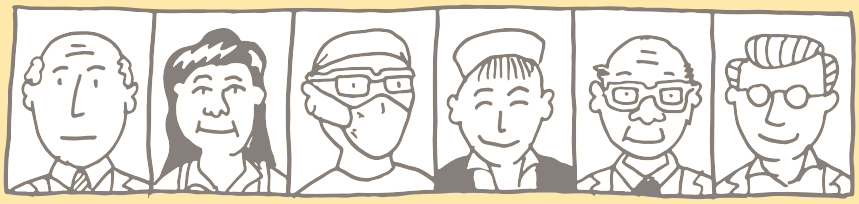
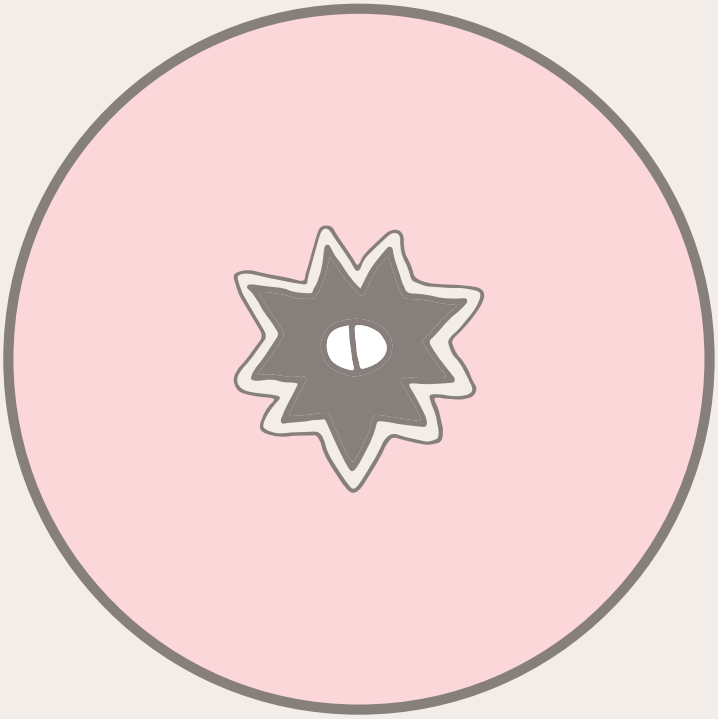
6

EL CÁNCER DE MAMA Y YO



YO LUCHO CONTRA EL CÁNCER DE MAMA PARA GANARLE

IMSS



EL CÁNCER DE MAMA Y YO

INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL

DIRECTORIO

Mtro. Zoé Robledo A.
Director General

Dr. Mauricio Hernández Ávila
Director de Prestaciones Económicas y Sociales

Lic. José David Méndez Santa Cruz
Titular de la Unidad de Prestaciones Económicas y Salud en el Trabajo

Dra. Olga Georgina Martínez Montañez
Coordinadora de Bienestar Social

Lic. Manuel Andrés Ruiz Maciel
Coordinador de Prestaciones Económicas

Dra. Vesta Louise Richardson López Collada
Coordinadora del Servicio de Guardería para el Desarrollo Integral Infantil

Lic. Yolanda Laguardia Jiménez
Encargada de la Coordinación de Centros Vacacionales,
Velatorios, Unidad de Congresos y Tiendas

Dr. Manuel Carlos Ortega Álvarez
Encargado de la Coordinación de Salud en el Trabajo

CRÉDITOS

Textos originales y revisión técnica
Olga Georgina Martínez Montañez

Edición y adaptación de textos
Juanjo Junoy Arango

Diseño editorial e ilustraciones
Manuel Macías Beckmann

**Derechos Reservados conforme
la Ley del Instituto Mexicano del Seguro Social, 2019.**

Se autoriza la reproducción total parcial del contenido de la presente obra, previa autorización por escrito de la Coordinación de Bienestar Social del Instituto Mexicano del Seguro Social.

Villalongín 117, Cuarto piso,
Alcaldía Cuauhtémoc,
C.P. 06500.
Ciudad de México.

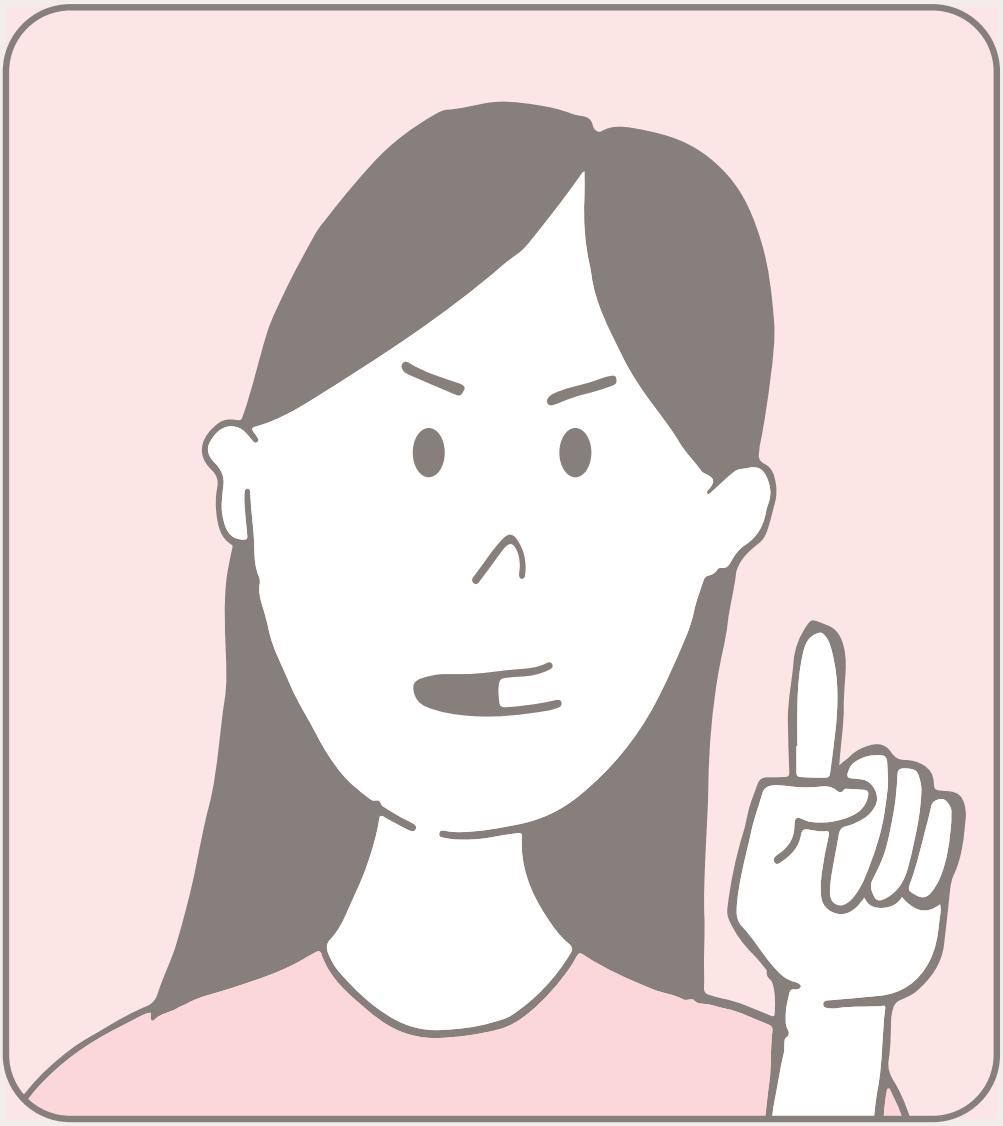
Impreso en México, 2019

6

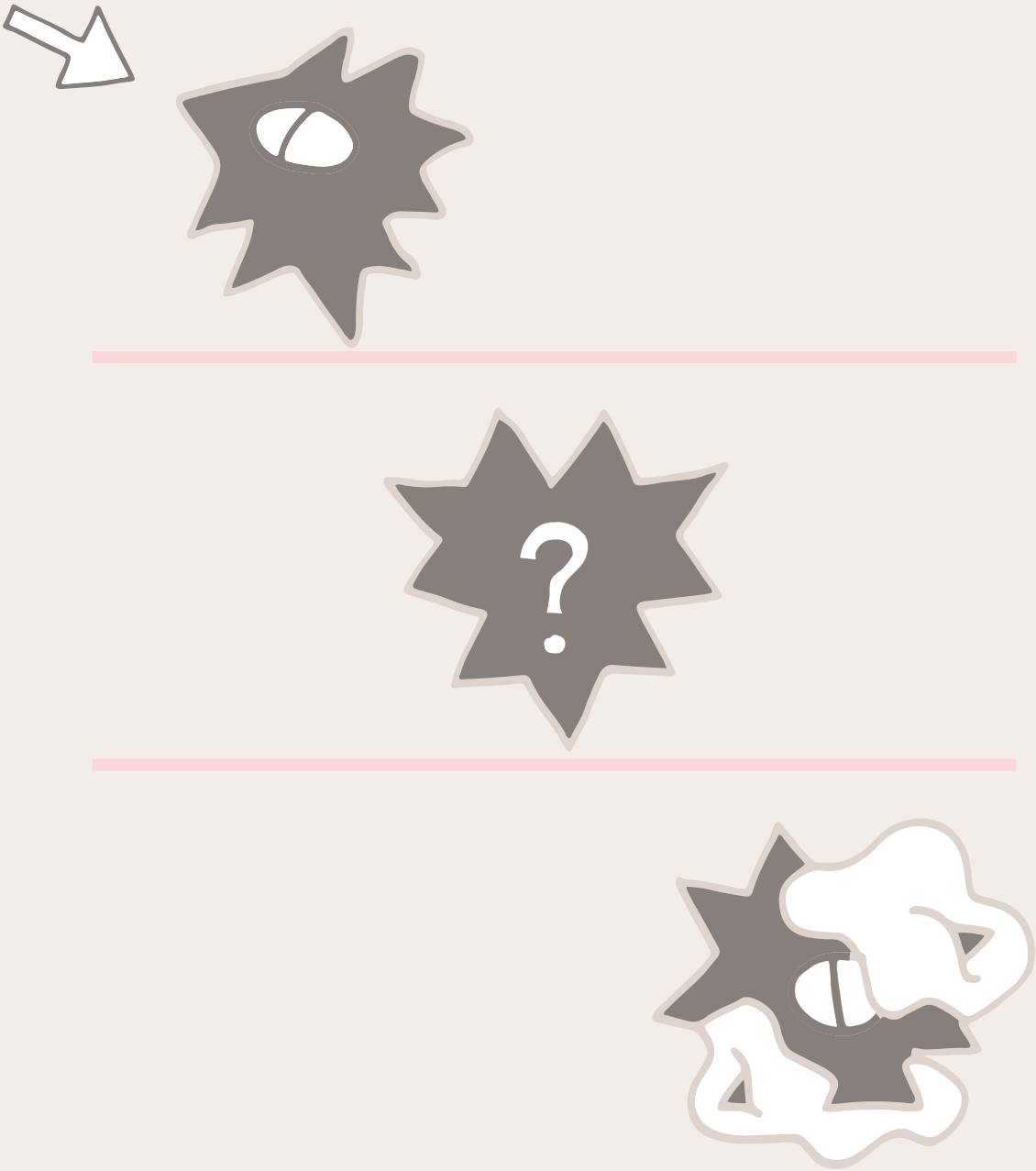
YO LUCHO CONTRA EL CÁNCER DE MAMA PARA GANARLE

Recibir la noticia de que tienes cáncer de mama es muy difícil y te cambia la vida.

Da muchísimo miedo.



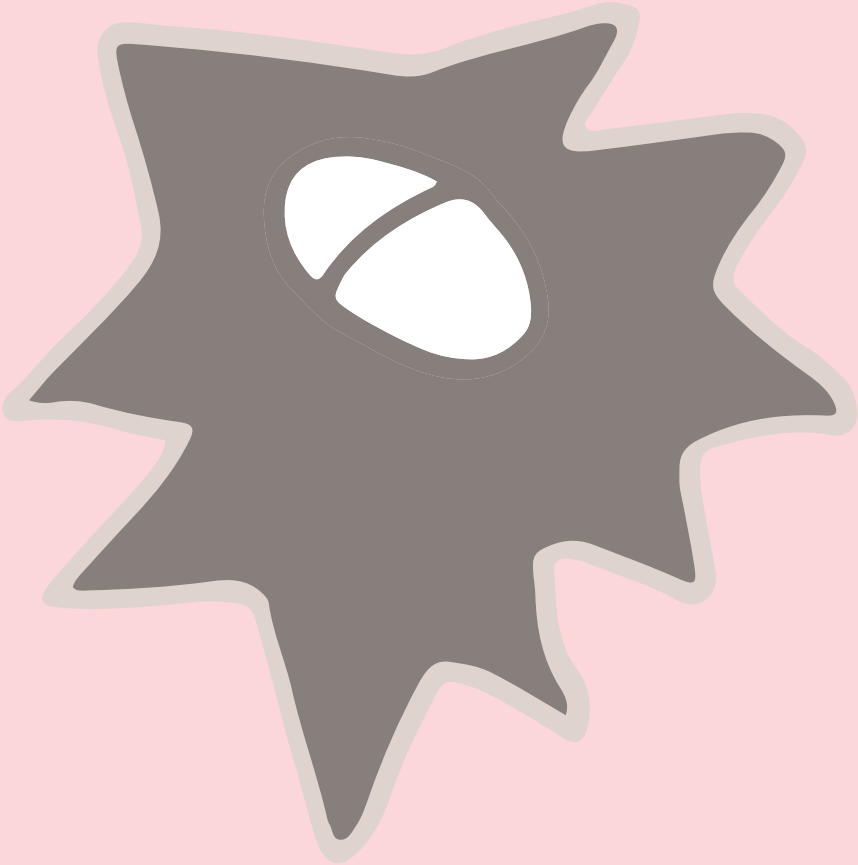
Pero estar informada ayuda mucho a luchar contra el cáncer.

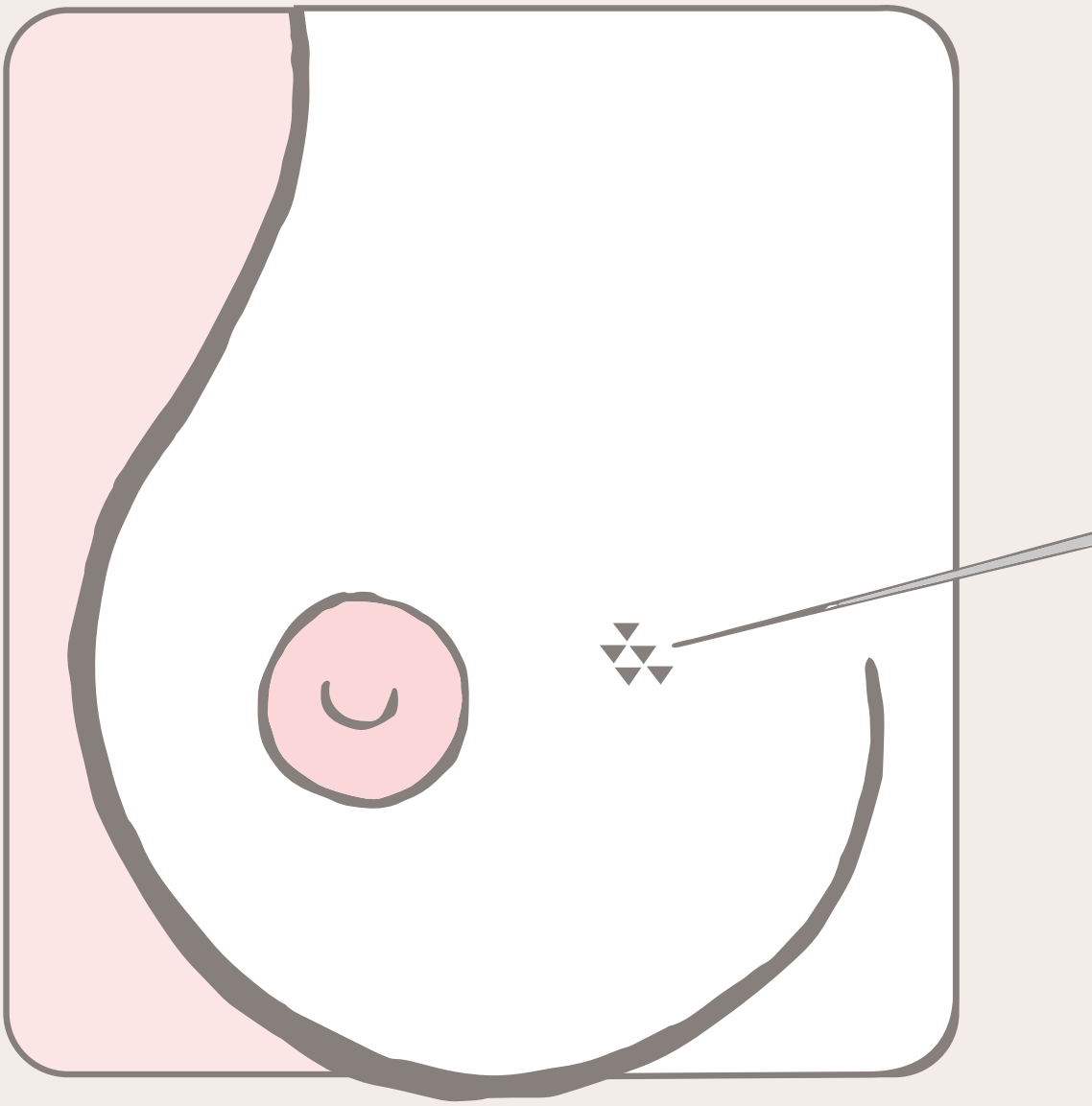


Lo primero, es saber que frente al cáncer hay que hacer tres cosas importantes: identificarlo, conocer sus características y así poder tratarlo.

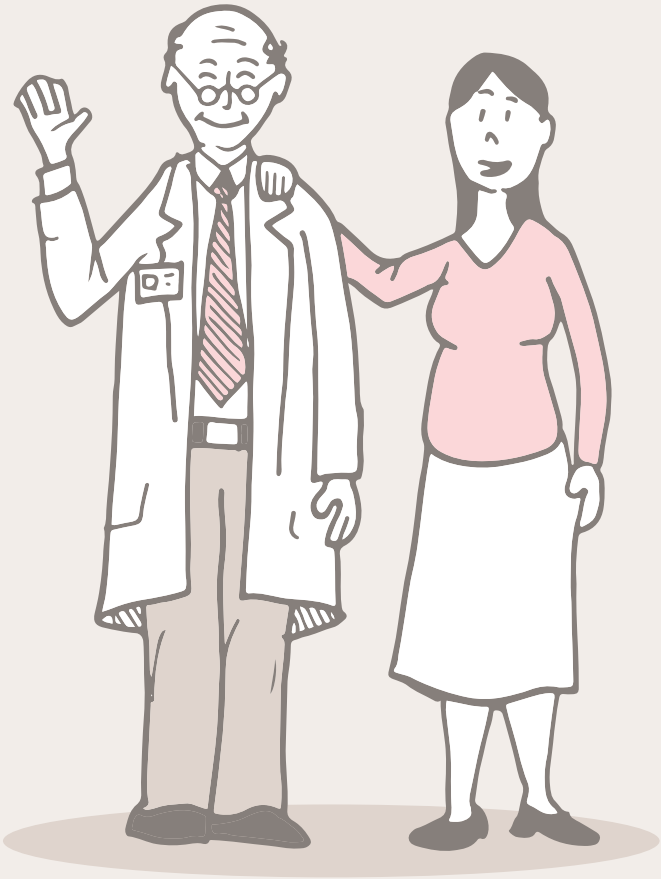
Si te diagnostican cáncer
la consulta para planear
el tratamiento no debe tardar
más de 3 días. En muchos casos
el mismo día que te informan
iniciarán los estudios para
comenzar el tratamiento en
menos de 8 semanas.

