



Publicidad

El País

1.200 ticas son diagnosticadas con cáncer de mama al año, ¿cómo detectarlo?

Con motivo del Día Mundial del Cáncer de Mama compartimos cómo detectar a tiempo el tumor más común y letal entre las ticas: el autoexamen no es suficiente

Regalar

Escuchar

Por Irene Rodríguez

19 de octubre 2024, 07:00 a. m.

El [cáncer de mama](#) es el más común y letal en las mujeres del mundo. Costa Rica no es la excepción. El Registro Nacional de Tumores señala que para el 2022, un total de 1.226 mujeres y seis hombres fueron diagnosticados con esta enfermedad.



Secciones

LA NACIÓN 79 años
INDEPENDIENTE DESDE 1945



INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES

reparará por qué [el autoexamen no es suficiente](#).

Para ello se contará con la guía de Stephanie Perichón Mesén, presidenta de la Asociación Costarricense de Oncología Médica (Acomed); del cirujano oncológico Luis Guillermo Aued Flores; y de [Stephanie Vargas Villalobos](#), quien fue diagnosticada con cáncer de mama en mayo de 2020 y hoy se encuentra en remisión.

“El cáncer de mama es un crecimiento anormal de algunas células que componen la estructura mamaria. La mama tiene tres componentes básicos: la mama, la glándula mamaria, que produce leche y un tejido fibroso que lo sostiene y lo protege. Las anomalías pueden darse en cualquier zona”, precisó Aued.

Publicidad

Por su parte, Vargas indicó que la ciencia ha avanzado lo suficiente como para dar a las mujeres tratamientos más específicos, mejor dirigidos y más eficaces, pero cuanto más temprana sea esta detección, mejor podrá tratarse.



[Estos son los colegios privados más caros que destacan en el examen de admisión de la UCR, TEC y UN,](#)

Indicó que incluso para quienes desarrollan [metástasis](#) también hay fármacos que ayudan a mejorar la calidad de vida.

Factores que protegen del cáncer de mama

El cáncer de mama, como cualquier otro tumor, es fruto de múltiples factores que se van sumando, por lo que no existe una prevención como tal, pero sí factores de riesgo que pueden evitarse y factores protectores que pueden trabajarse.

Dentro de los factores de riesgo está [el fumado](#), el cual aumenta las probabilidades de varios tipos de tumores, entre ellos el de seno.

Dentro de los factores protectores está [el ejercicio](#). Un reporte de la Organización Mundial de la Salud (OMS) indicó que la actividad física acelera el metabolismo y atenúa el desarrollo de células cancerígenas.

Conocer desde el inicio



Stephanie Vargas Villalobos fue diagnosticada con cáncer de mama a los 31 años. Hoy, ya está en remisión y comparte su testimonio para hacer conciencia. Fotografía: Cortesía

Conocer las glándulas mamarias desde la primera menstruación es vital para detectar masas en las mamas. Eso fue justo lo que le ocurrió a Stephanie Vargas. Ella palpó un bulto en su seno. Eso no era usual ni siquiera en alguien que estuviera dando lactancia (ella tenía 31 años y daba de mamar a su hijo menor). Primero descartó que se tratara de mastitis; la noticia era otra.

Luego de varios procesos de quimioterapia y radioterapia y de cirugías, hoy Stephanie se encuentra en remisión y tiene una calidad de vida alta. Ella anima a todas las mujeres a conocer su cuerpo desde muy jóvenes, para así notar los cambios.

“¿Quién mejor que uno para conocerse uno mismo? Prácticamente desde que la mujer desarrolla y la mama crece es importante hacer el autoexamen entre el tercer y el quinto día después de la menstruación”, expresó el oncólogo Luis Guillermo Aued.

Sin embargo, el autoexamen no es suficiente, recalcaron Aued y Perichón. Esto no quiere decir que no se haga del todo. Palpar las mamas, conocerlas y detectar los cambios es útil para generar alertas. Sin embargo, cuando algo se logra palpar normalmente el cáncer ya ha avanzado.

Por más autoconocimiento que se tenga de los senos, la mayoría de las mujeres no tiene la habilidad de palpar cosas que un profesional en salud sí puede. Por otro lado, hay exámenes como ultrasonidos y mamografías que detectan anomalías más pequeñas que las que pueden descubrir las manos.

Los cuidados van a variar según la etapa de la vida. Aued indicó que antes de los 35 años, el estudio recomendado es el ultrasonido. La densidad de las mamas hace que la mamografía no detecten posibles lesiones del todo, pero un ultrasonido puede guiar.

“Es más probable el cáncer en mujeres mayores, pero esto no quiere decir que no se vea en mujeres jóvenes. Yo he atendido pacientes de 19 años”, manifestó el cirujano oncólogo.

Al respecto, Perichón añadió que a partir de los 40 años debe hacerse la mamografía complementaria con el ultrasonido. Ambos estudios son complementarios, ya que lo visto en uno no se ve en el otro y viceversa.

“Son una fotografía de un momento en el año, eso sí. Hay lesiones muy, muy pequeñas que no se ven en el análisis, por eso es necesario hacerlas una vez al año”, destacó Aued.

Perichón indicó que si bien algunas mujeres pueden tener miedo de estas pruebas y sus eventuales resultados, obtener el diagnóstico temprano permitirá comenzar antes con el tratamiento y tener mejor calidad de vida.

Después de la menopausia

Después de los 45 años es más probable la llegada de la menopausia; el tejido mamario empieza a adelgazar y es menos duro. El tejido glandular va siendo reemplazado por grasa; esto hace que una mamografía pueda detectar mejor ciertos aspectos, pero también el ultrasonido será necesario para ver otros.

En estas edades, el autoexamen como complemento también es importante. Como ya no hay menstruación se pide buscar una fecha específica.

Cuando el cáncer de mama es metastásico

Aproximadamente, el 30% de las mujeres con cáncer de mama desarrollarán metástasis y el cáncer migrará también a otros órganos. En estos casos, el acompañamiento médico y el seguimiento de los tratamientos es vital.



Únase al canal de La Nación en WhatsApp

Reciba el boletín: **En Corrillos Políticos**

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

documentacion@inamu.go.cr

Suscribirse

Cáncer de mama

Cáncer

Cáncer de seno

Cáncer metastásico



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

Keylor Navas fue la voz que consoló a un 'quebrado' portero de Nicaragua (video)



Destituyen a directivos de las empresas subsidiarias del Banco Nacional

★ **EXCLUSIVO PARA SUSCRIPTORES**



Miguel 'Piojo' Herrera le dijo a Marco 'Fantasma' Figueroa lo que no quería escuchar



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

Publicidad

Lo más leído

1. **Philippe Aghion, uno de los Nobel de Economía: ‘El comunismo no genera crecimiento, pero ellos no lo ven’**

2. **El eclipse solar más grande del siglo oscurecerá el día durante 6 minutos: conozca la fecha**

3. **Tradición medieval: cientos de cerdos son liberados en el bosque en Inglaterra para evitar la muerte de ponis y ganado**

4. **Estadio Nacional de Costa Rica cambia de nombre por primera vez en la historia**

5. **Keylor Navas fue la voz que consoló a un ‘quebrado’ portero de Nicaragua (video)**



© 2025 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
Paulte con nosotros
Printea

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)