

# Programa de prevención del cáncer de mama

El cáncer de mama es la neoplasia más frecuente y que produce el mayor número de muertes por cáncer en la población femenina.

La única manera de prevención hasta el momento es la detección precoz. En la actualidad, es posible descubrir la enfermedad en una etapa temprana y facilitar así el éxito terapéutico.

## Factores de riesgo de cáncer de mama

- Pacientes con antecedentes familiares de cáncer mamario
- Pacientes con tratamientos hormonales prolongados, sin estricto control médico.

## ¿Qué debe realizar toda mujer?

- a) Concurrir a la consulta médica con una periodicidad de un año como mínimo, tenga o no síntomas.
- b) Respetar las siguientes normas higiénico-dietéticas:
  - No utilizar anticonceptivos orales sin control médico estricto.
  - No realizar tratamientos hormonales sin indicación médica.
  - Evitar el consumo de medicamentos cuyos componentes son desconocidos (Ej: para adelgazar) y sin prescripción por profesional idóneo.
  - Conocer sus senos realizando un correcto **autoexamen mamario**, dado que el 80% de los tumores de la mama son detectados por el paciente.
  - Se recomienda el auto examen mamario en forma mensual luego de cada menstruación.
- c) Revisar periódicamente las mamas de cada paciente, como control de rutina o en la consulta por alguna anomalía detectada por el paciente mismo.
- d) Solicita los estudios complementarios necesarios para un correcto diagnóstico.
- e) Instruye a sus pacientes sobre cómo realizar un correcto autoexamen mamario.

A tales efectos se instruirá a los beneficiarios en el **autoexamen mamario**, mediante ilustraciones y estrategias de comunicación.

## Mamografía

**Población de alto riesgo:** En las pacientes con riesgo aumentado de cáncer mamario, como aquellas con antecedentes familiares de este tipo de neoplasia, se intensificará la detección precoz mediante programas diferenciales. Se indicará la primer mamografía a partir de los 35 años y luego una por año.

**Población de riesgo habitual:** Se implementará el algoritmo que se describe a continuación