IDENTIFICAR EL CÁNCER

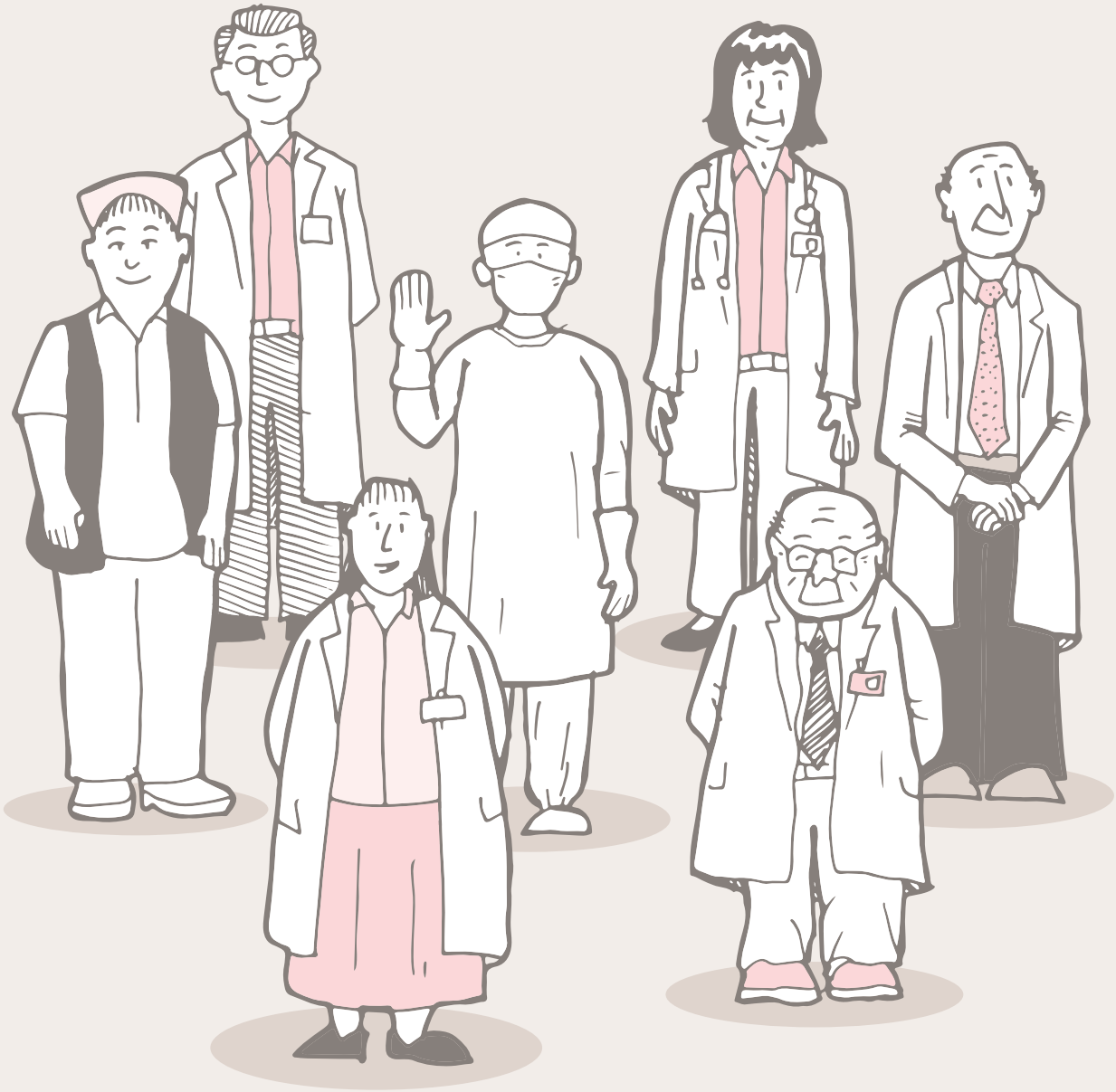




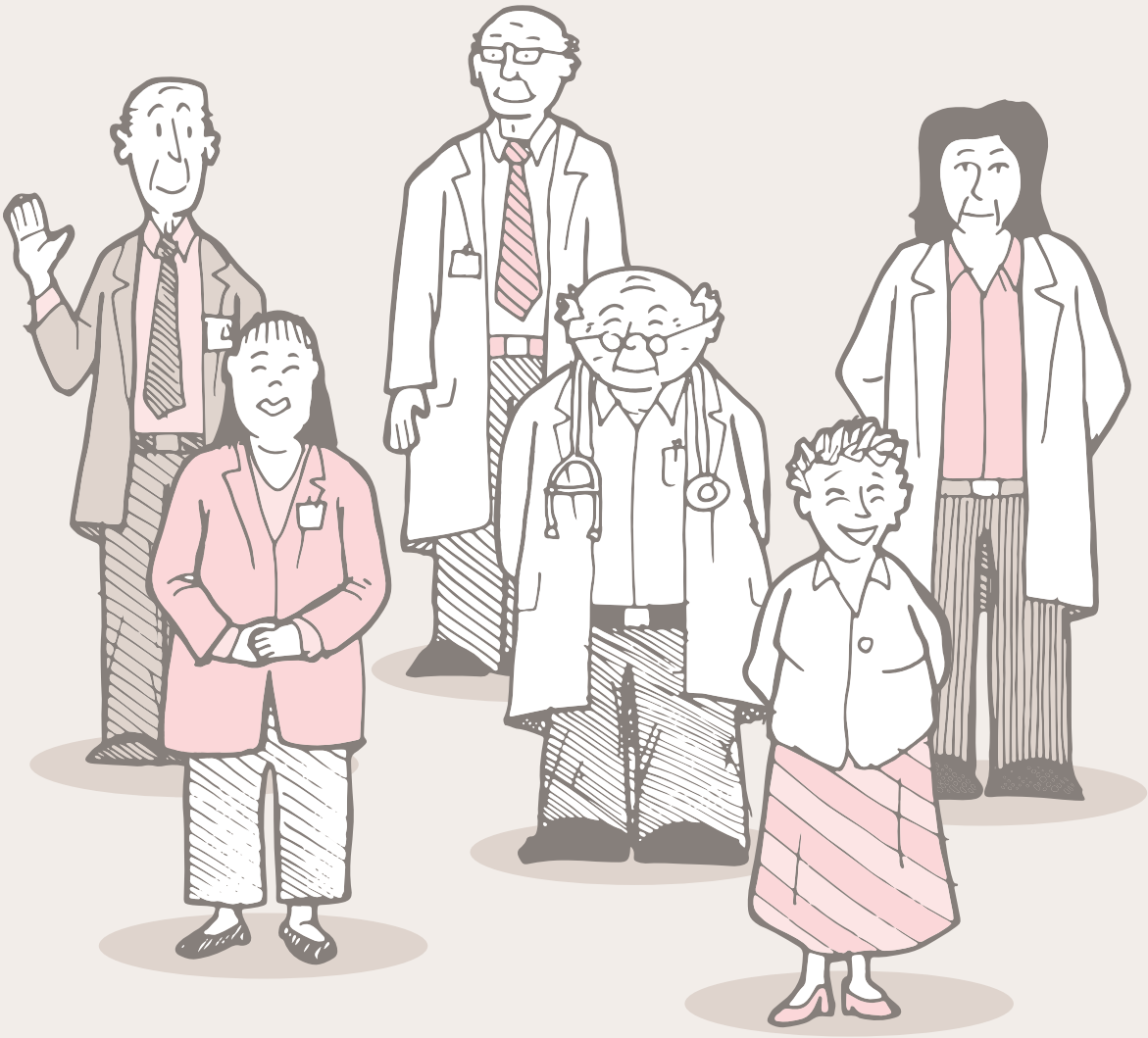
Cuando se confirma el cáncer con una biopsia, lo primero es plantear qué tratamiento se va a usar.



El médico que te atenderá es un especialista oncólogo quirúrgico o gineco oncólogo.



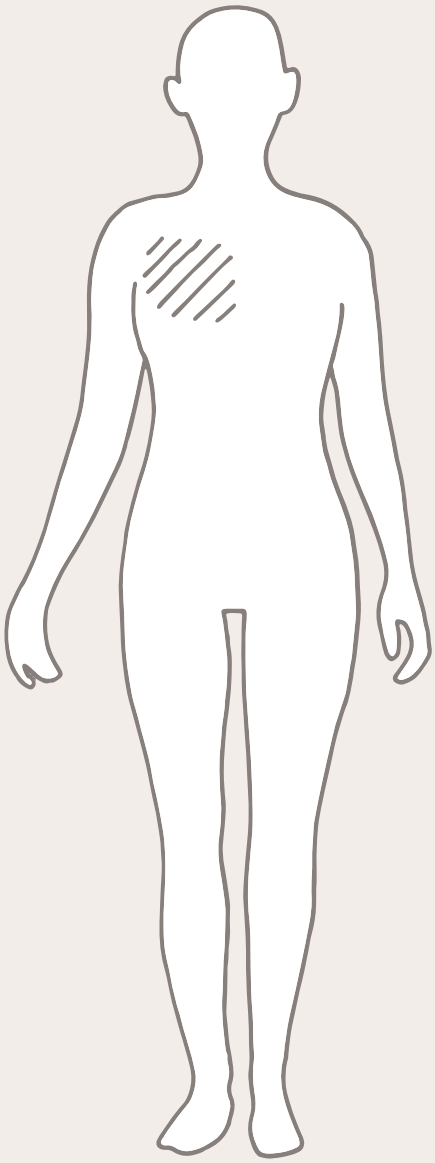
Pero hay muchos más especialistas que también ayudarán en tu tratamiento.



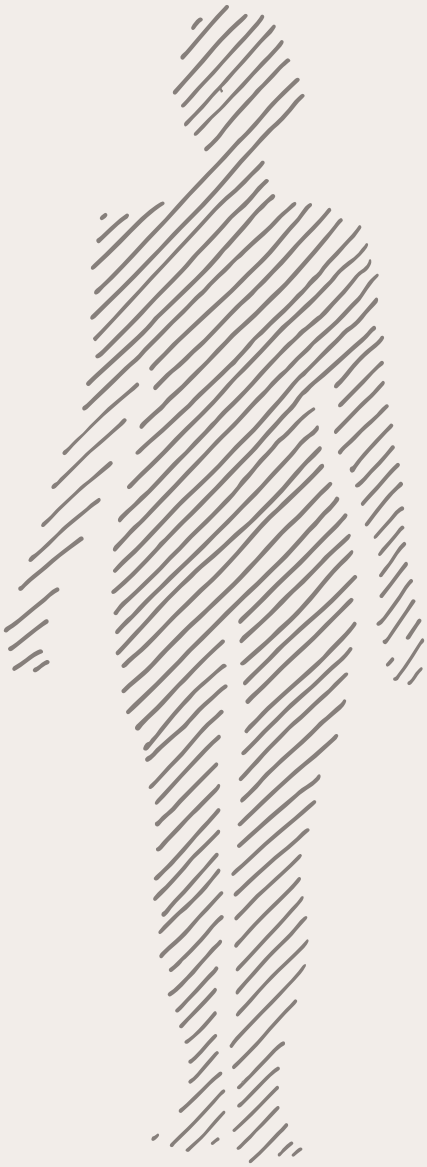
Oncólogos médicos y quirúrgicos, así como expertos en radioterapia, en anatomía patológica, en cirugía plástica y en algunos casos en psicología.

Frecuentemente el cáncer de mama se trata con cirugía, pero se pueden necesitar tratamientos adicionales.

Algunos son la radioterapia, la quimioterapia y la terapia hormonal.

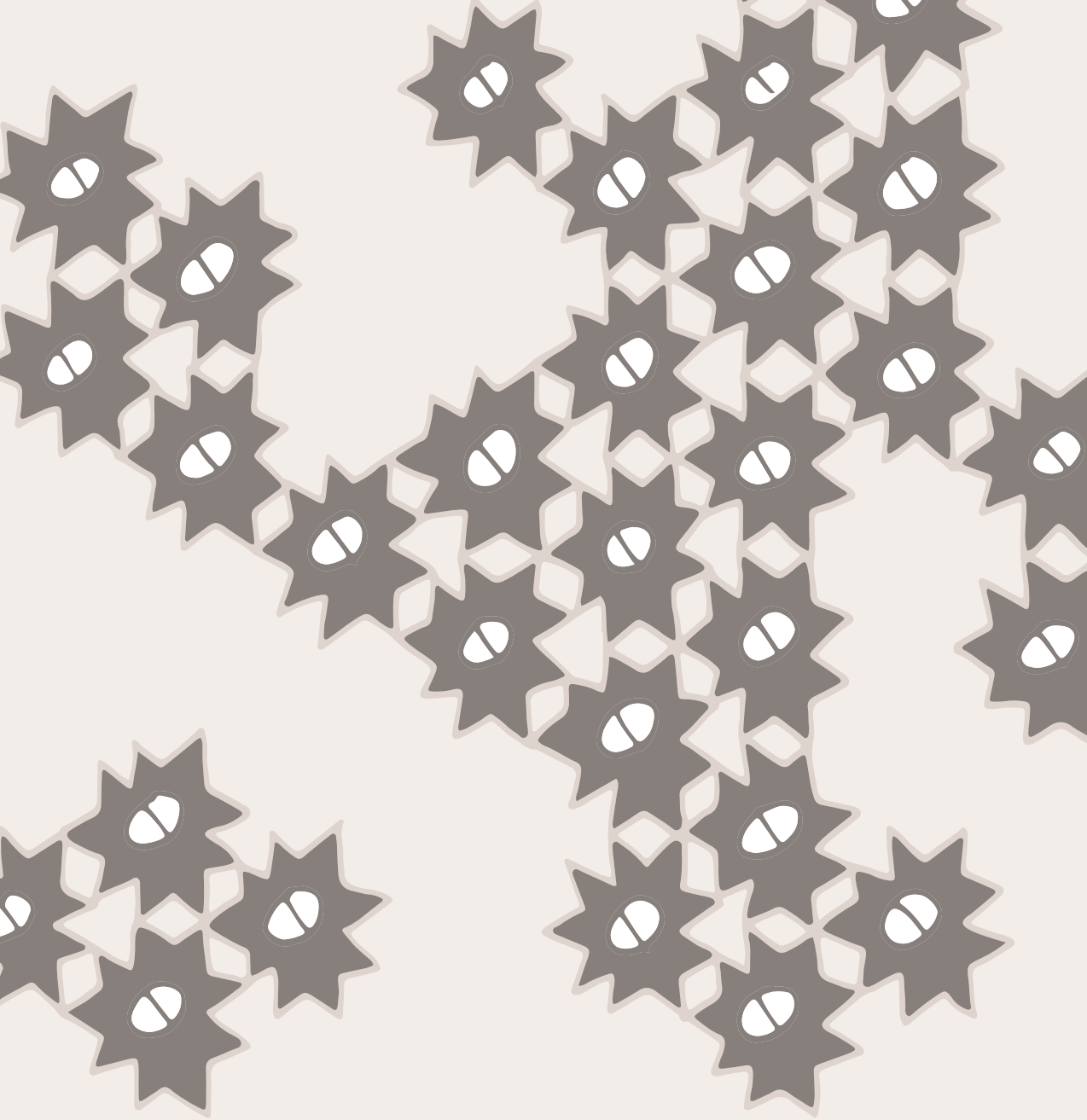


La cirugía y la radioterapia actúan directo sobre el tumor, que es el grupo de células de cáncer y la zona alrededor.

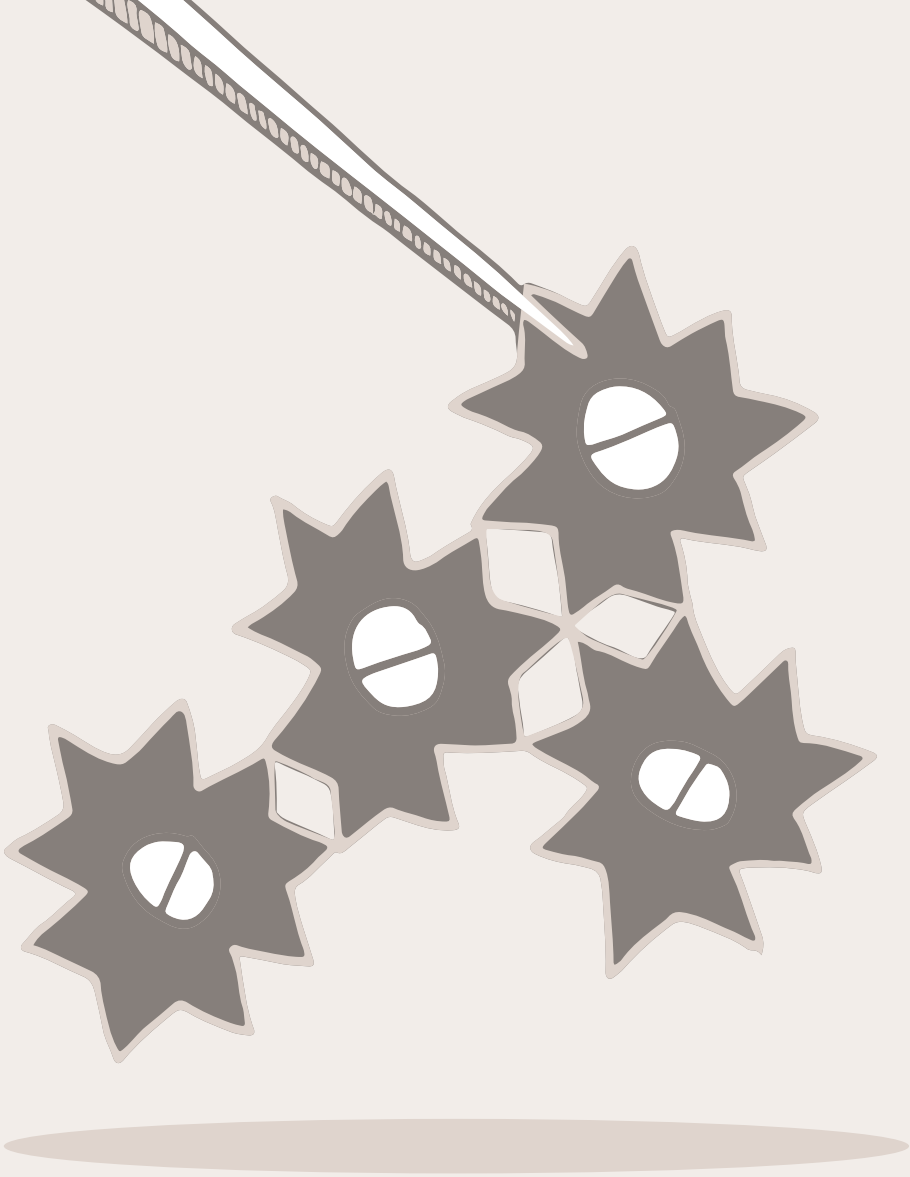


La quimioterapia y la terapia hormonal actúan a nivel local, pero también en todo tu cuerpo. (sistémico)

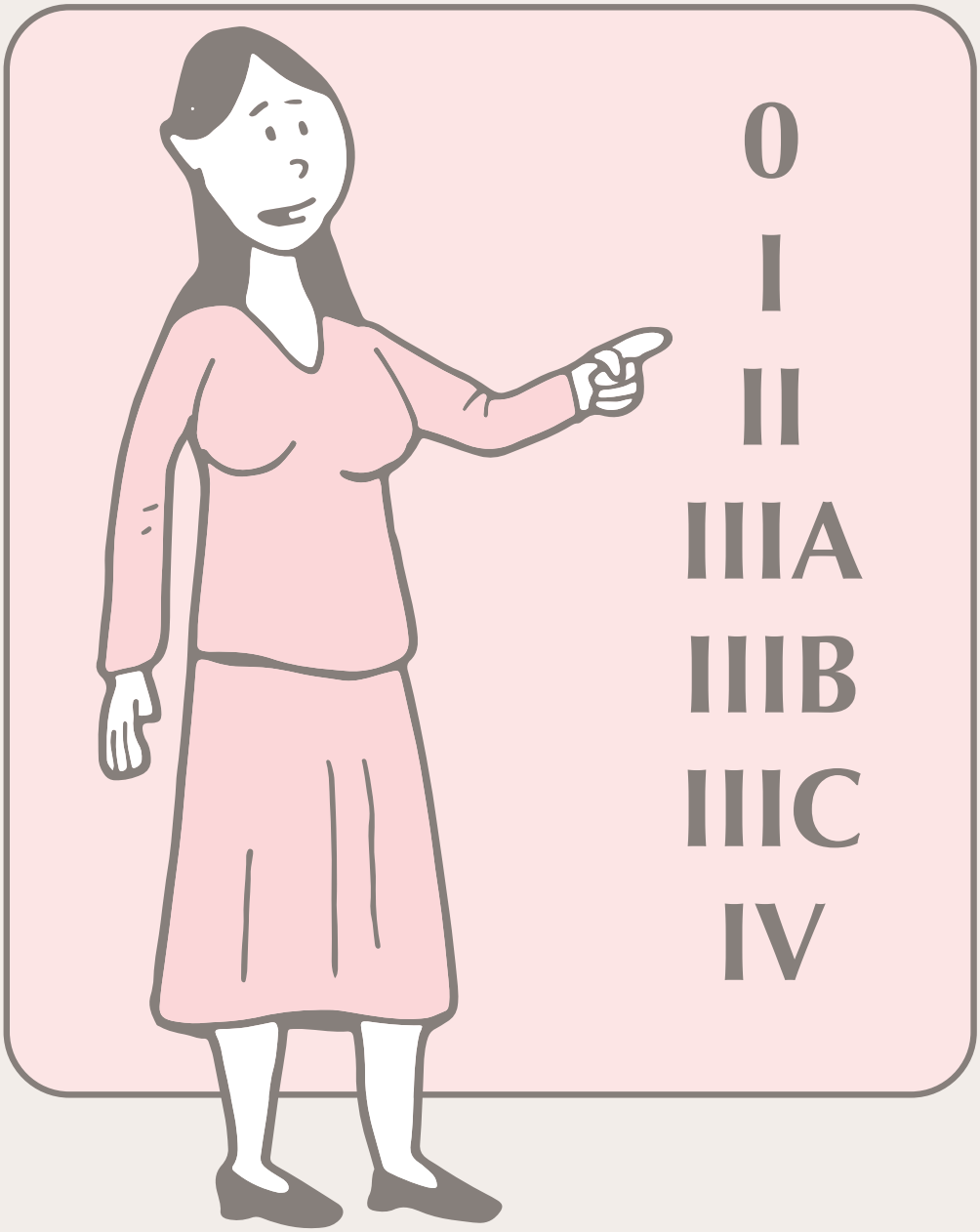
El tratamiento a seguir cambia según la etapa en que se diagnosticó el cáncer y las características del tumor.



Eso depende del tamaño que tenga el tumor, de si los ganglios están afectados o si las células con cáncer se han expandido a otras partes del cuerpo.

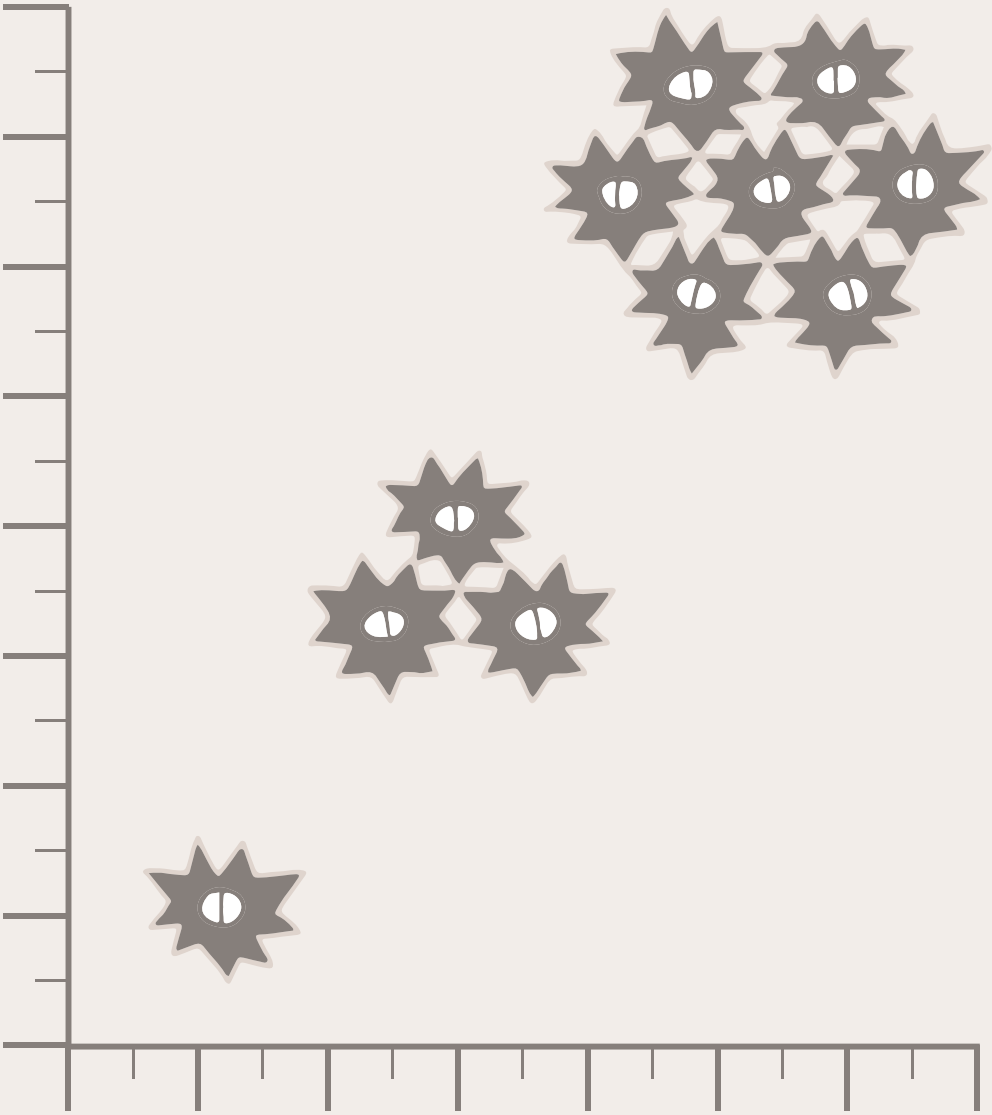


En las etapas más tempranas (0 y 1) el tratamiento puede ser generalmente menos agresivo y hay más probabilidades de éxito.
Por eso es importante la detección temprana.

