

Cáncer de mama

15 dudas, 15 respuestas

En España se diagnostican 16.000 nuevos casos cada año. **Saber más sobre el tema puede ayudar a prevenir:** tú preguntas y los expertos en la materia te responden.

POR SILVIA LÓPEZ

GETTY IMAGES

CONSULTA A TU ESPECIALISTA

1. ¿Qué síntomas tiene el cáncer de mama?

Según el doctor Manuel García Manero, del departamento de Ginecología y Obstetricia de la Clínica Universitaria de Navarra, «la mayoría de los casos son asintomáticos y suelen detectarse en revisiones preventivas mediante la utilización de mamografía y ecografía». De todas formas, **es recomendable una autoexploración regular para detectar «la presencia de nódulos de nueva aparición, secreción hemorrágica por el pezón y retracción de la piel de la mama».**

2. Tengo 30 años, ¿hay algún riesgo de padecer esta enfermedad a mi edad?

«Si no existen antecedentes familiares, la probabilidad es baja», indica el doctor García Manero. Marisa García de Paredes, oncólogo médico de la Asociación

Española Contra el Cáncer, añade: «La incidencia de cáncer de mama a una edad inferior a los 35 años es solo del 4,2%.» Sin embargo, el doctor Javier del Pozo, ginecólogo de Centro Médico Teknon indica que **«aunque el grupo de mayor riesgo está entre 55 y 65 años, cada vez se están diagnosticando carcinomas a edades más tempranas: la prevalencia va aumentando de los 40 a los 55 años.»**

3. El consumo de tabaco, el alcohol, los anticonceptivos... ¿Qué factores pueden propiciar su aparición?

Como prevención, los expertos recomiendan adquirir unos hábitos de vida saludables: nada de tabaco, consumo mínimo de alcohol, control del colesterol... En el caso de los anticonceptivos, el doctor Del Pozo asegura que **«no hay estudios que relacionen un mayor riesgo a causa de los anovulatorios ni de la terapia hormonal sustitutiva en la menopausia.»**

4. Me han diagnosticado cáncer, ¿significa que me deben realizar una mastectomía? ¿Qué tratamiento es más efectivo?

«Todo depende de la situación, del tipo de tejido y sobre todo del tamaño del tumor», indica Del Pozo. El doctor Manuel García Manero explica que **«hasta un 80% de las pacientes con cáncer de mama puede ser tratado con cirugía conservadora, siendo necesaria la mastectomía solo en el 20% restante»**. En la AECC explican que en algunos casos se puede tratar de evitar la mastectomía reduciendo el tamaño del tumor con quimioterapia u hormonoterapia. Normalmente, concluye García de Paredes, **«el tratamiento es multidisciplinar, combinando diferentes modalidades como la cirugía, radioterapia, quimioterapia, hormonoterapia y tratamiento biológico»**.

5. Si tengo descendencia, ¿heredarán mis hijas la posibilidad de padecerlo?

«Si bien **el cáncer de mama hereditario solo representa el 4 o 5 por ciento del total**», explica Montserrat Doménech, presidenta del Grup Àgata (Asociación Catalana de Mujeres con Cáncer de Mama), **«es necesario tener acceso a Unidades de**

La adopción se deniega habitualmente a las mujeres que han padecido la enfermedad.

Consejo Genético, para poder estudiar a las familias de riesgo. De esta manera, se podría establecer un diagnóstico precoz en las mujeres portadoras».

6. ¿Si he quedado estéril después del tratamiento podré tener hijos?

Montserrat Doménech explica que **«puede derivarse una esterilidad como consecuencia de la quimioterapia y de la hormonoterapia, por lo que deberían facilitarse los servicios de fertilización *in vitro* y otras técnicas»**. Y añade que es necesario **«el acceso a la adopción, hoy denegado a las mujeres que han padecido cáncer de mama, aun estando curadas»**.

LA ADMINISTRACIÓN CONTESTA

7. ¿Se dedican suficientes recursos a la investigación?

Según la doctora García de Paredes, **«en nuestro país tenemos un gran equipo de investigadores en oncología, pero son necesarios más recursos y coordinación, no solo a nivel nacional, sino a escala europea y mundial»**. La AECC potencia la investigación oncológica a través de su Fundación Científica.

8. ¿Las consecuencias de la enfermedad están consideradas causa de invalidez?

Varias de las socias de Amacmec (Asociación de Mujeres Afectadas por Cáncer de Mama de Elche y Comarca) señalan que **son varias las causas que limitan las posibilidades laborales y, sin embargo, no están reconocidas como causa de invalidez**. Desde el linfedema (o la inflamación de mano y brazo después de la resección de los ganglios linfáticos de la axila, que suelen extirparse con la mastectomía) a la fatiga que suele derivarse de la quimioterapia, impiden que muchas mujeres puedan desempeñar igual según qué tipo de trabajos.

9. Medicamentos, asistencia, prótesis, reconstrucción mamaria... Exactamente, ¿qué cubre la Seguridad Social?

Desde la AECC proclaman que **«cualquier mujer que resida en nuestro país tiene derecho a la Asistencia Sanitaria, prestación dirigida a cubrir los gastos médicos y farmacéuticos necesarios para conservar o restablecer la salud»**. **Tanto la reconstrucción mamaria –ya sea inmediata o diferida– como la cirugía de la areola y el pezón de la mama también están incluidas en el catálogo de prestaciones de la sanidad pública**. Las prótesis mamarias están financiadas por la Seguridad Social, así como su renovación, que acostumbra a ser cada dos años, dependiendo de cada Comunidad Autónoma. **«Para poder ayudar a todas aquellas mujeres que necesitan renovar con anterioridad su prótesis mamaria, la AECC puede facilitarles una, bien a través de una ayuda económica,**



En la página web www.muchoxvivir.org, un equipo de psicólogos ayuda a las afectadas de forma gratuita.

o bien mediante un convenio suscrito con la marca Amoena (que está especializada en prótesis y textiles)», explica la doctora García de Paredes.

