



Secciones

**LA NACIÓN** 77 AÑOS

INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES

Publicidad

Salud

## Cáncer de mama causó la muerte de 398 mujeres en Costa Rica durante 2022

Cifra de fallecimientos se redujo en 4,3% en relación con el 2021, cuando fueron 416, de acuerdo con datos del Ministerio de Salud

Regalar

Escuchar

Por Irene Rodríguez

19 de octubre 2023, 9:46 a.m.

El cáncer de mama fue el responsable de la muerte de 398 mujeres costarricenses durante el 2022, según datos del Ministerio de Salud divulgados en la mañana de este 19 de octubre, con motivo del Día Mundial del Cáncer de Mama.

Estos números presentan una disminución del 4,3% en comparación con las de 2021, cuando hubo 416 fallecimientos. También se evidencia un descenso desde 2020, cuando los decesos fueron 427.

Publicidad

Además, de acuerdo con el Registro Nacional de Tumores del Ministerio de Salud, en 2022 se registraron 1.337 casos nuevos de cáncer de mama, es decir 55 casos por cada 100.000 mujeres. El 70% de los casos nuevos y el 90% de las muertes por cáncer de mama ocurre en mujeres mayores de 50 años.

El Ministerio recordó que la detección temprana puede marcar la diferencia y recordó las siguientes recomendaciones:

- Realizarse constantemente el autoexamen de mama.
- Realizarse la mamografía de manera periódica según su nivel de riesgo, al menos cada dos años.
- Si hay antecedentes familiares, se debe comunicar al médico e iniciar controles periódicos de forma temprana.
- Es importante que los hombres también conozcan los posibles signos de este cáncer y, de esta manera, informen a su médico cualquier cambio en sus mamas.

El ejercicio es aliado porque ayuda a bajar el riesgo de desarrollar este mal. En 2002, un análisis de la Escuela de Salud Pública de la Universidad de Harvard y del Instituto Nacional del Cáncer de Estados Unidos (NCI, por sus siglas en inglés) tomó en cuenta nueve estudios científicos con 755.459 adultos a los que se les dio seguimiento durante un promedio de 10,1 años. Los resultados fueron publicados en la revista *Journal of Clinical Oncology*.

Según el reporte, el ejercicio moderado reduce un 6% el riesgo de tumores en el seno y el vigoroso lo reduce en un 10%. Esta medida no es perfecta y por eso no debe usarse por sí sola.

Publicidad

## Autoexamen no es suficiente



La mamografía es una de las medidas para la detección a tiempo del cáncer de mama y con esto tener una mejor calidad de vida. (CCSS)

La radióloga Angélica González Pérez recordó que el autoexamen es parte de este proceso, pero no se le puede confiar todo a él. La autoexploración no es suficiente.

Las desventajas del autoexamen radican en que es muy variable, subjetivo, depende de las características del seno, su tamaño, la cantidad de glándula y la etapa del ciclo menstrual. Además, muchas mujeres tienen temor a la autoexploración y la perciben como “confusa”.

Otros aspectos que deben considerarse son la presencia de retracción del pezón, enrojecimiento o engrosamiento de la piel, aspecto en “piel de naranja”, ulceraciones en la piel, bultos palpables son hallazgos que pueden encontrarse en un autoexamen y están relacionados con cáncer de mama infiltrante, con mayor riesgo de enfermedad avanzada.

Por ello, González enfatizó en la importancia de la mamografía como método de detección temprana, idealmente a partir de los 40 años. Esta prueba logra detectar masas más pequeñas que no serían perceptibles en un examen físico.

La detección con mamografía también enfrenta sus desafíos. Uno de los más importantes es la densidad mamaria. Algunas mujeres tienen mayor cantidad de glándula mamaria con respecto a la grasa en el seno, lo cual aumenta la densidad en la mamografía. Esta densidad puede “ocultar” lesiones pequeñas.

En estas pacientes puede ser necesario llevar a cabo otros estudios adicionales que ayuden a la mamografía a mejorar la capacidad para detectar la enfermedad en etapas tempranas (como el ultrasonido y la mamografía con tomosíntesis).

Para el radiólogo Manfred Monge, los mitos también ahuyentan a las mujeres de realizarse esta prueba.