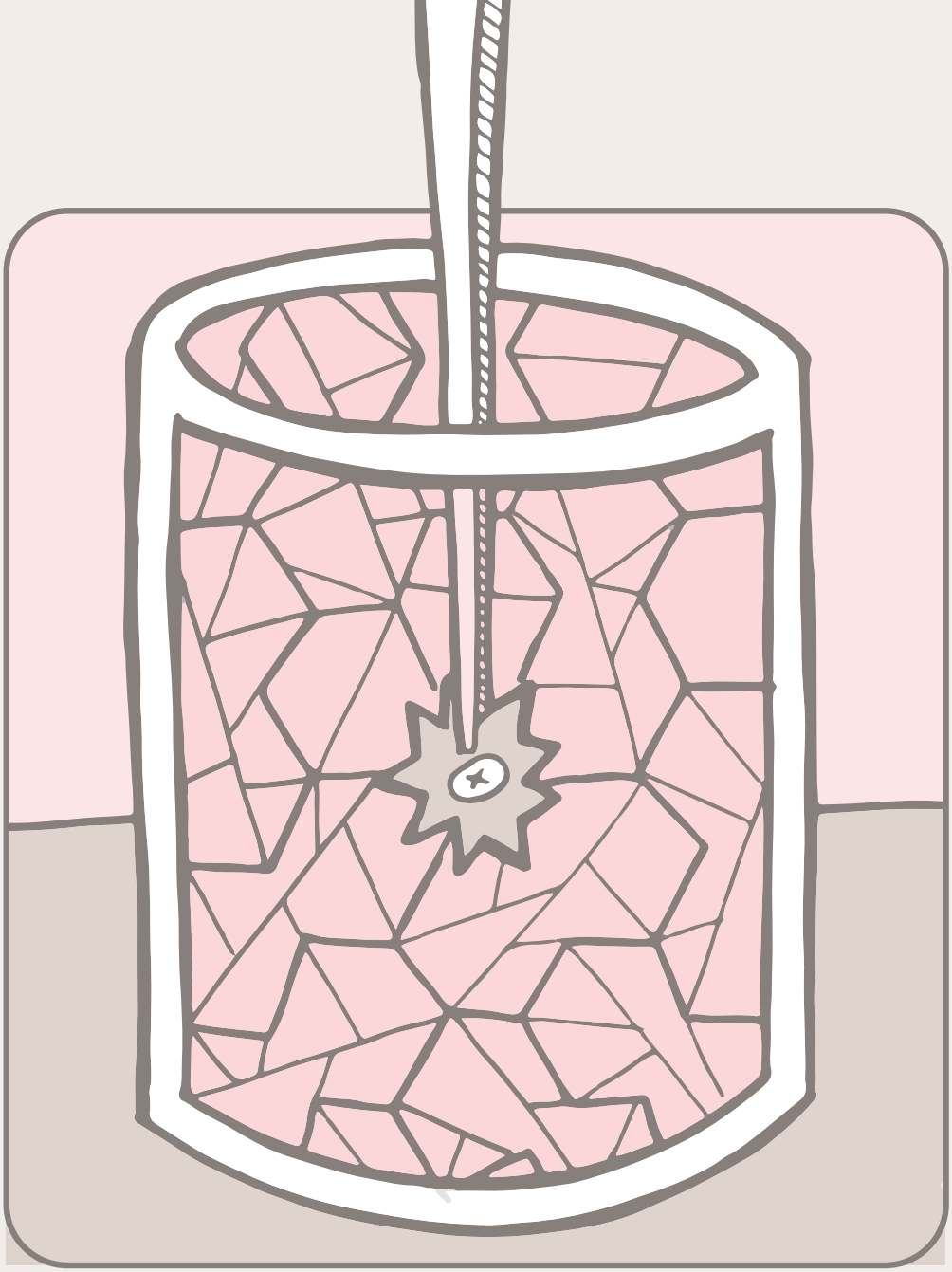


Hay varias etapas de cáncer que también se llaman estadios.

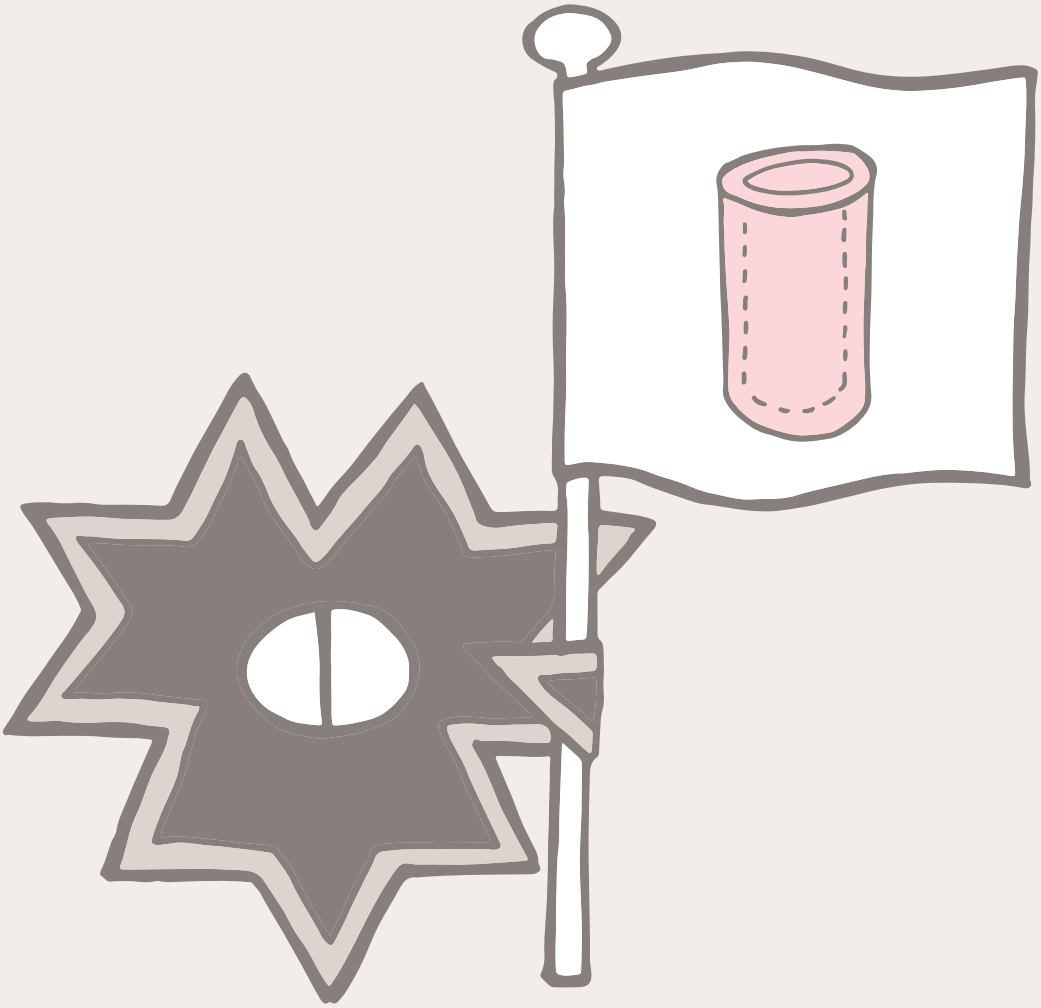
CONOCER LAS CARACTERÍSTICAS DEL CÁNCER



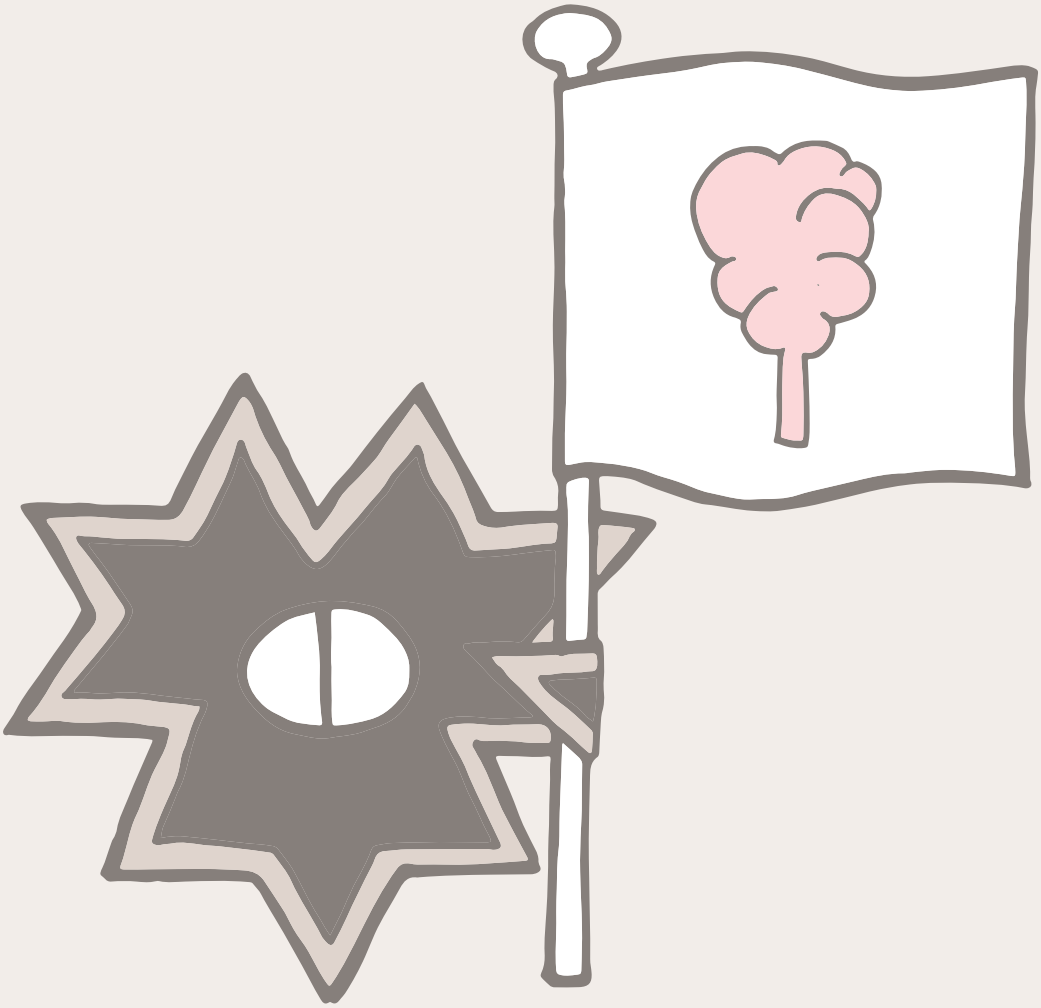
Para conocer las características del tumor, los especialistas estudian las células de cáncer y ven qué tan rápido crecen.



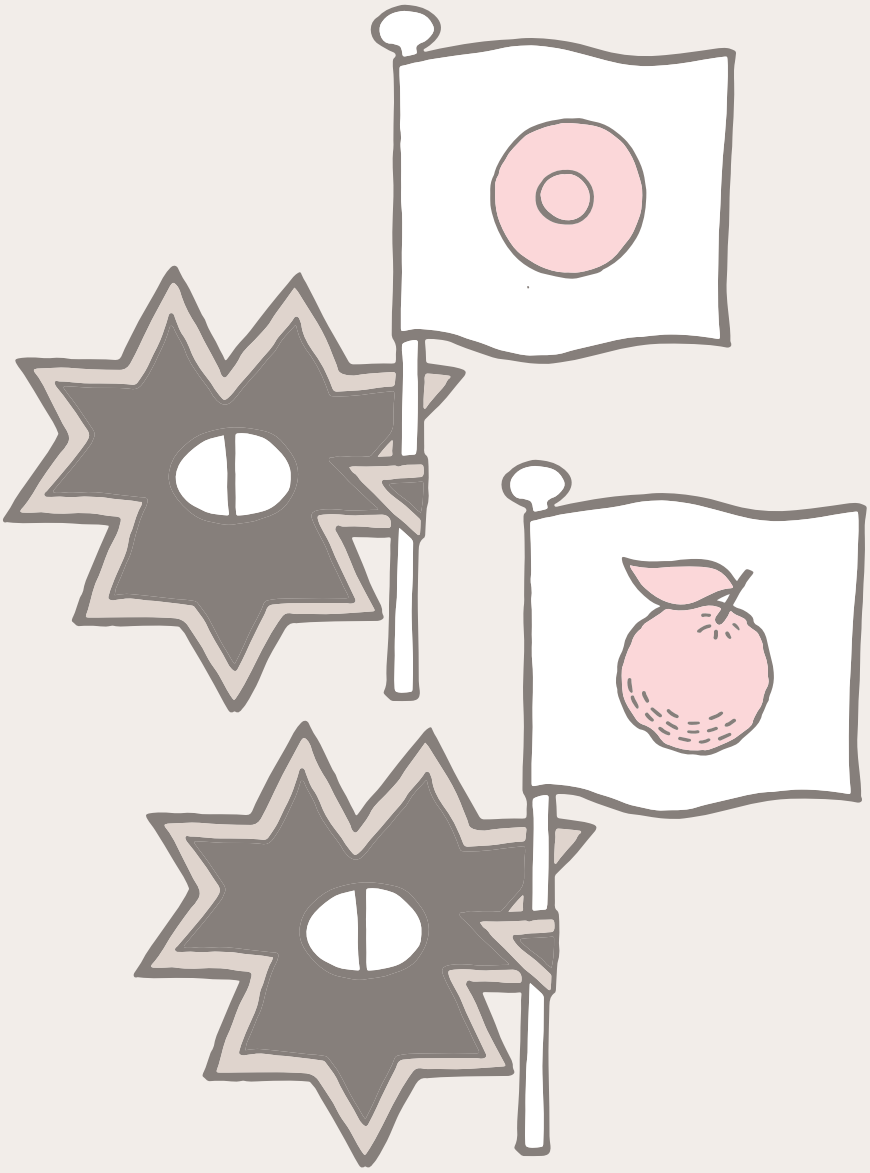
También se investiga cómo reaccionan a los medicamentos y qué posibilidad hay de que se diseminen a otras partes del cuerpo.



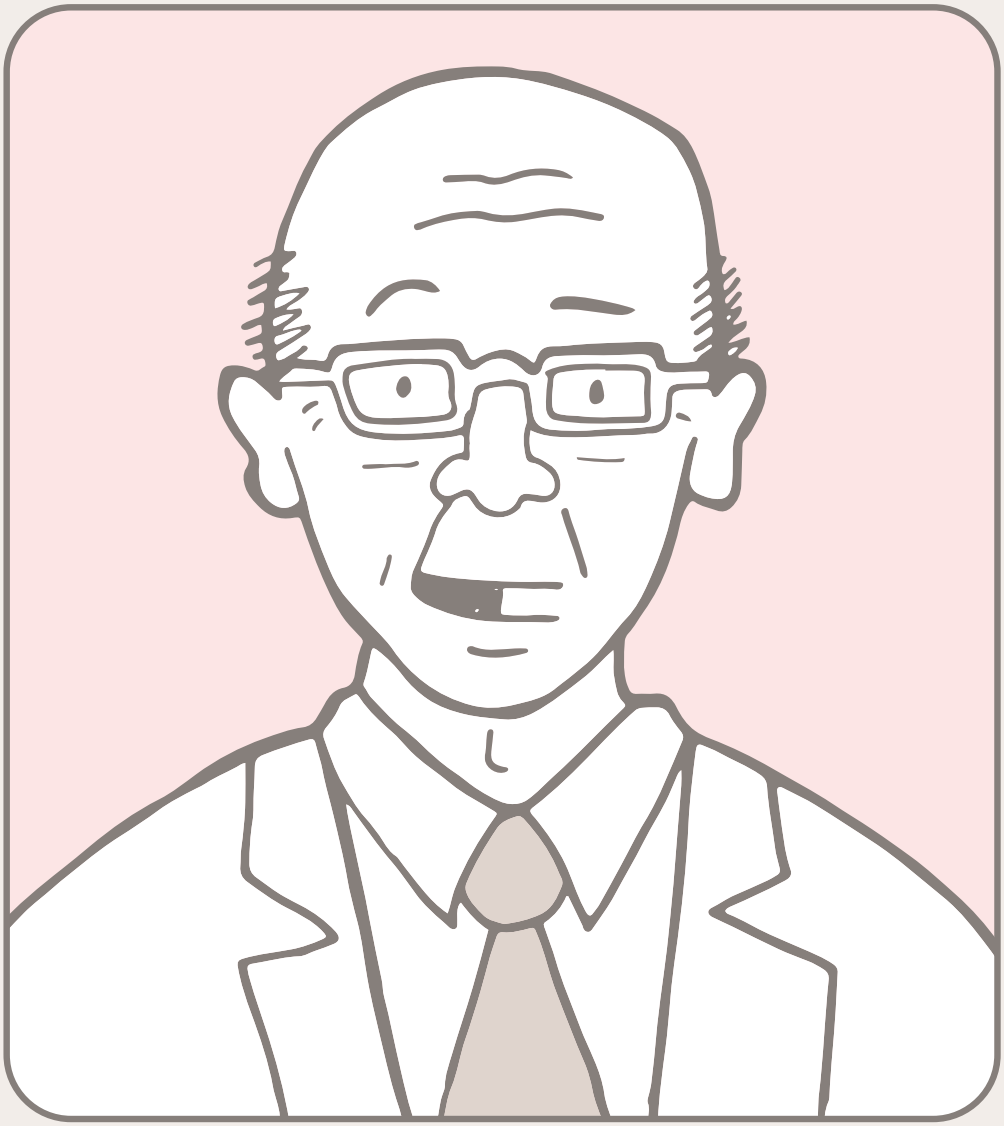
El tipo de cáncer más frecuente se llama CARCINOMA DUCTAL y se origina en los conductos que llevan la leche al pezón.



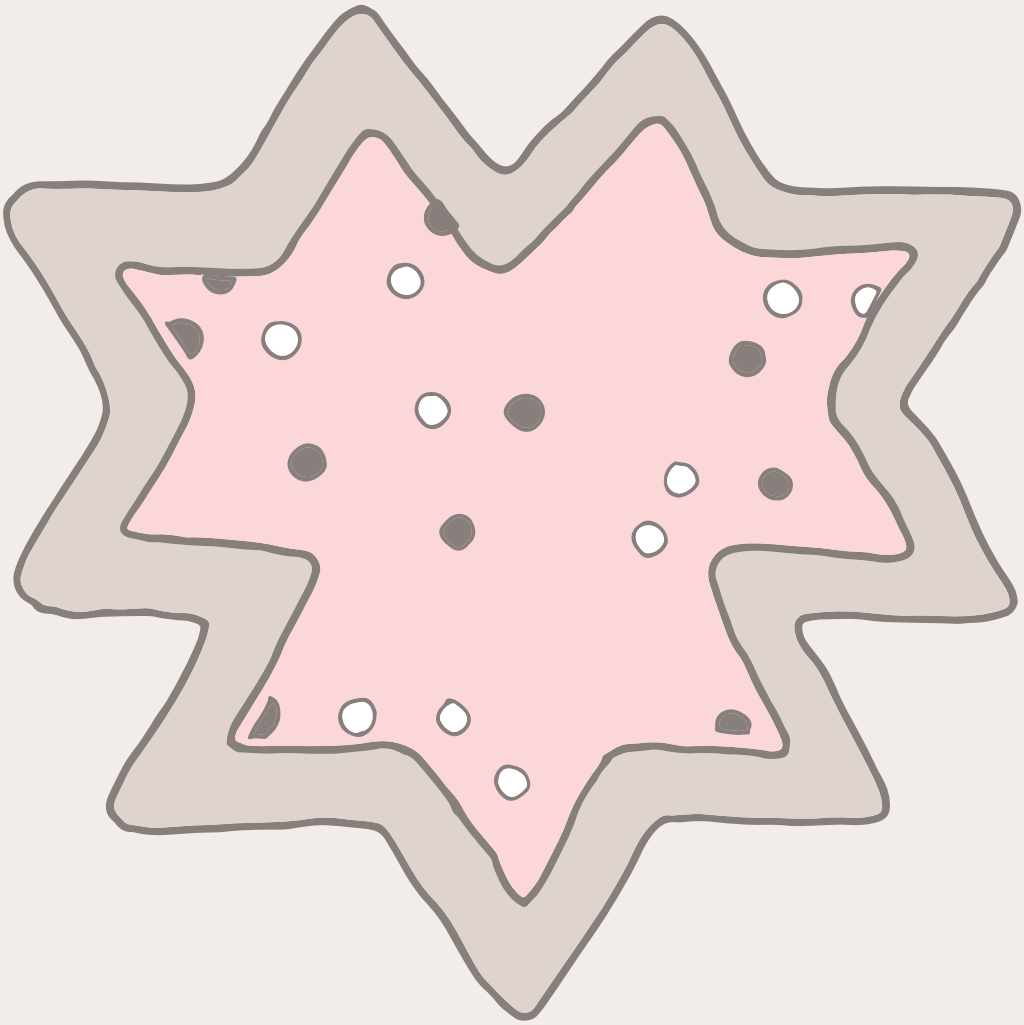
Otro tipo de cáncer se llama LOBULILLAR porque viene de los lobulillos, el lugar donde se produce la leche materna.