10. ¿Las clínicas y los hospitales españoles están preparados para tratar el cáncer de mama? ¿Por qué muchos famosos se tratan en centros en Estados Unidos?

Según las asociaciones consultadas, España tiene un nivel asistencial muy alto. Para la AECC, «el hecho de que personajes famosos recurran a tratarse en centros hospitalarios fuera de nuestro país obedece más a razones prácticas derivadas de la necesidad de tranquilidad y de estar alejados de los medios de comunicación».

HABLAN LAS MUJERES QUE LO HAN SUPERADO

11. ¿Los efectos de la quimioterapia son realmente tan devastadores?

María del Carmen Sabuco, subdirectora de Amacmec, explica que la quimioterapia, la parte del tratamiento más temida, no provoca los mismos efectos secundarios (caída del cabello, vómitos...) en todas las mujeres y que, en cualquier caso, las molestias más graves remiten cuando acaba el tratamiento. Pese a lo duro que

pueda resultar, «debes recordar que estás luchando por tu vida, plantéate quién es más fuerte: el cáncer o tú».

12. ¿Podré afrontar la enfermedad? ¿Dónde puedo buscar ayuda?

Carmen Yélamos, psicóloga clínica de la AECC, explica que «es como una carrera de obstáculos en la que la estabilidad emocional, el afán de superación y las ganas de luchar ayudan a afrontar la enfermedad». Recomienda no esperar a sentirse desbordada para pedir ayuda. En la AECC hay un programa para mujeres diagnosticadas que se llama *Mucho x Vivir*, donde un equipo de psicólogos especializados ayudan a las pacientes de forma gratuita. En su web www.muchoxvivir.org se pueden consultar estas colaboraciones y las direcciones de asociaciones de afectadas en cualquier ciudad (como Àgata, Amacmec y otras), muchas de las cuales están integradas en la Federación Española de Cáncer de Mama (www.fecma.org). Estas agrupaciones suelen tener efectos muy positivos en las enfermas, porque «comprobar que otras mujeres lo han superado te ayuda a sacar fuerzas», explica María del Carmen Sabuco. Para ella, el único inconveniente podría ser «la tendencia a comparar enfermedades; no debemos olvidar que cada caso es distinto, por eso instamos a consultarlo todo con el médico; las asociaciones somos un apoyo más».

13. ¿Cómo va a repercutir en mi trabajo?

Según Carmen Yélamos, a muchas pacientes, seguir vinculadas al trabajo les ayuda a seguir adelante: «Habla con tu jefe y

puede que consigas ponerte de acuerdo para reducir tu jornada o hacer parte de tu trabajo en casa. Consulta a tu médico para que te sugiera los límites de las actividades.» Sin embargo, Montserrat Doménech comenta que la realidad, en muchos casos, es distinta: «Muchas de las mujeres que han padecido cáncer de mama han perdido su puesto de trabajo, por eso pedimos a la Administración que nos informe de nuestros derechos y nos proteja.»

14. ¿En qué medida se va a resentir mi vida sexual y de pareja?

Esta es, para la presidenta de Àgata, una de las cuestiones que más angustian a las enfermas. Recomienda acudir a un psicooncólogo o a un psicólogo especializado en problemas de pareja: «Lo cierto es que todo suele superarse», asegura. Por su parte, Carmen Yélamos añade: «Si se tiene pareja, lo mejor es hablar abiertamente del tema y no permitir que se acabe convirtiendo en un tabú.»

15. ¿Volveré a sentirme atractiva?

Carmen Yélamos, de la AECC, recomienda obsequiarse con más mimos estéticos que nunca durante esta difícil etapa: «Cuida tu piel, pelo y uñas antes, durante y después de los tratamientos; elige bien una prótesis externa si la necesitas; usa lencería y ropa de baño adaptada y a tu gusto, y reflexiona sobre ti misma y sobre lo que vales para que no se vea mermada tu autoestima.»

HAN ASESORADO: DOCTOR JORDI MATÍAS GUIU, PRESIDENTE DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NEUROLOGÍA, Y SOLEDAD MURUAGA, PRESIDENTA DE LA ASOCIACIÓN DE MUJER PARA LA SALUD DE MADRID.

¿NECESITAS MÁS INFORMACIÓN?

- AECC (Asociación Española Contra el Cáncer). Tel. 902 100 036. www.muchoxvivir.org
- AMACMEC Asociación de Mujeres Afectadas por Cáncer de Mama de Eliche y Comarca. Tel. 965 447 552. www.amacmec.org
- GRUP ÀGATA (Associació Catalana de Dones amb

Càncer de Mama).

Tel. 934 159 394.

www.grupagata.cjb.net

• FECMA (Federación Española de Cáncer de Mama).

www.fecma.org

• Centro Médico Teknon.

Tel. 932 906 200.

www.teknon.es

• Clínica Universitaria de Navarra. Tel. 948 255

400. www.cun.es

Bibliografía

- *Diario de un pecho. Vencer el cáncer*, de Béatrice Maillard-Chaulin (Paidós).
- *¡Ánimo, p' delante! Cristina Hoyos, una mujer frente al cáncer de mama*, de Ángel López del Castillo y Ana Lluç Hernández (Mayo).
- *Enamorá de la vida aunque a veces duela*, de La Mari (Esfera de los Libros).