el brazo izquierdo hacia la cabeza, palparás el hueco de la axila hacia las costillas, de arriba abajo.
4. Hay que poner atención si tocas bultos o nódulos duros o existen zonas dolorosas.
5. Por último se exprimirá ligeramente el pezón entre los dedos y observa si hay alguna secreción, color y características.
6. Repetir los pasos con la mama derecha, colocando la mano derecho bajo tu cabeza y utilizando la izquierda para palpar.

El autoexamen mamario dura aproximadamente de 4 a 5 minutos.

Se recomienda realizar la autoexploración una vez al mes, desde el primer periodo menstrual.

Para más información acude a la Clínica Universitaria de Salud Reproductiva y Sexual de la UV.