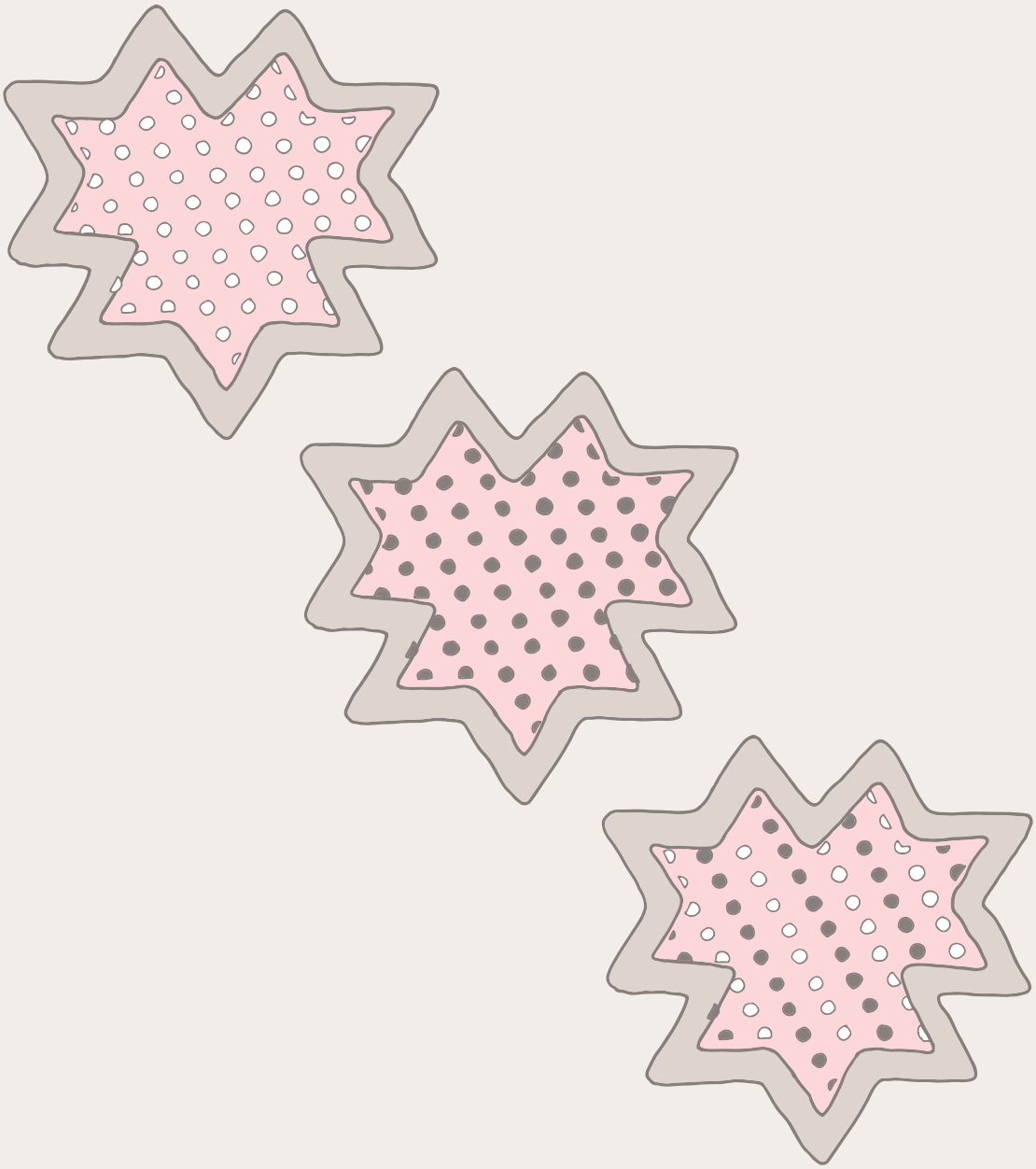
Hay otros tipos menos comunes como la ENFERMEDAD DE PAGET DEL PEZÓN o EL CÁNCER INFLAMATORIO DEL SENO que produce lo que se conoce como piel de naranja.



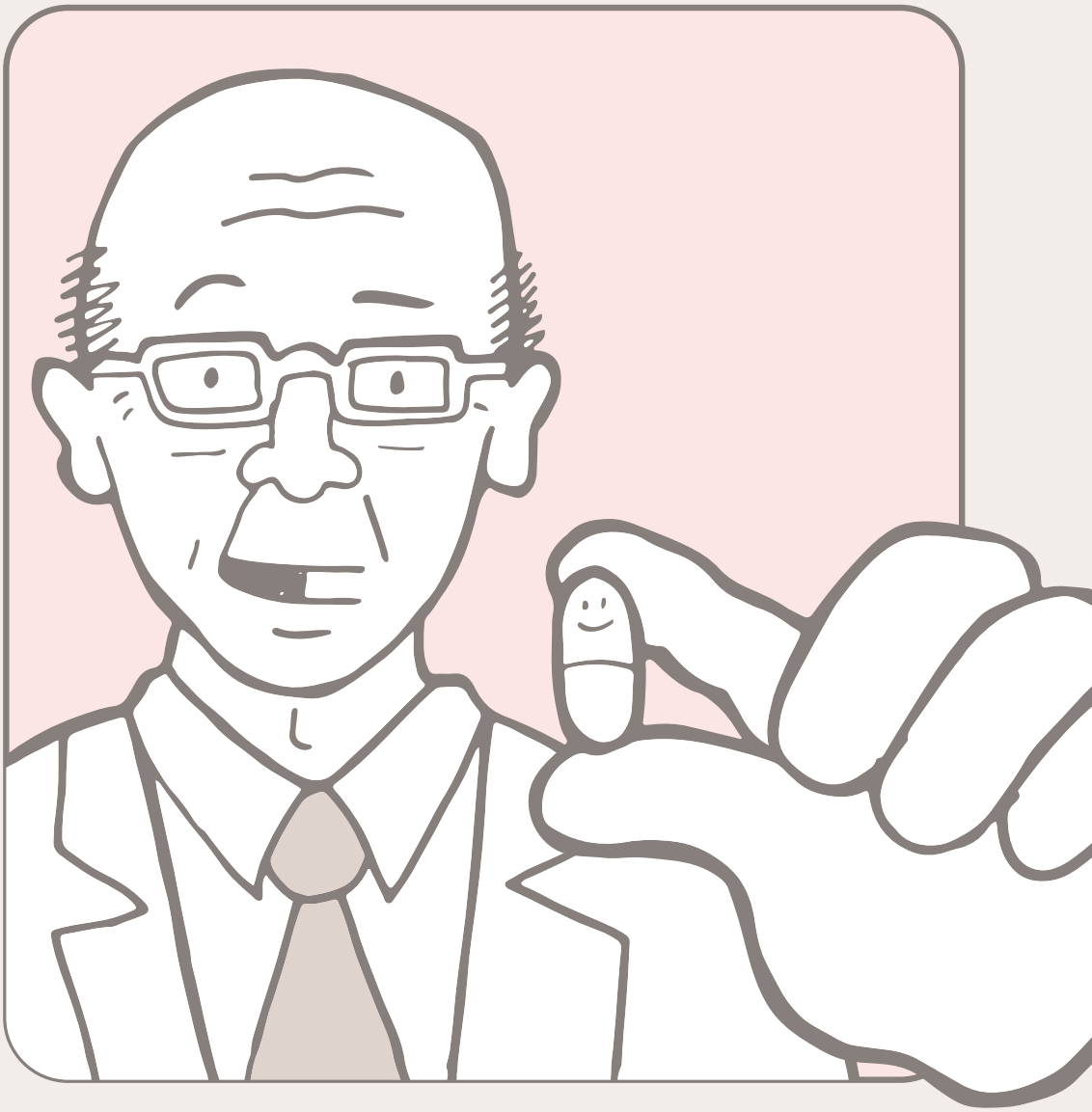
Para conocer bien el tipo de cáncer se hacen varias pruebas.



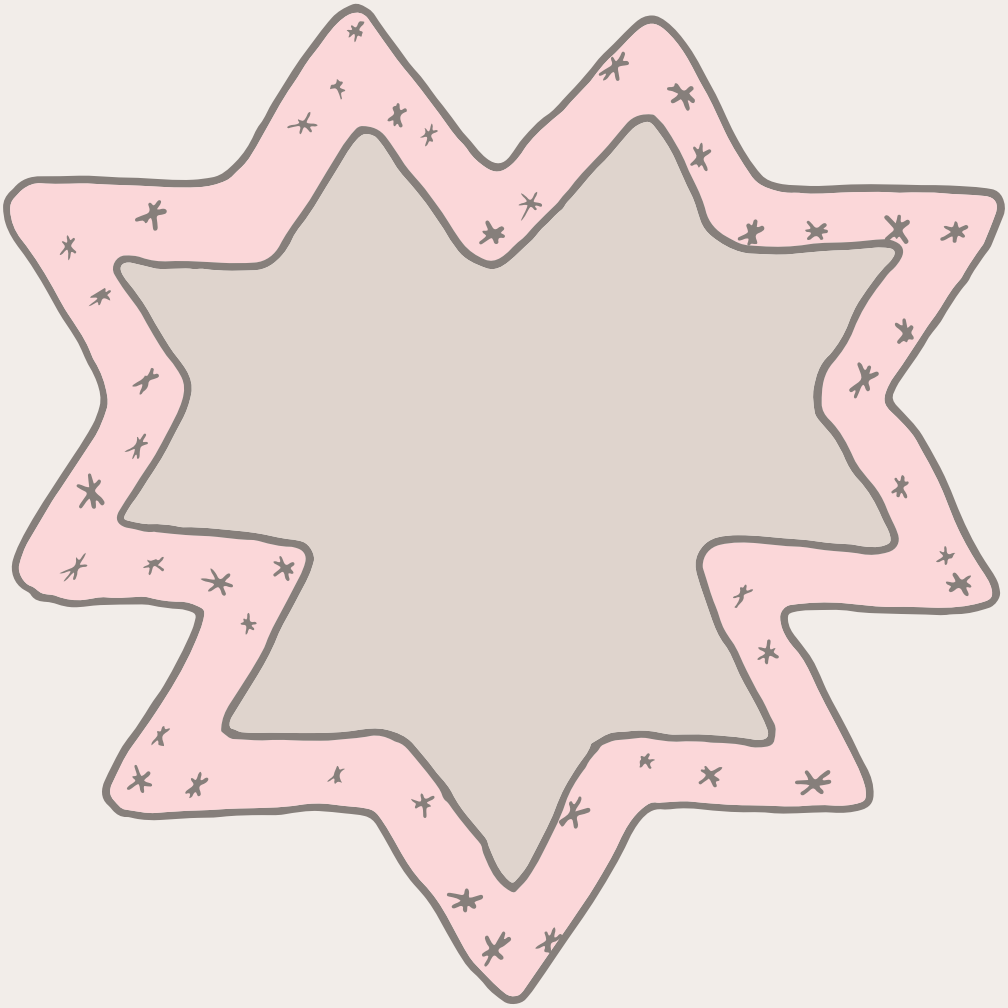
Las pruebas de
INMUNOHISTOQUÍMICA
tienen un nombre raro pero sirven
para medir la cantidad de las
hormonas estrógeno y progesterona
en el tejido con cáncer.



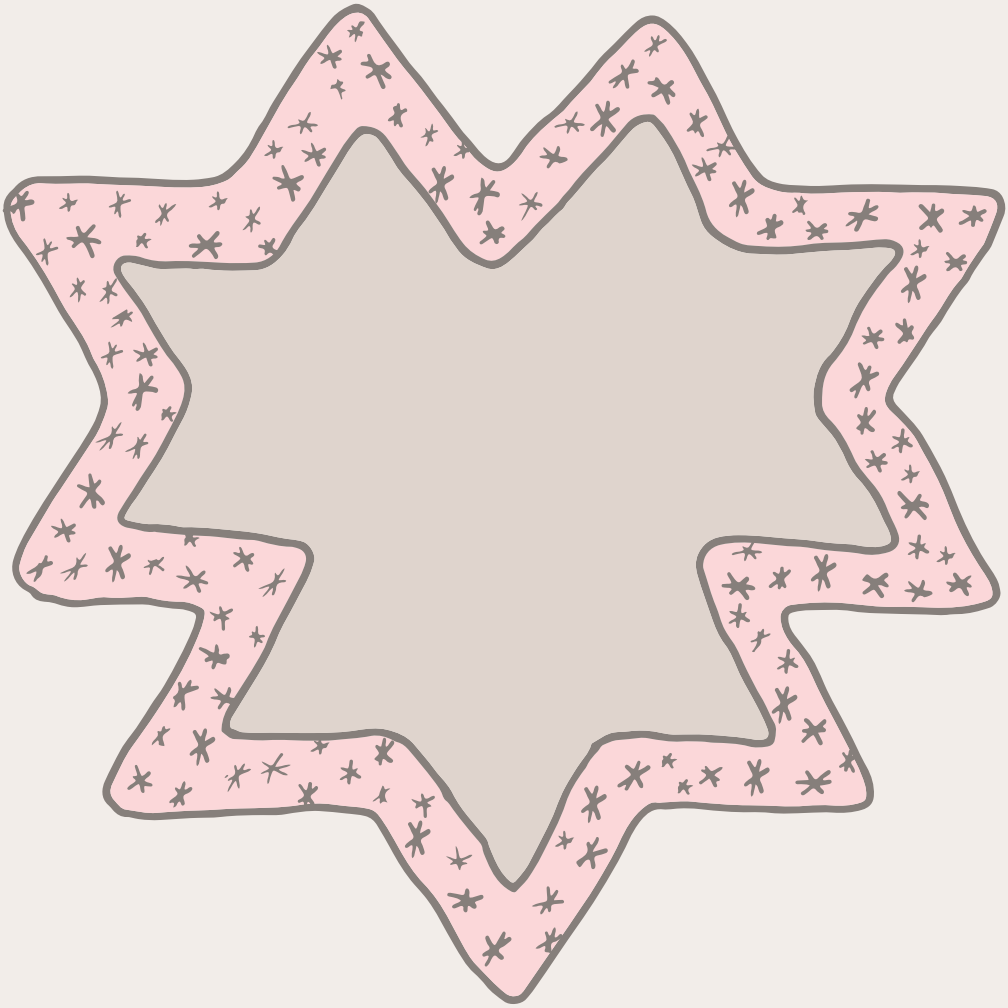
Si en estas pruebas se detectan más hormonas de lo normal, el cáncer se conoce como positivo a estrógeno o progesterona o los dos.



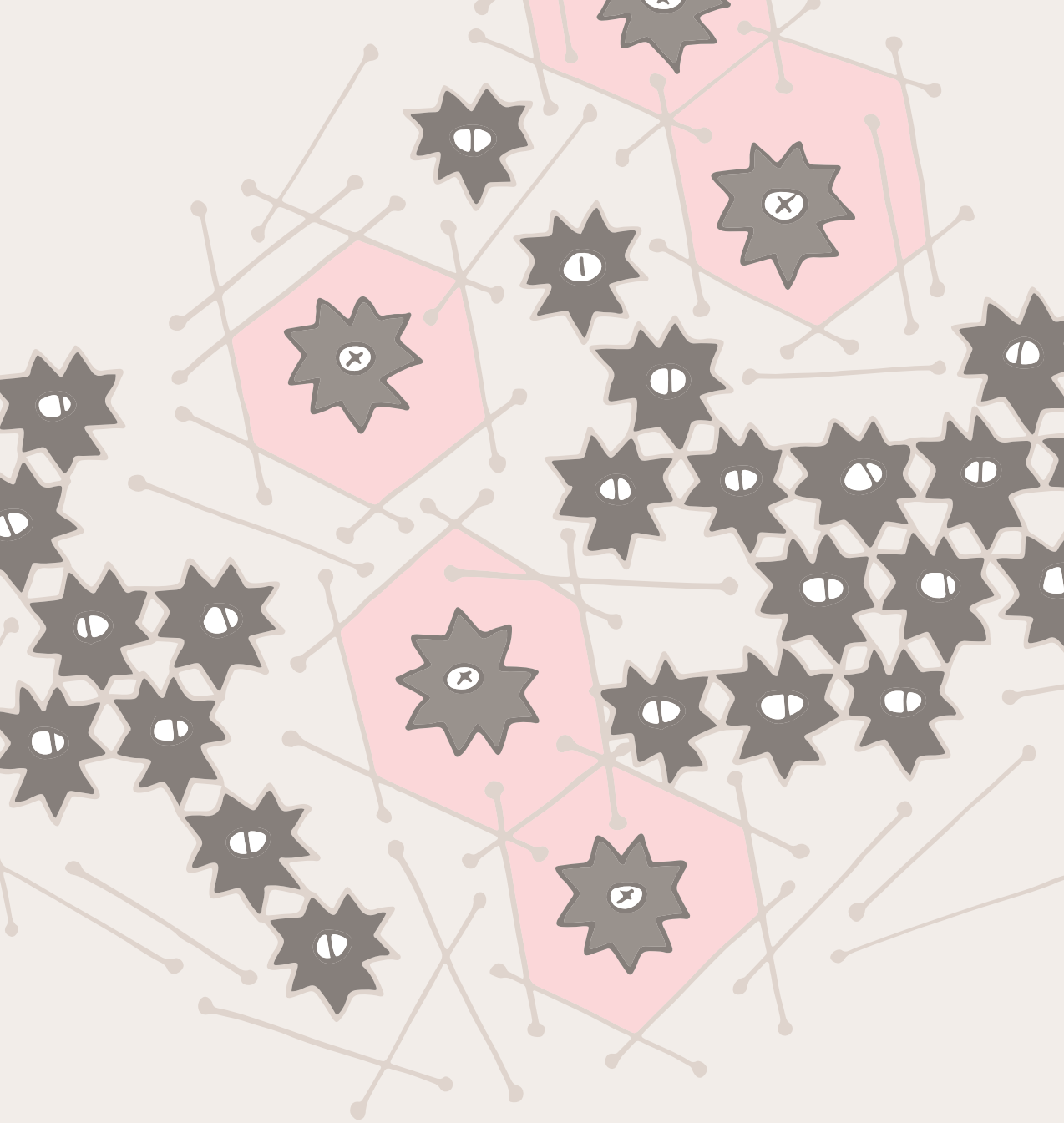
En este caso, se reduce la producción de estas hormonas con medicamento para tener mejores resultados en el tratamiento.



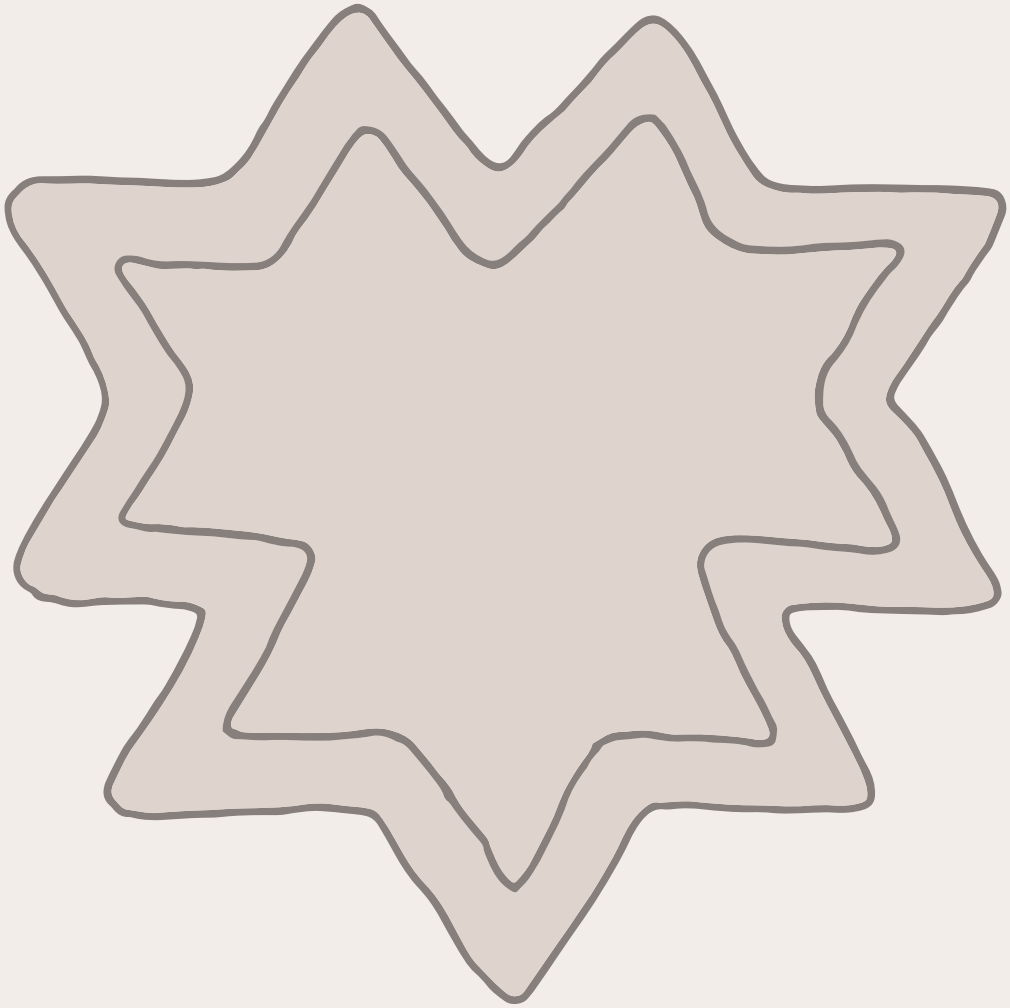
Otra prueba es la HER2/neu que sirve para detectar si hay concentraciones mayores de lo que se llama "**Receptor del factor de crecimiento epidérmico humano**".