“Seguimos enfrentándonos a un segmento de la población que tal vez no le da la importancia al tamizaje y se espera hasta tener un síntoma para hacérselo. Incluso, pacientes que no se lo hacen porque piensan que la mamografía les va a doler. Y con esta decisión pueden afectar seriamente su salud o su posibilidad de superar un cáncer de mama. También, sucede que se realizan el tamizaje una vez, y como sale bien, lo dejan pasar por mucho tiempo y esto aumenta el riesgo de cáncer de intervalo, que quiere decir que, entre una mamografía y otra, la paciente se palpa un tumor”, subrayó.

Todas estas recomendaciones no evitarán la totalidad de los casos de cáncer, pero si llevarán a una detección más temprana que permitirá mejores tratamientos, más sobrevivida y de mayor calidad.

---

### MÁS INFORMACIONES SOBRE CÁNCER

- Mujeres se acompañan con un diario que recoge las vivencias con el cáncer de mama
- Hombres con cáncer de mama consultan cuando ya es demasiado tarde
- Uno de cada cuatro tipos de cáncer en mujeres es cáncer de mama
- ¿Cómo prevenir el cáncer? Estas son las ‘reglas de oro’ de la OPS
- ¿Por qué no es suficiente el autoexamen?
- Done cabello para ayudar a mujeres que perdieron el suyo por cáncer de mama
- Estudio revela aumento del cáncer en menores de 50 años en todo el mundo

---

### Reciba el boletín: **En Corrillos Políticos**

Le explicamos los hechos políticos de la jornada y cómo inciden en la vida de los ciudadanos

**Suscribirse**

Deseo recibir comunicaciones

cáncer de mama

cáncer de seno

cáncer

Ministerio de Salud

salud femenina



Reciba noticias de Google News



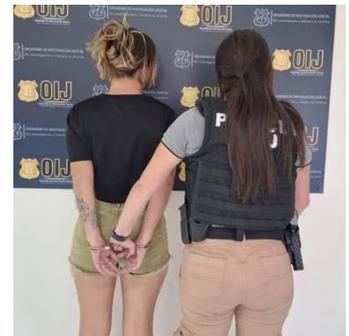
### Irene Rodríguez

Periodista de Ciencia y Salud. Trabaja en La Nación desde 2009 y en periodismo desde 2004. Graduada de Comunicación Colectiva en la Universidad de Costa Rica, donde egresó de la maestría en Salud Pública. Premio Nacional de Periodismo Científico 2013-2014. Premio Health Systems Global 2018. Becada del Fondo Global de Periodismo en Salud 2021.



#### LE RECOMENDAMOS

Mujer simuló su propio secuestro y le cobró millones a su familia



Joel Campbell alborotó 'X' y Facebook con confesión sobre lo que vive en Alajuelense



Auditoría de CCSS descarta denuncia de Marta Esquivel contra terreno de hospital de Cartago

**★ EXCLUSIVO PARA SUSCRIPTORES**



En beneficio de la transparencia y para evitar distorsiones del debate público por medios informáticos o aprovechando el anonimato, la sección de comentarios está reservada para nuestros suscriptores para comentar sobre el contenido de los artículos, no sobre los autores. El nombre completo y número de cédula del suscriptor aparecerá automáticamente con el comentario.



Publicidad



#### ÚLTIMAS NOTICIAS

**A Mauricio Wright no lo amedrenta ni Saprissa para cambiar su filosofía con Cartaginés**

**¡A rockear! Estas son las bandas que tienen 50 años o más de pisar los escenarios**



**EXCLUSIVO PARA SUSCRIPTORES**

**Rodrigo Chaves y Laurentino Cortizo no irán a cumbre sobre migración; enviarán representantes**

**Fiscal Carlo Díaz advierte de consecuencias por recorte a protección a víctimas y testigos**



**EXCLUSIVO PARA SUSCRIPTORES**

**Lussania Víquez llevó a nadar a sus bebés: ‘Estamos empezando con hidroterapia y neurodesarrollo’**

Publicidad



© 2023 Todos los derechos reservados, cualquier uso requiere autorización expresa y por escrito de Grupo Nación GN S.A.

**Sobre nosotros**

- Grupo Nación
- La Teja
- El Financiero
- Revista Perfil
- Sabores
- Aplicaciones
- Boletines
- Versión Impresa

**Negocios**

- Todo Busco
- Parque Viva
- Tarifario
- Printea
- Fussio

**Términos y condiciones**

- Políticas de privacidad
- Condiciones de uso
- Estados financieros
- Reglamentos

**Servicio al cliente**

- Contáctenos
- Centro de ayuda
- Planes de suscripción



Miembro del Grupo de Diarios América (GDA)