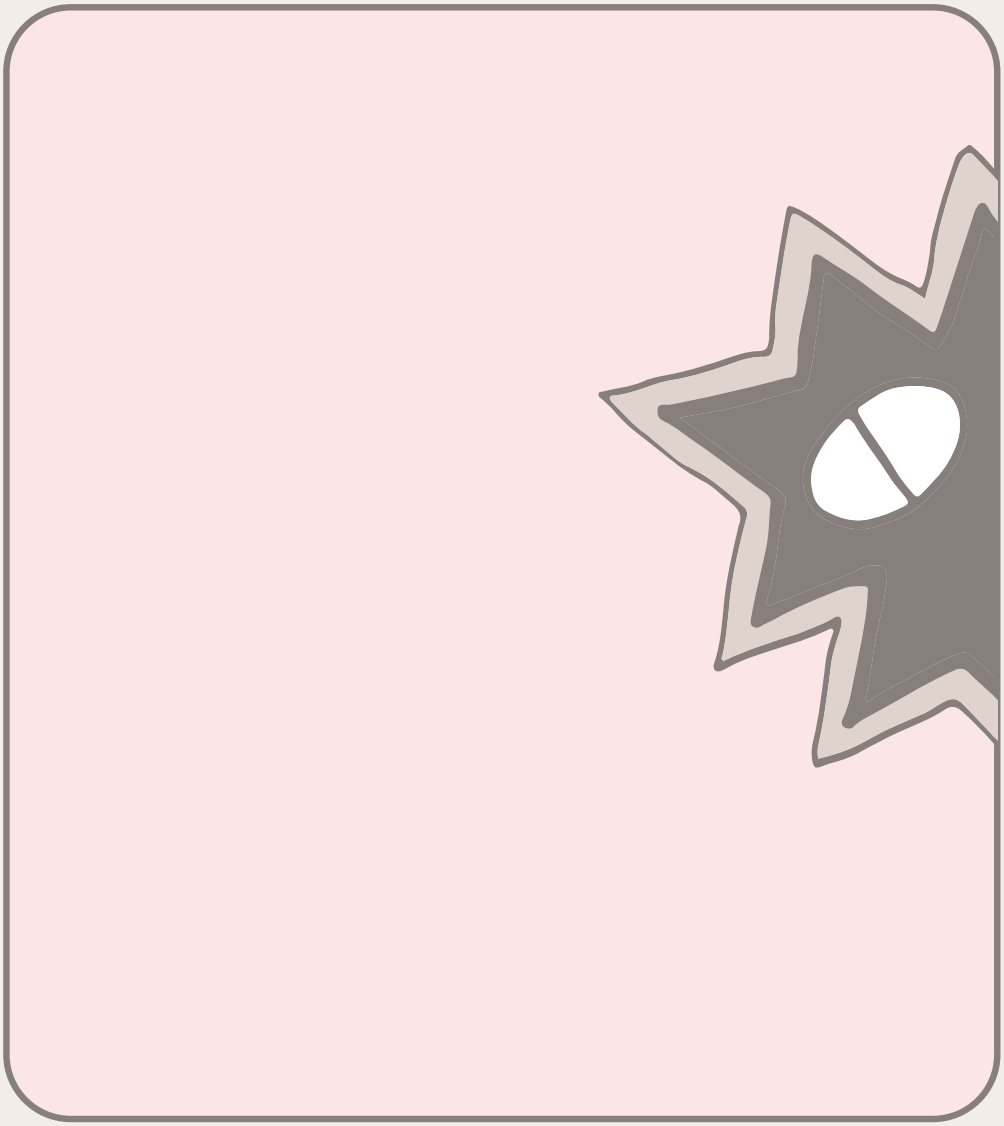
Si se encuentran concentraciones altas, el cáncer se llama POSITIVO a Her2.



Es un cáncer que crece más rápido y se puede diseminar a otras partes del cuerpo. Se trata con medicamentos como el Trastuzumab.



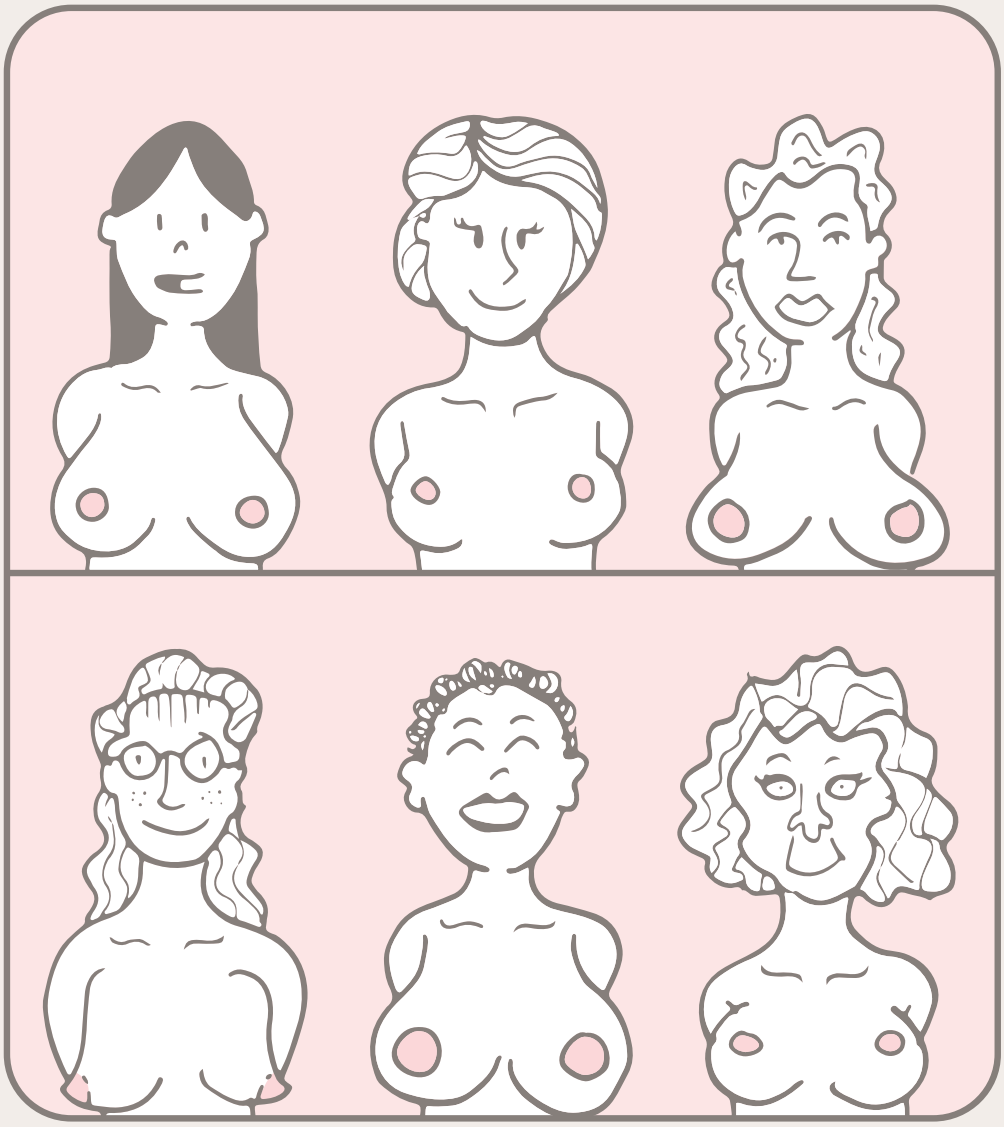
Si las pruebas son negativas a los receptores hormonales y al Her2/neu, el cáncer se conoce como TRIPLE NEGATIVO.



También es importante saber si el cáncer recién se diagnosticó o si regresó, lo que se conoce como RECIDIVA.

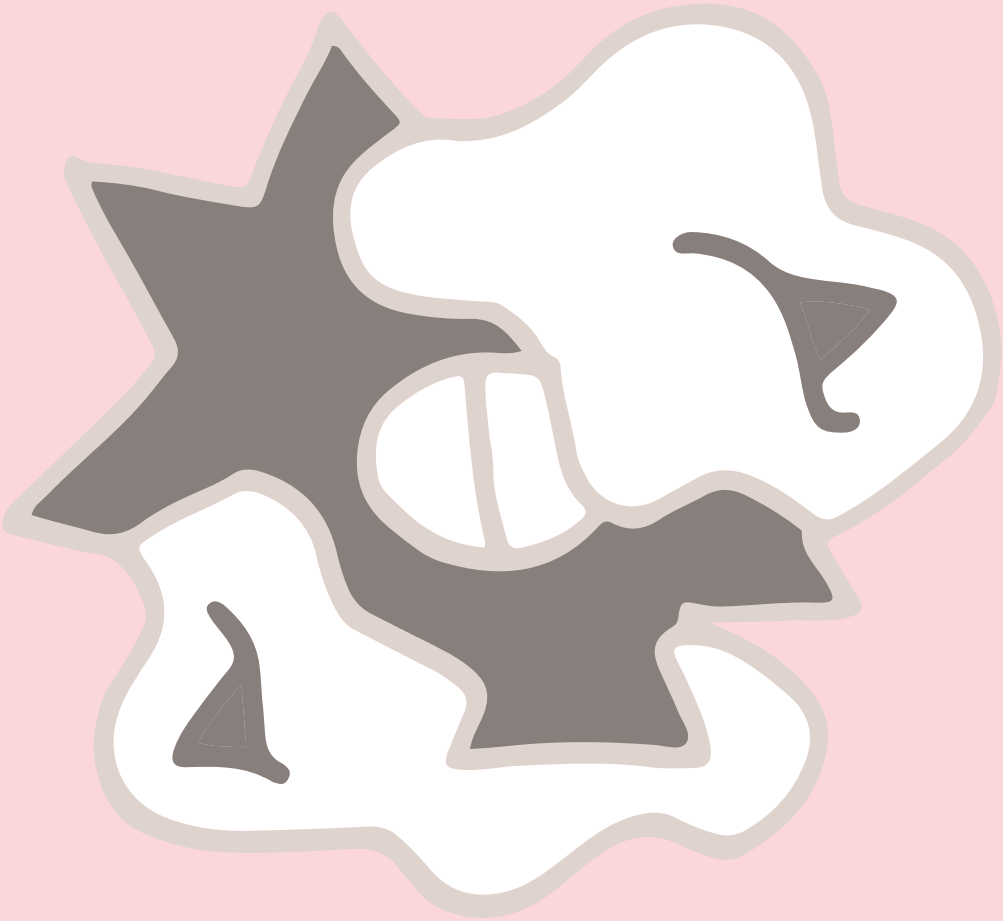
Otros factores que se toman en cuenta para elegir el tratamiento son la edad de la mujer, sus condiciones generales de salud y si menstrúa o ya tuvo la menopausia.

Lo más importante, es saber que cada paciente se debe valorar de manera individual porque hay muchos factores que influyen y ningún caso es igual.

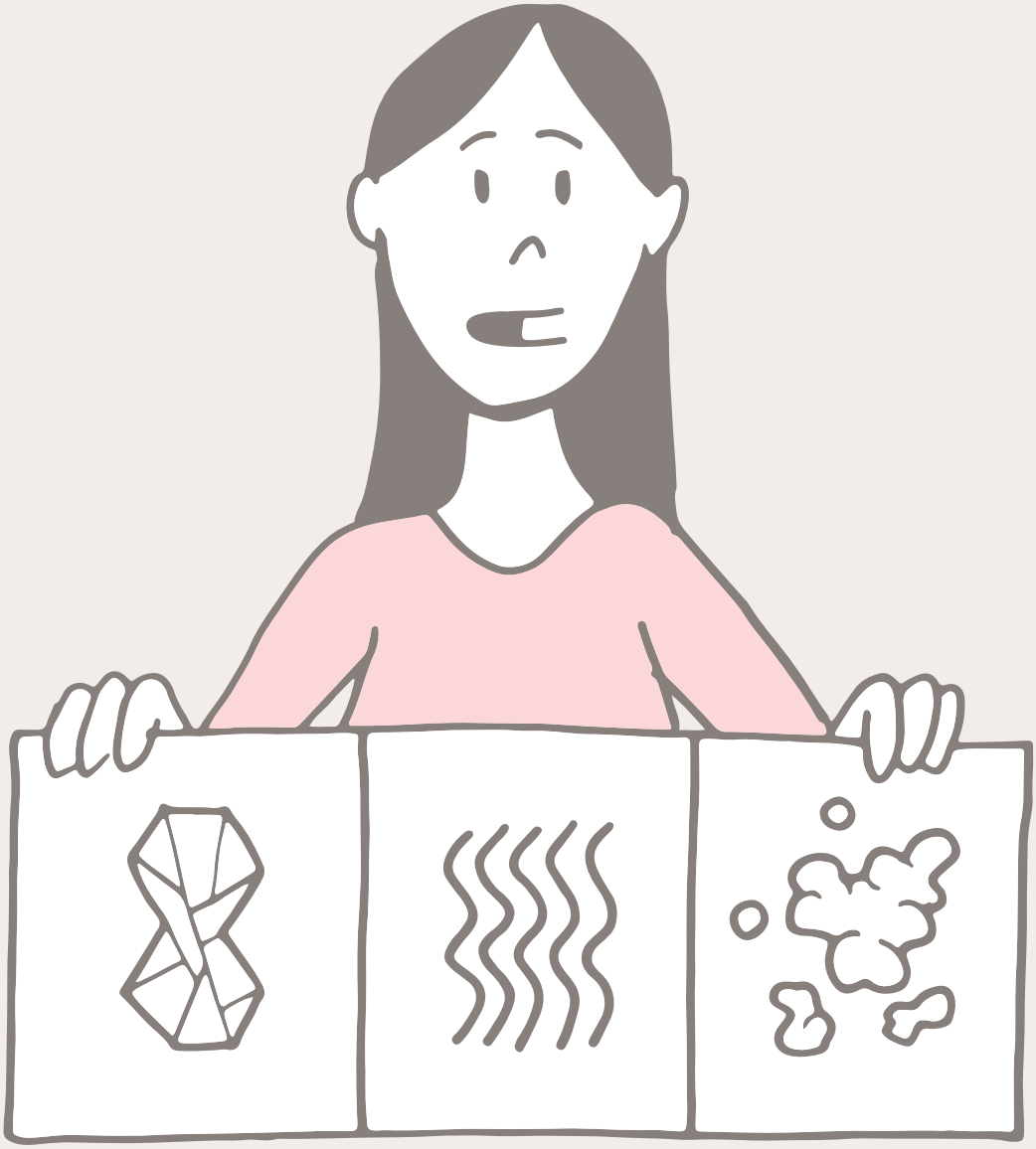


Así como las mujeres, que
somos todas diferentes.

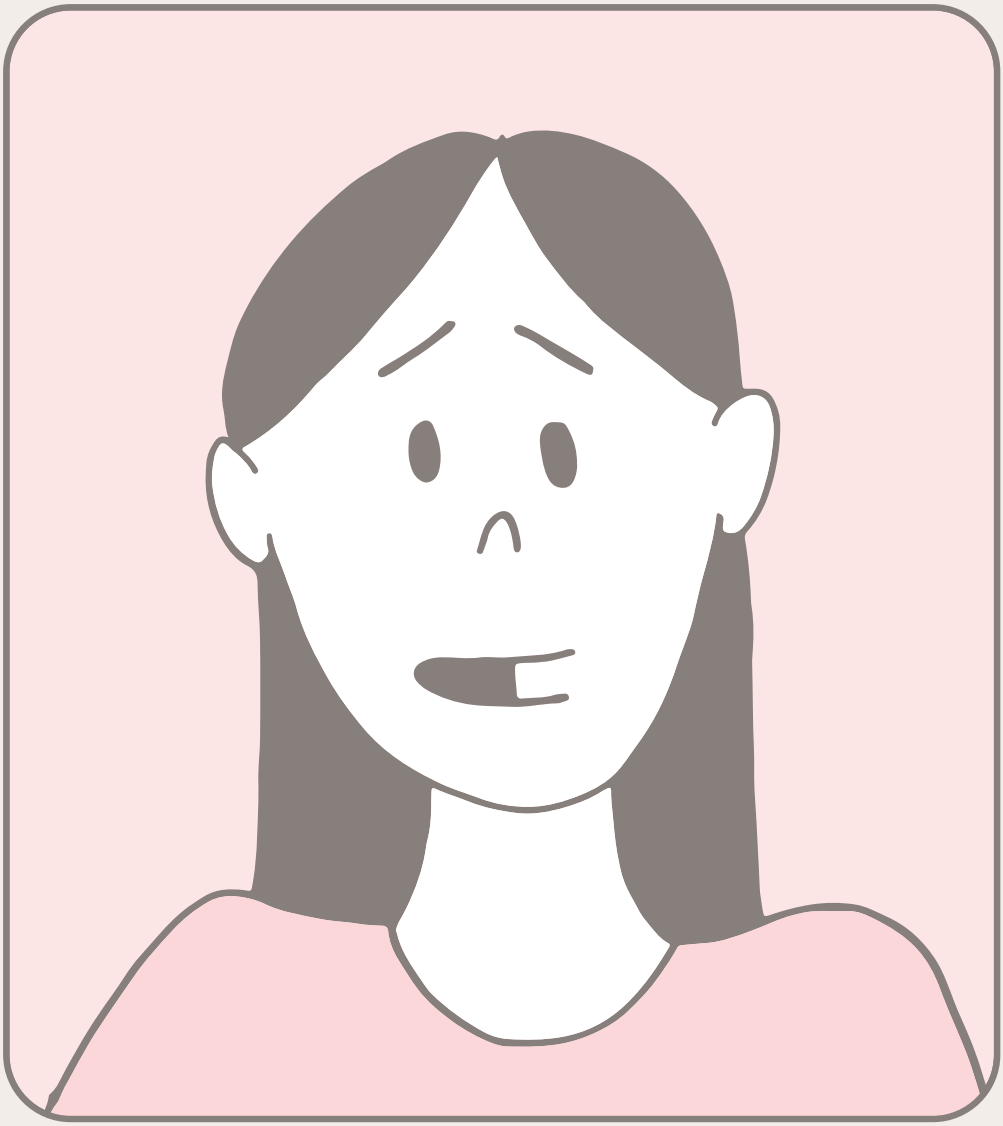
TRATAR EL CÁNCER



Los especialistas evaluarán y decidirán las mejores opciones para cada caso, que van desde la cirugía para conservar el pecho hasta la mastectomía total.



Y según el caso, el tratamiento se puede complementar o no con radioterapia, quimioterapia o terapia hormonal.



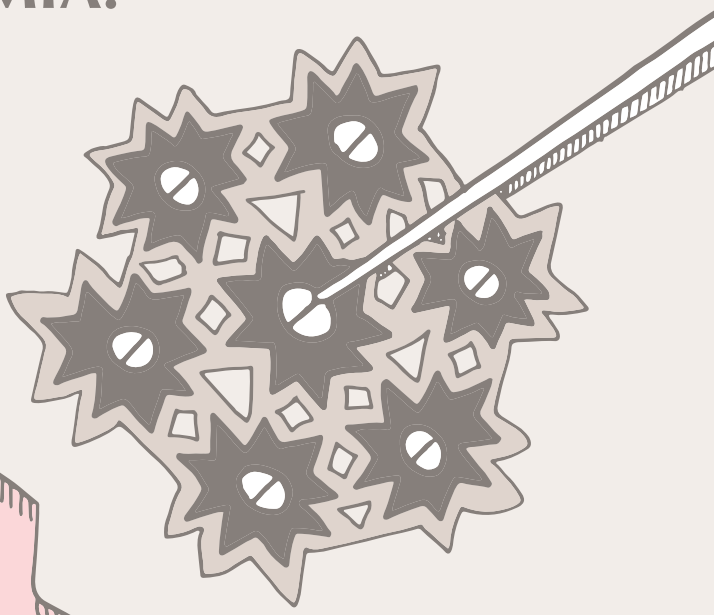
Durante tu tratamiento seguramente escucharás muchos términos y palabras distintas o que no entiendas muy bien. Por eso te las voy a platicar.

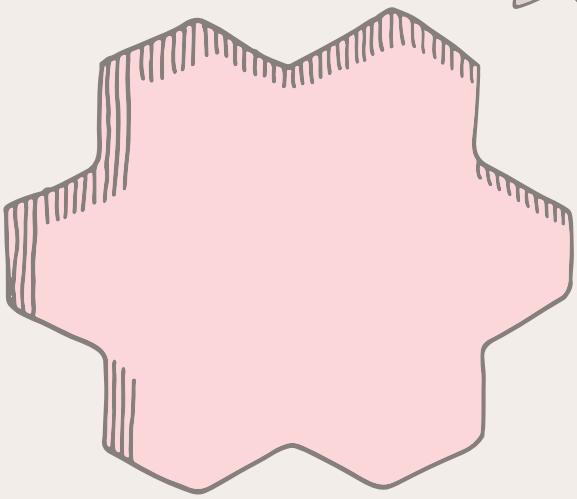
LA CIRUGÍA PARA CONSERVAR LA MAMA.

Es cuando sólo se quita la parte donde está el tumor y un poco del tejido alrededor.
Es una opción cuando el cáncer se detecta de manera temprana.

A esta cirugía también se le conoce como:

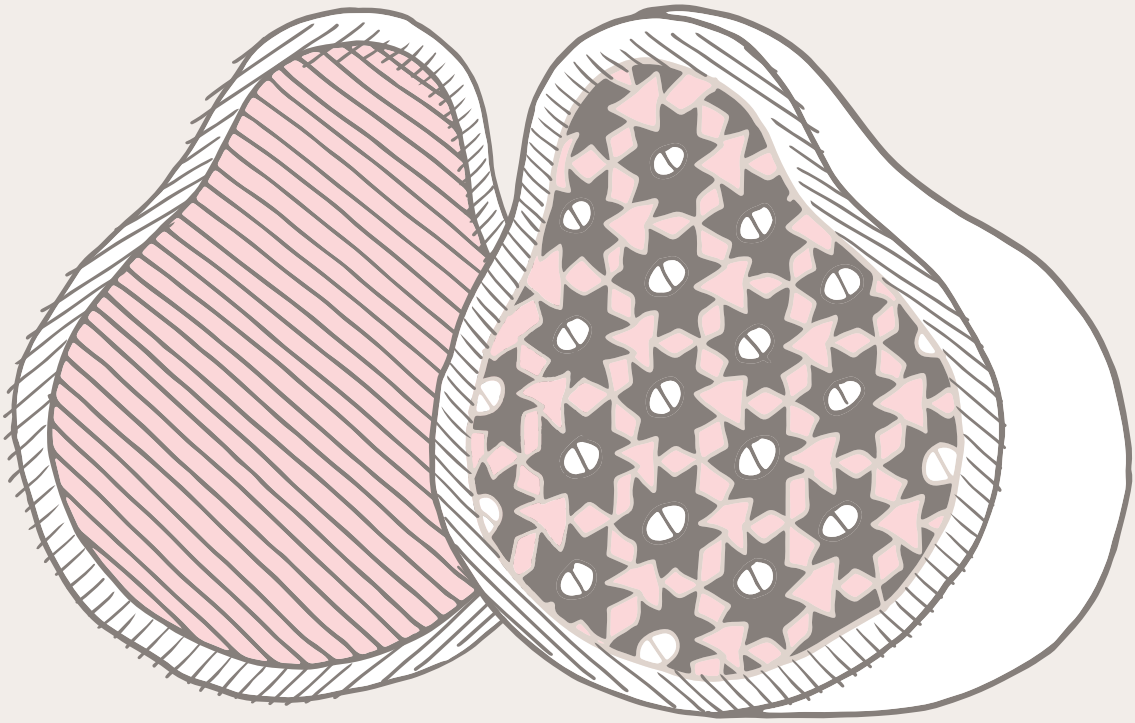
CUADRANTECTOMÍA, LUMPECTOMÍA, MASTECTOMÍA PARCIAL, MASTECTOMÍA SEGMENTARIA, TILECTOMÍA o TUMORECTOMÍA.





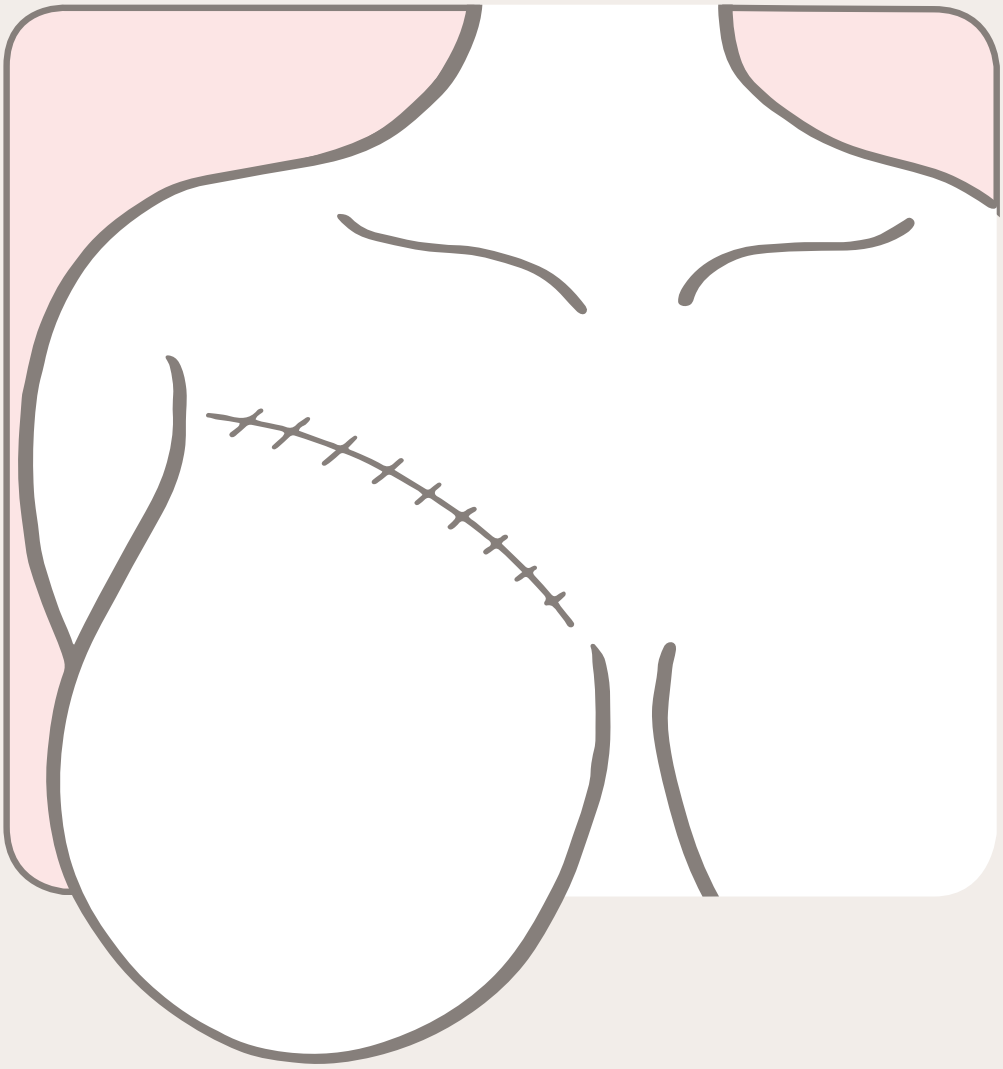
¡Cuántos nombres!

LA MASTECTOMÍA RADICAL.



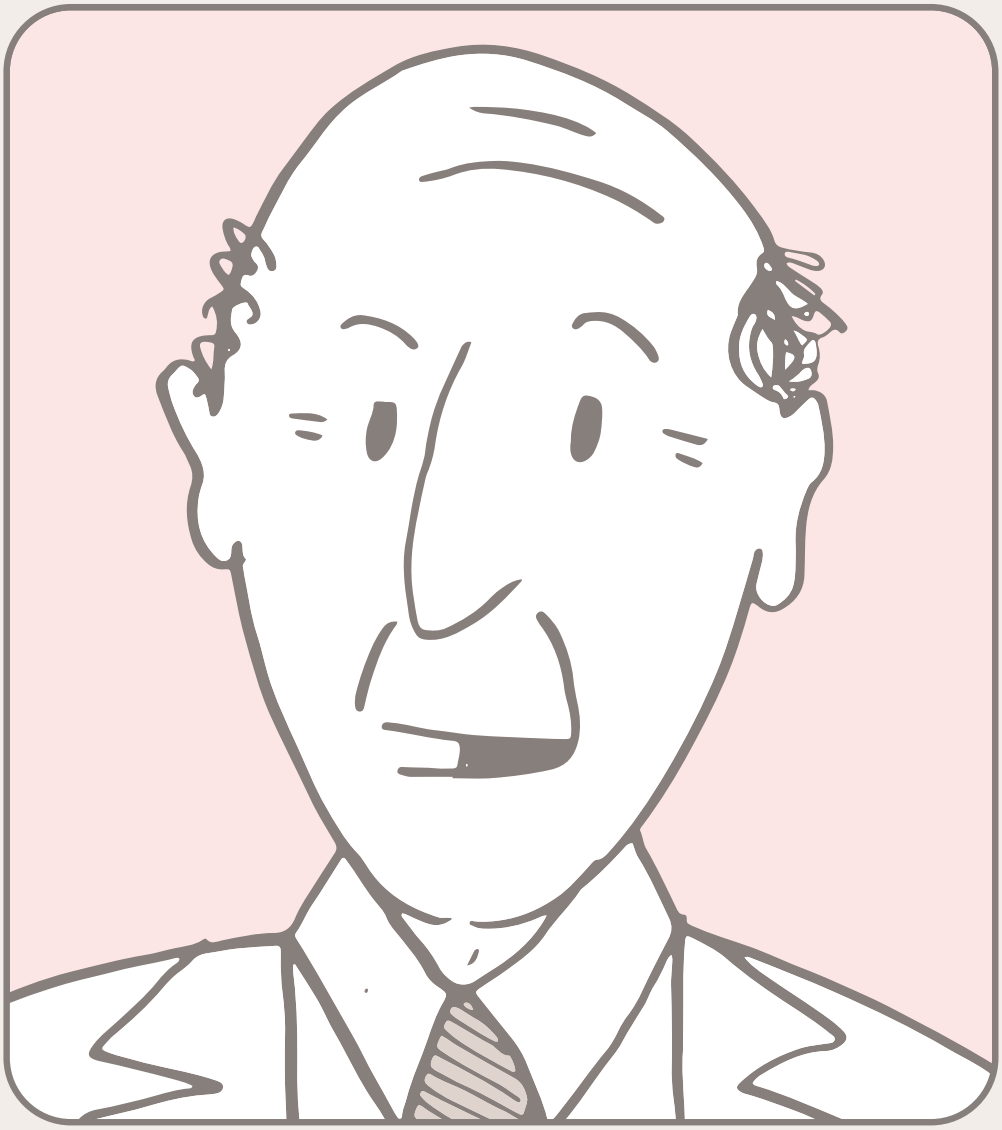
Es una cirugía donde se quita toda la mama, los músculos del pecho y los ganglios linfáticos que se encuentran debajo del brazo.

LA CIRUGÍA PARA RECONSTRUCCIÓN DEL SENO.

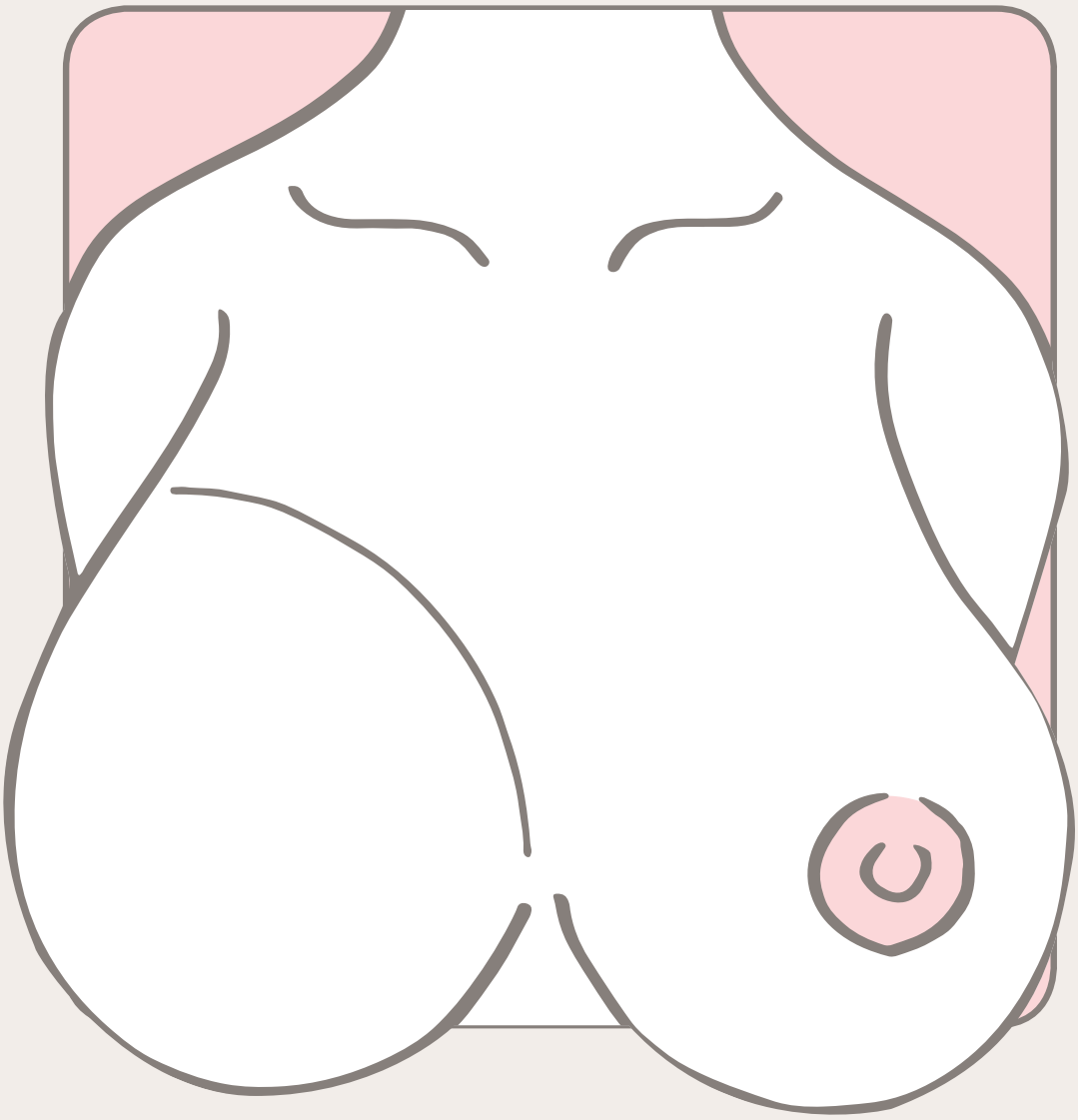


Esta cirugía es una opción para las mujeres a las que se les tiene que extirpar todo el seno.

La reconstrucción de mama se puede iniciar al momento de la mastectomía, al final del tratamiento o muchos años después.

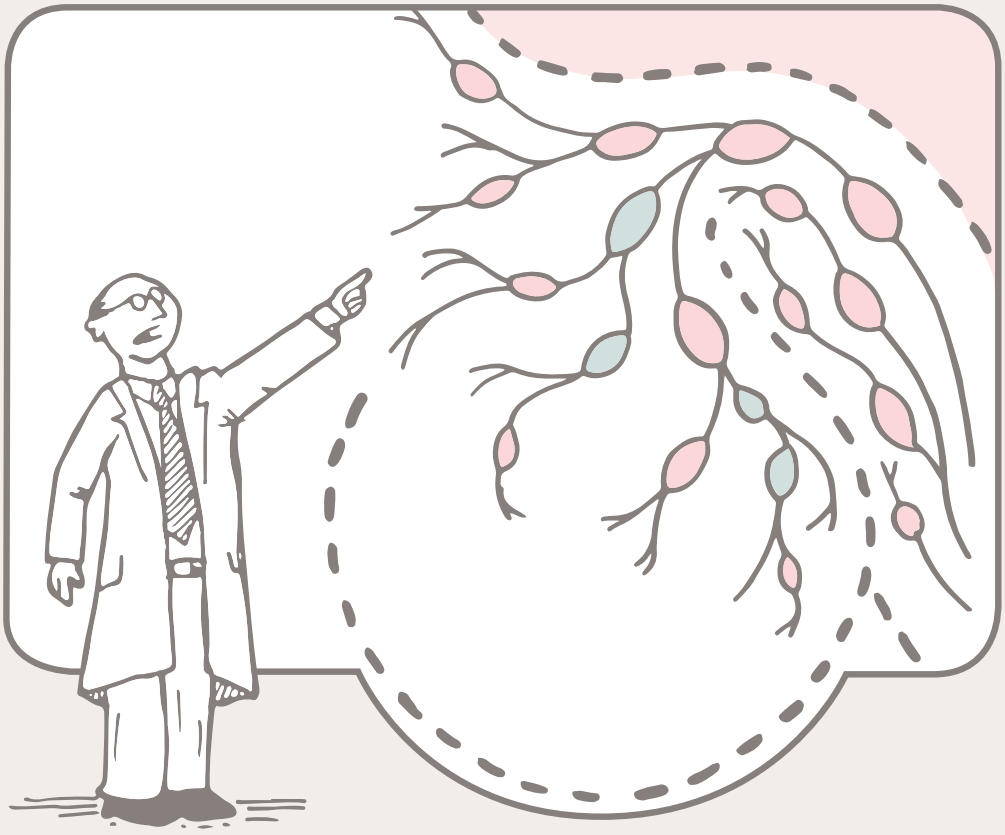


Esto depende de si se necesita radioterapia después de la operación. Si ese es el caso, puede ser mejor retrasar la reconstrucción.

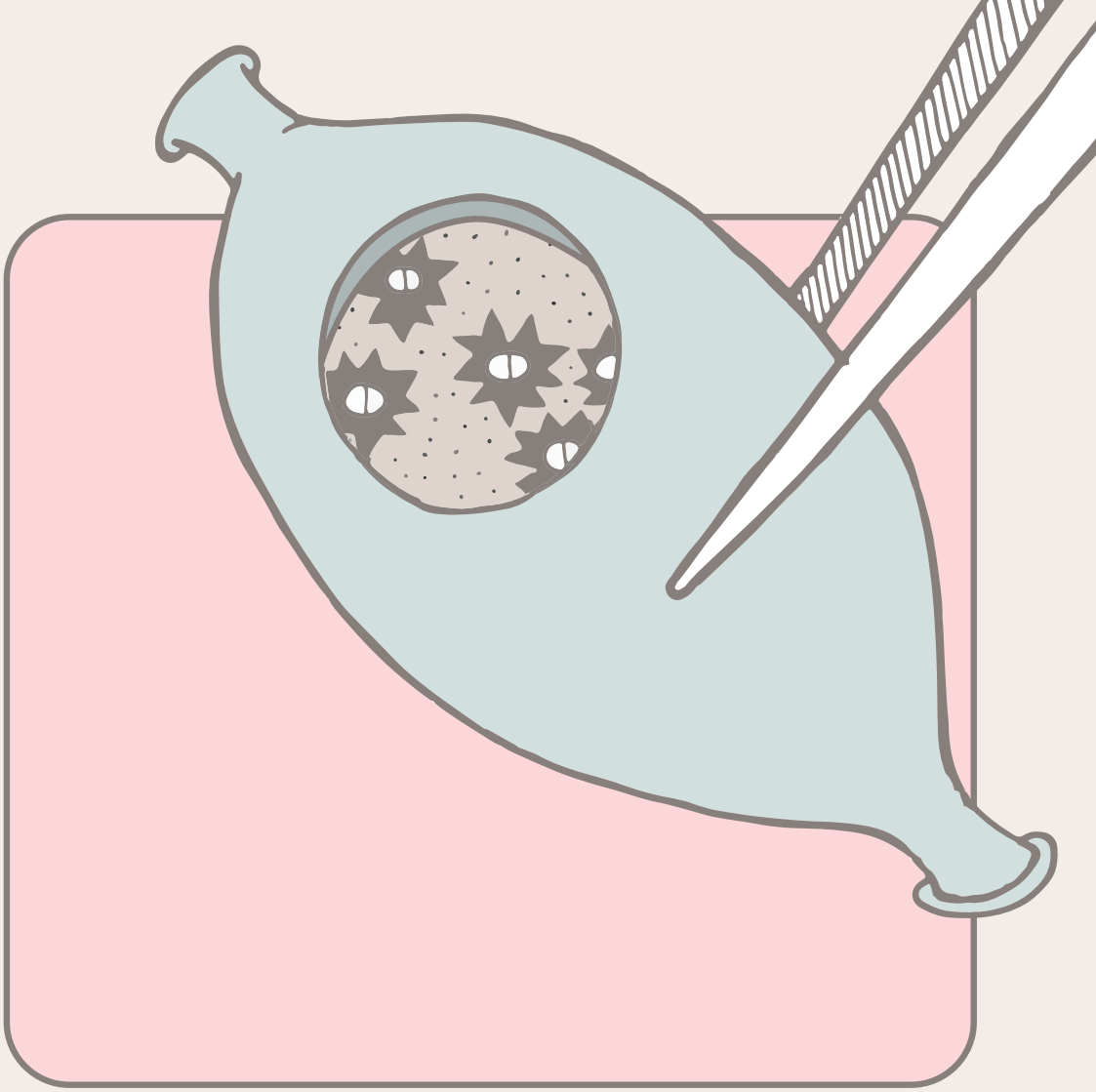


La reconstrucción puede requerir cirugía en el otro pecho también, para igualarlos en forma y en tamaño.

LA BIOPSIA DE GANGLIO LINFÁTICO CENTINELA.

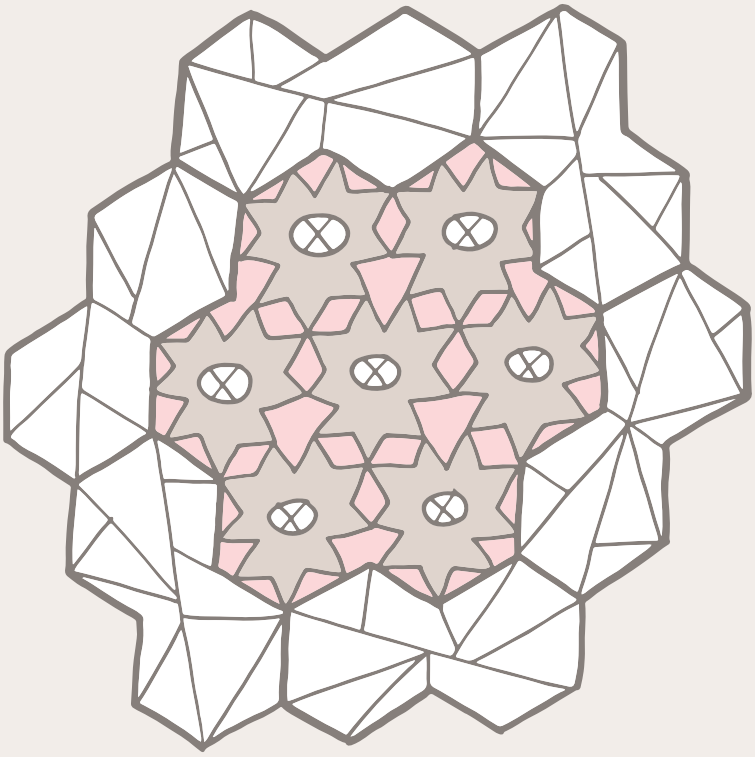


Es cuando se extraen uno o varios ganglios linfáticos para hacerles una biopsia, porque ahí es donde probablemente corran las células cancerosas y hay que ver si están presentes.

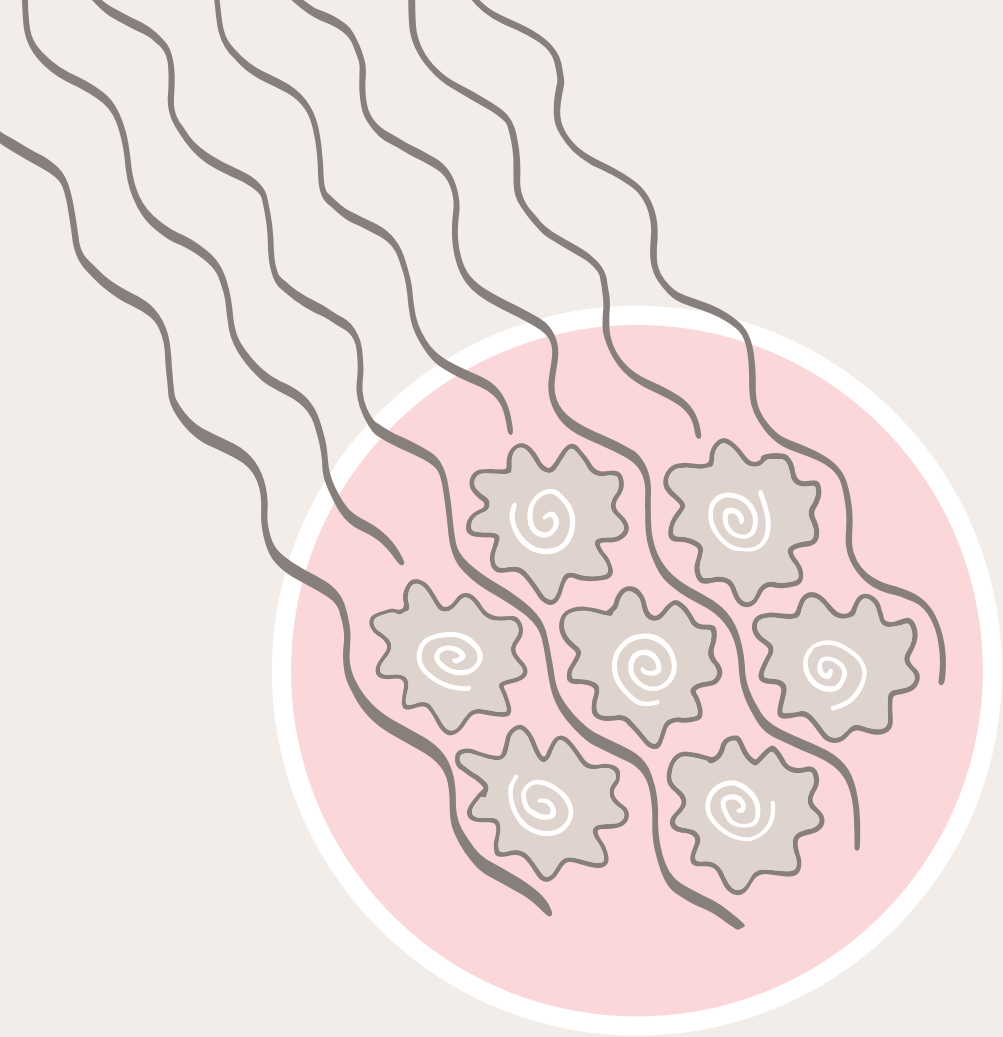


Es un procedimiento en el que el cirujano inyecta una sustancia radioactiva o un tinte azul cerca del tumor y con una sonda encuentra los ganglios teñidos para extraerlos.

LA QUIMIOTERAPIA.



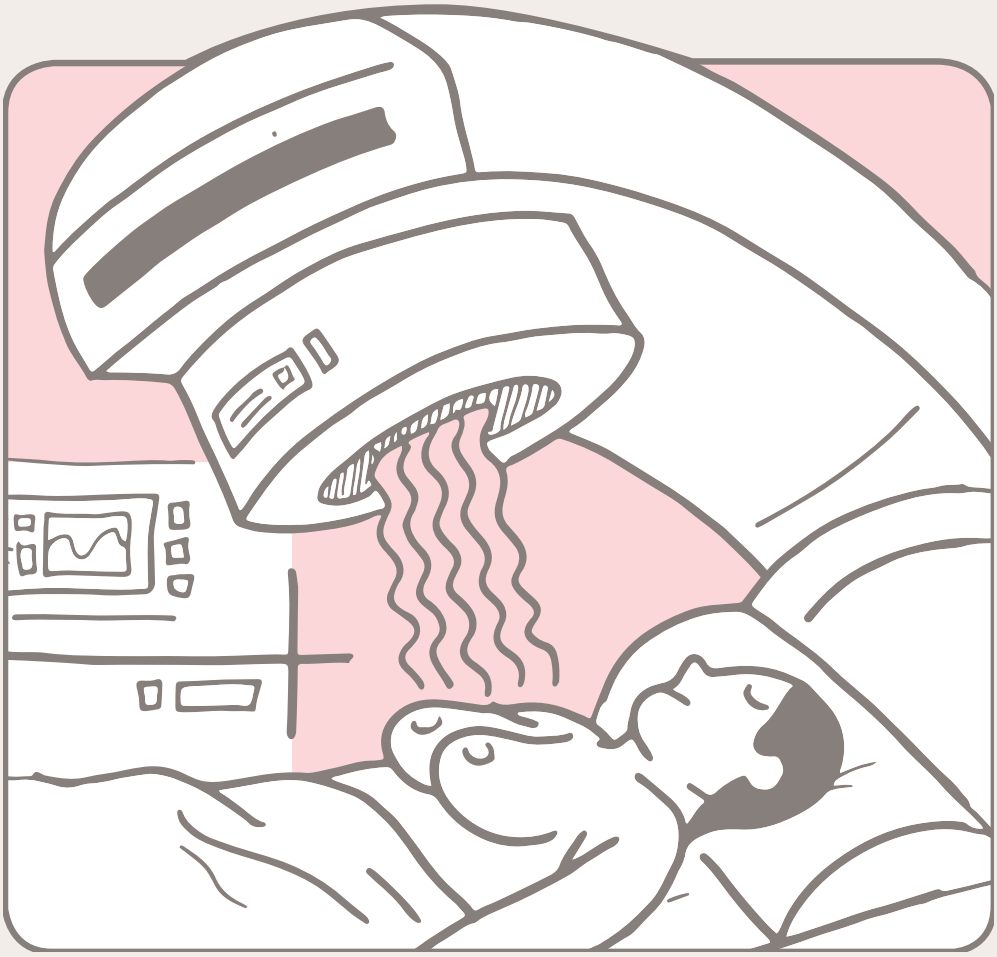
Es un tratamiento con medicamentos para impedir que las células cancerosas se multipliquen y para destruirlas. Puede ser por vía oral, por suero o por la piel según el tipo de cáncer y su etapa.



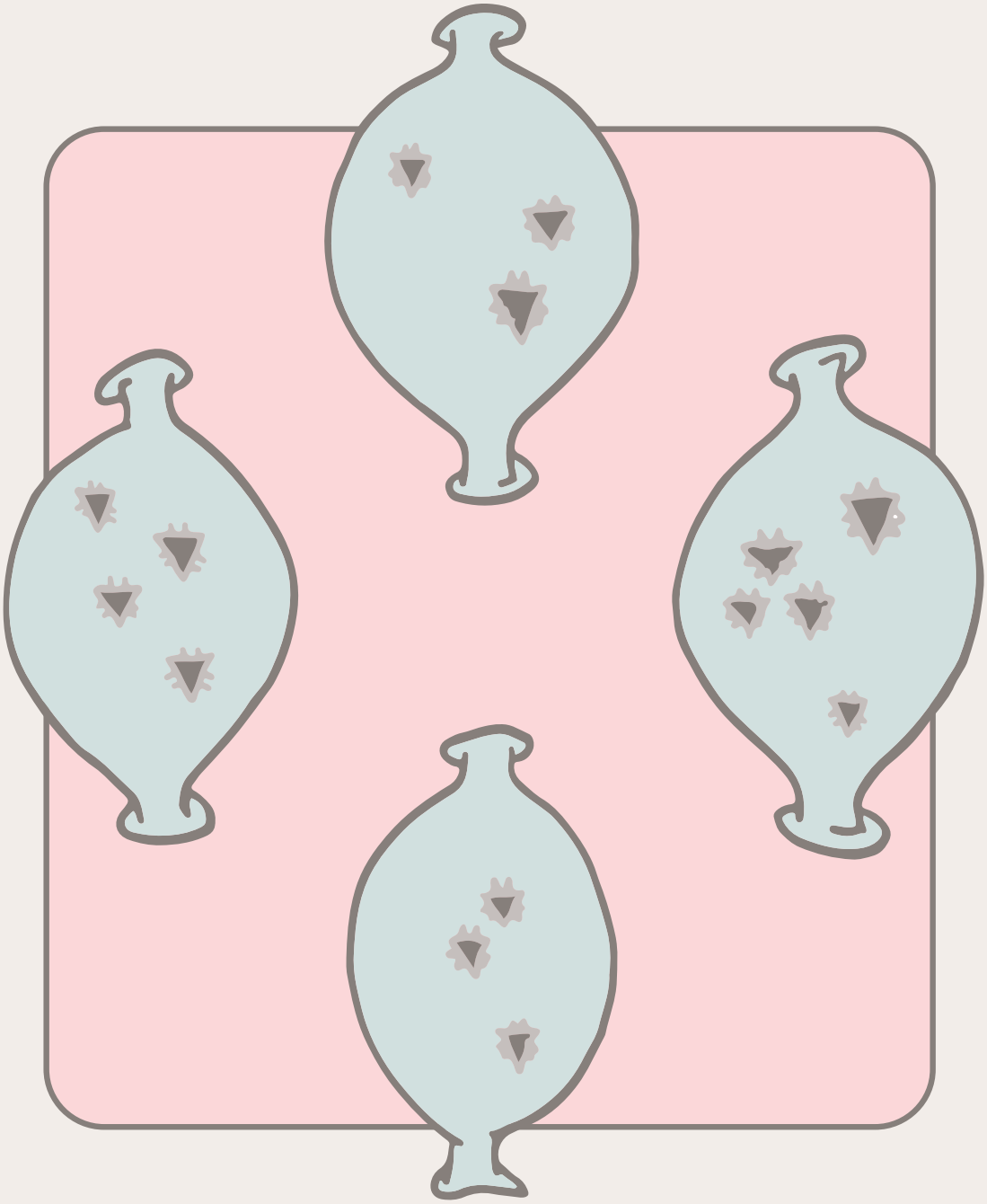
LA RADIOTERAPIA.

Es un tratamiento con radiación de alta energía para destruir las células cancerosas y reducir el tamaño de un tumor.

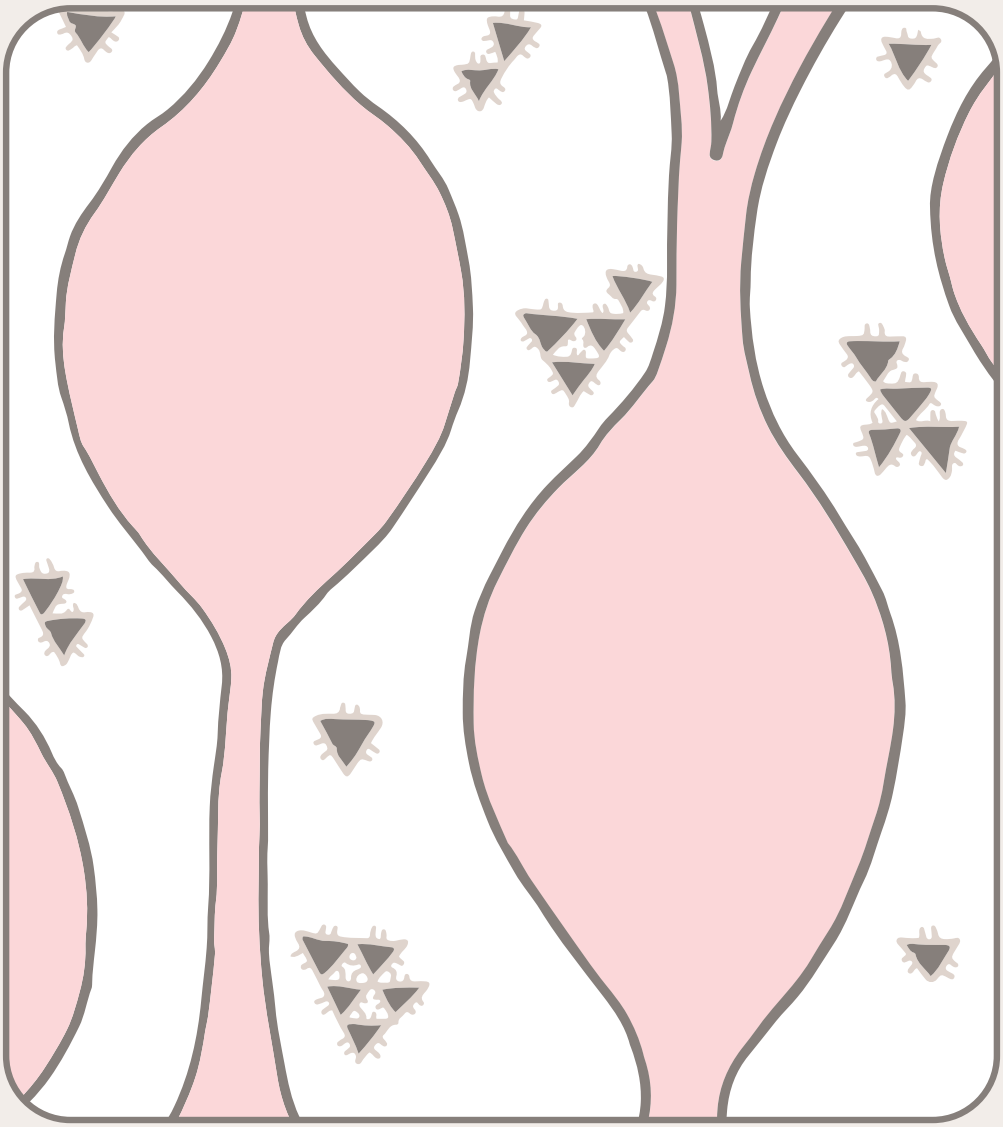
LA RADIOTERAPIA POSTOPERATORIA.



Después de la cirugía, en algunos casos se aplica radioterapia a toda la mama para reducir la posibilidad de que el cáncer regrese. (Recidiva)

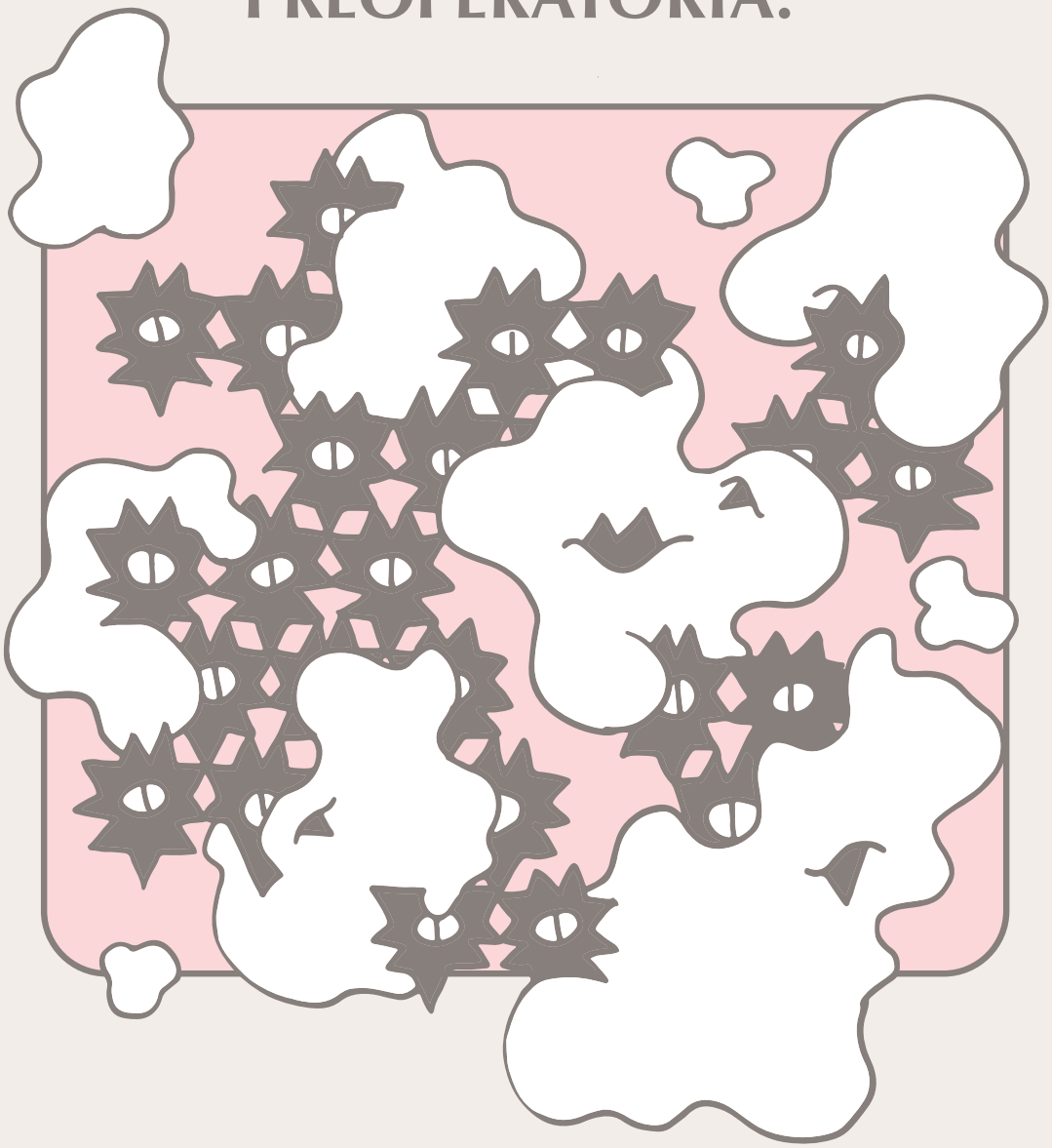


Por ejemplo, cuando se encontró cáncer en cuatro o más ganglios linfáticos.

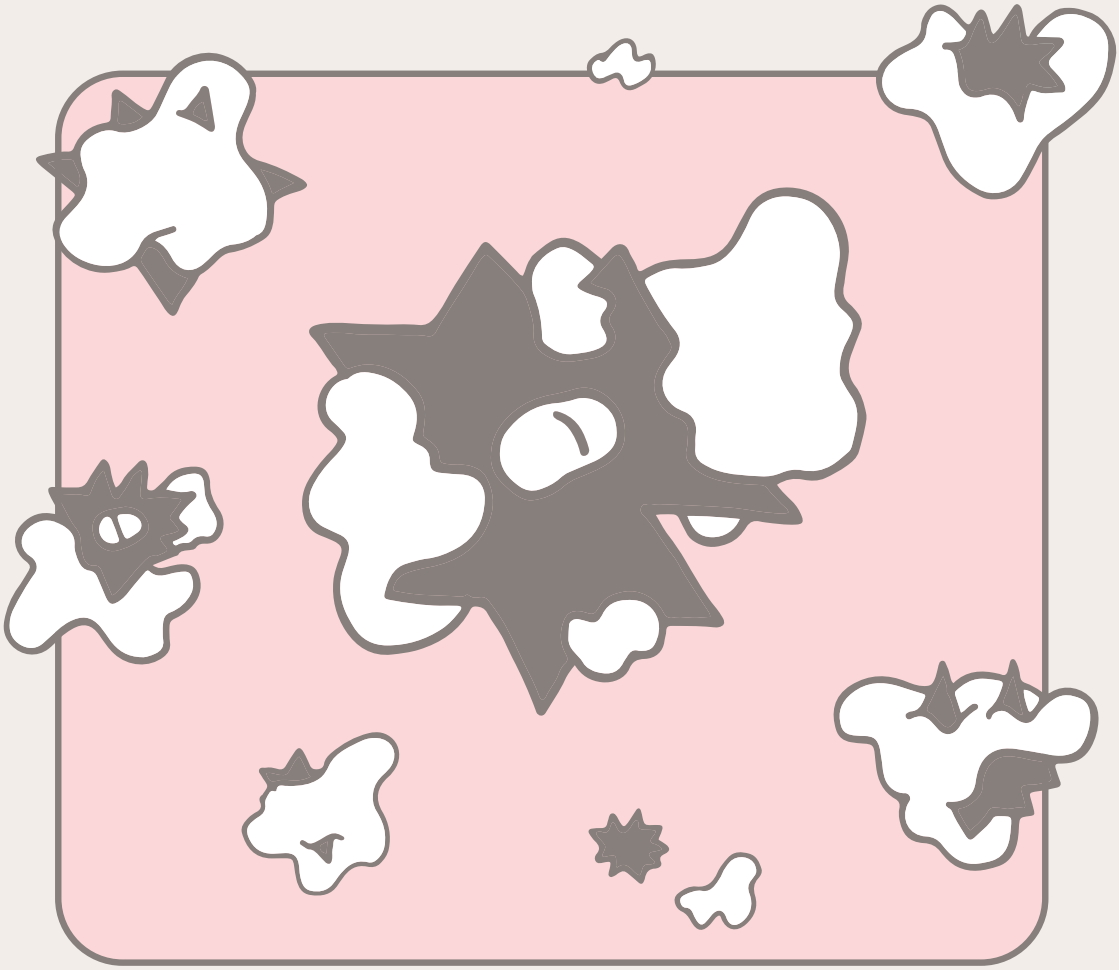


También se aplica la radioterapia postoperatoria si el cáncer se diseminó a los tejidos que rodean a los ganglios linfáticos o si el tumor era grande.

LA TERAPIA SISTÉMICA PREOPERATORIA.



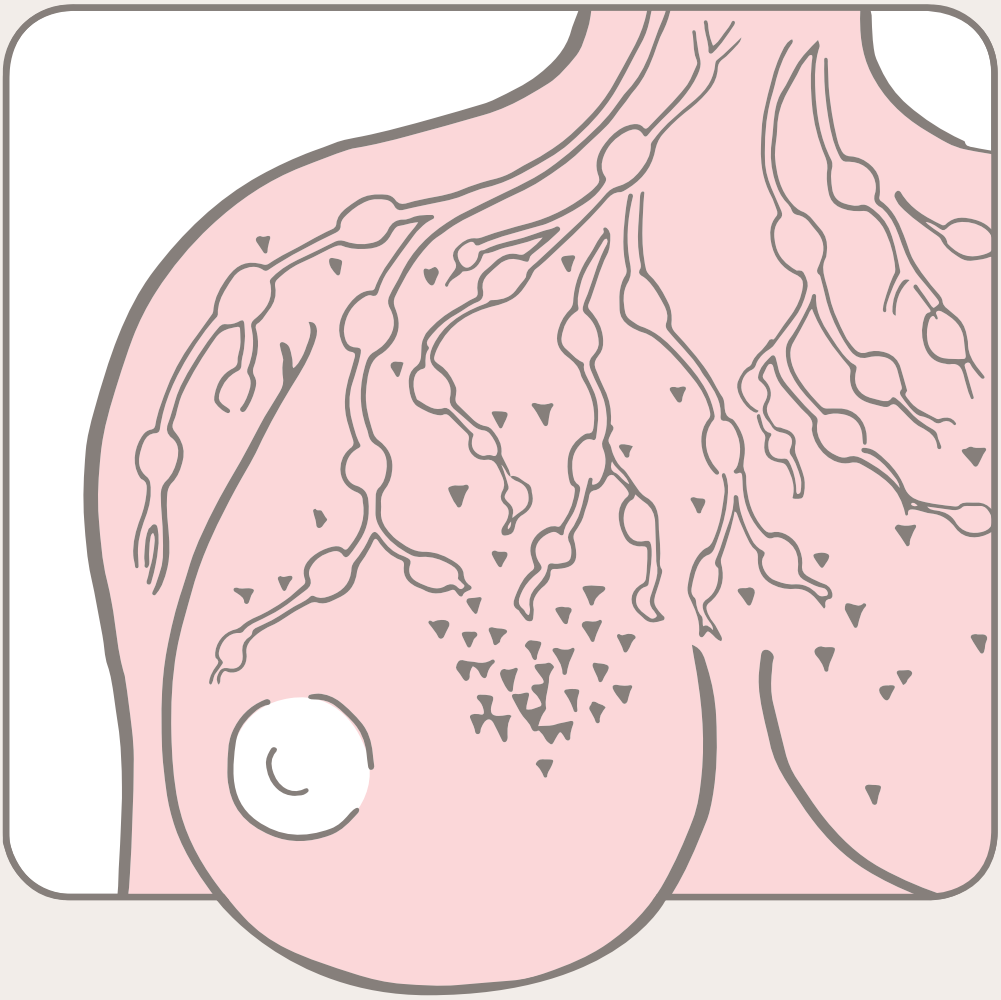
Se aplica antes de la cirugía para que el tumor sea más chico antes de la operación.



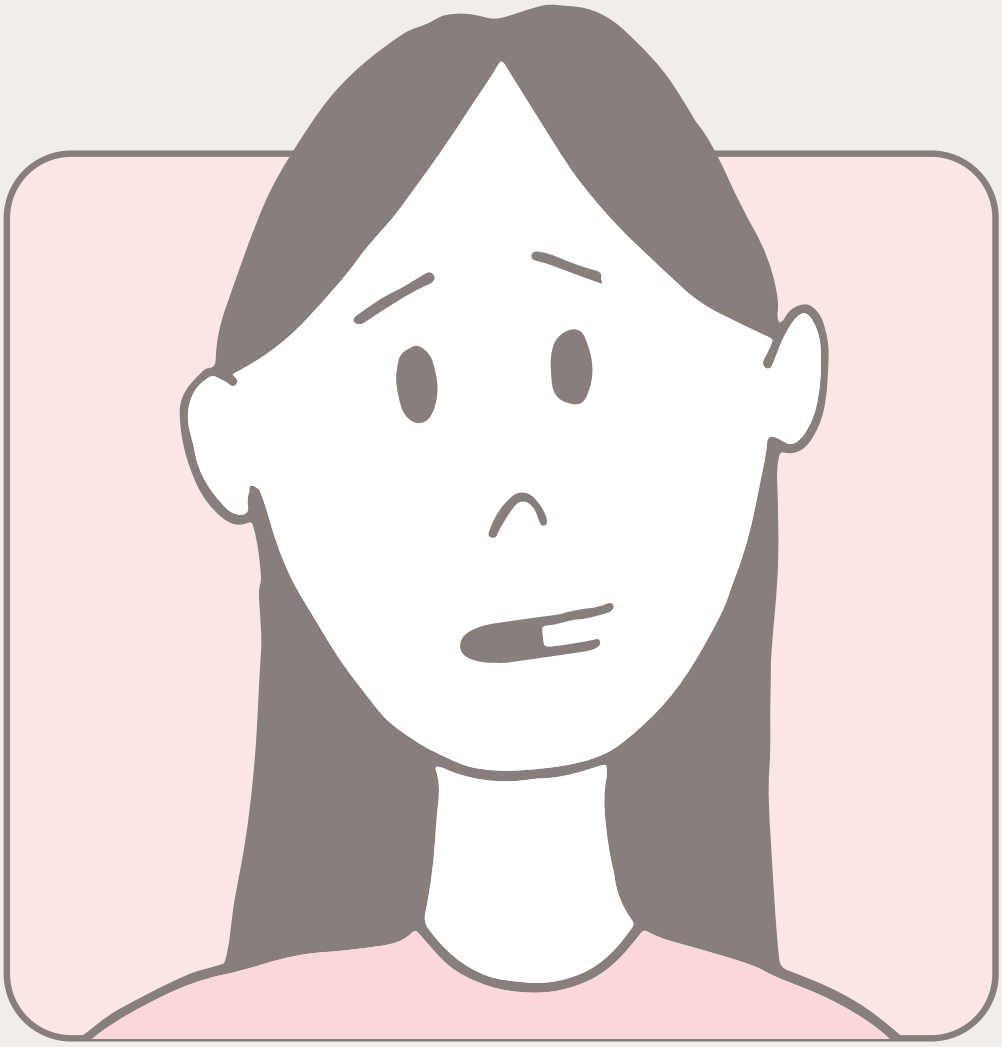
LA TERAPIA SISTÉMICA POSTOPERATORIA.

Es el uso de medicamentos que entran a la sangre para llegar a las células cancerosas de todo el cuerpo. Se usa para reducir la posibilidad de que el tumor regrese. (Recidiva)

CÁNCER DE MAMA METASTÁSICO.

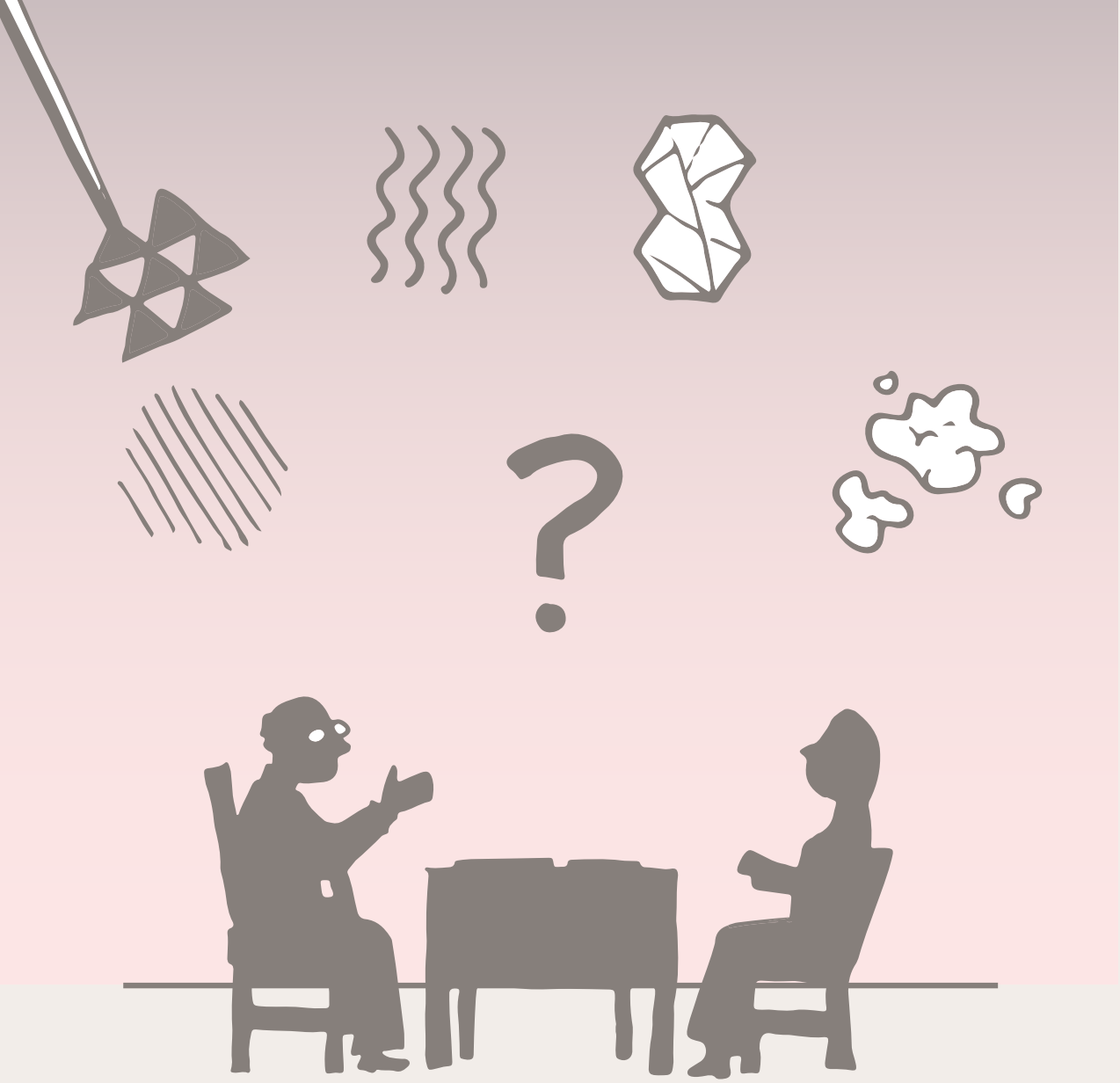


Se llama así al cáncer que se ha diseminado a otros órganos del cuerpo. Con frecuencia a través de los ganglios linfáticos.



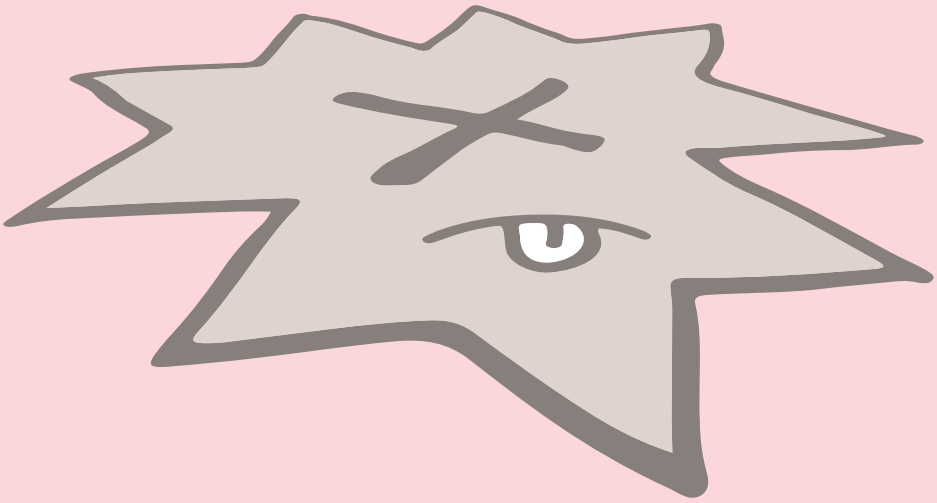
A pesar de que ya sabes un poco más, cuando el médico te recomiende un tratamiento, puedes estar confundida y angustiada. Tendrás muchas dudas. Hay algunas preguntas que no debes olvidar hacer.

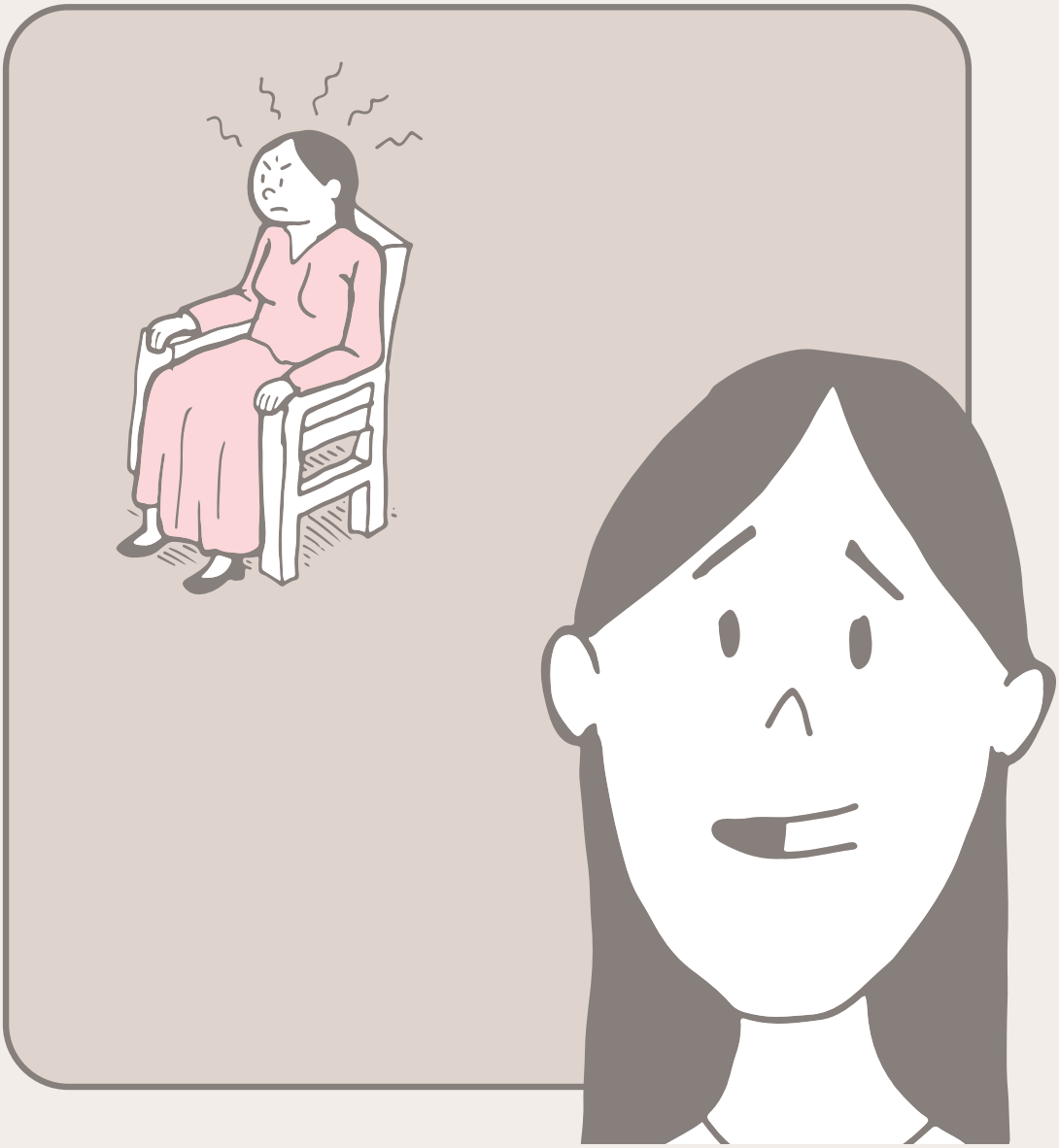
¿Qué indican las pruebas de laboratorio? ¿Cuáles fueron los resultados de los receptores de hormonas y qué significan? ¿Tiene alguno de los ganglios linfáticos signos de cáncer?



Y por supuesto, estas dos preguntas importantes:
¿Cuáles son las opciones de tratamiento?
¿Cuál es la opción que más me recomienda y por qué?

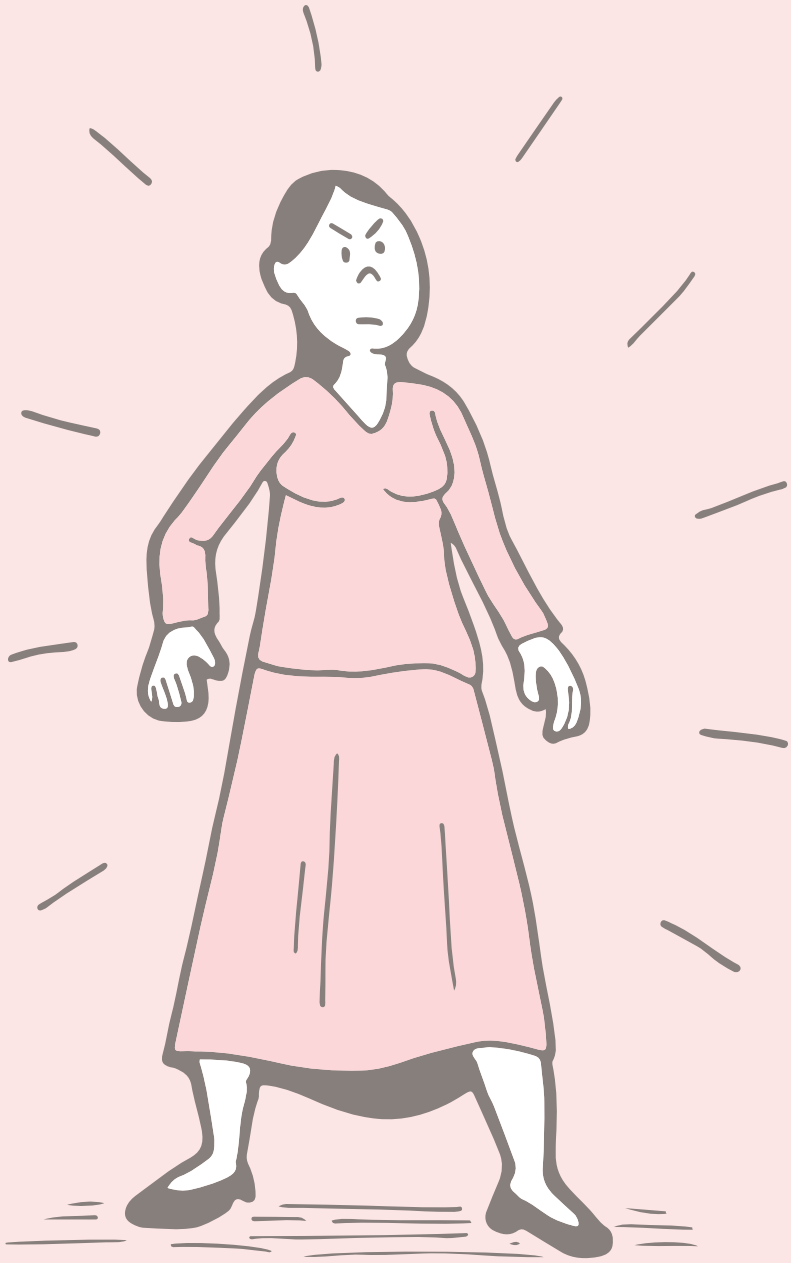
VENCER EL CÁNCER



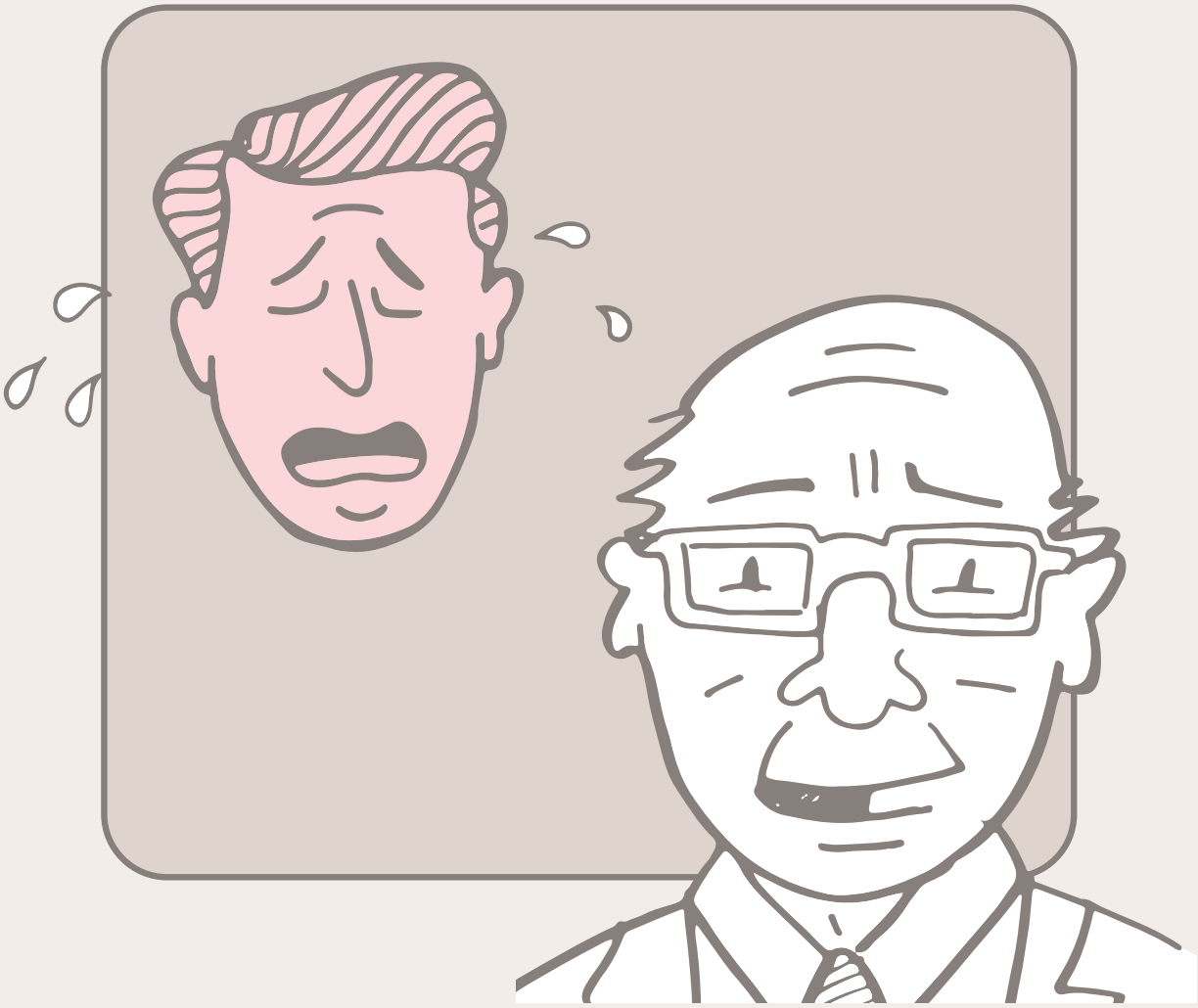


Es natural que tu primera reacción al enterarte de que tienes un cáncer de mama, sea negar la enfermedad o enojarte.

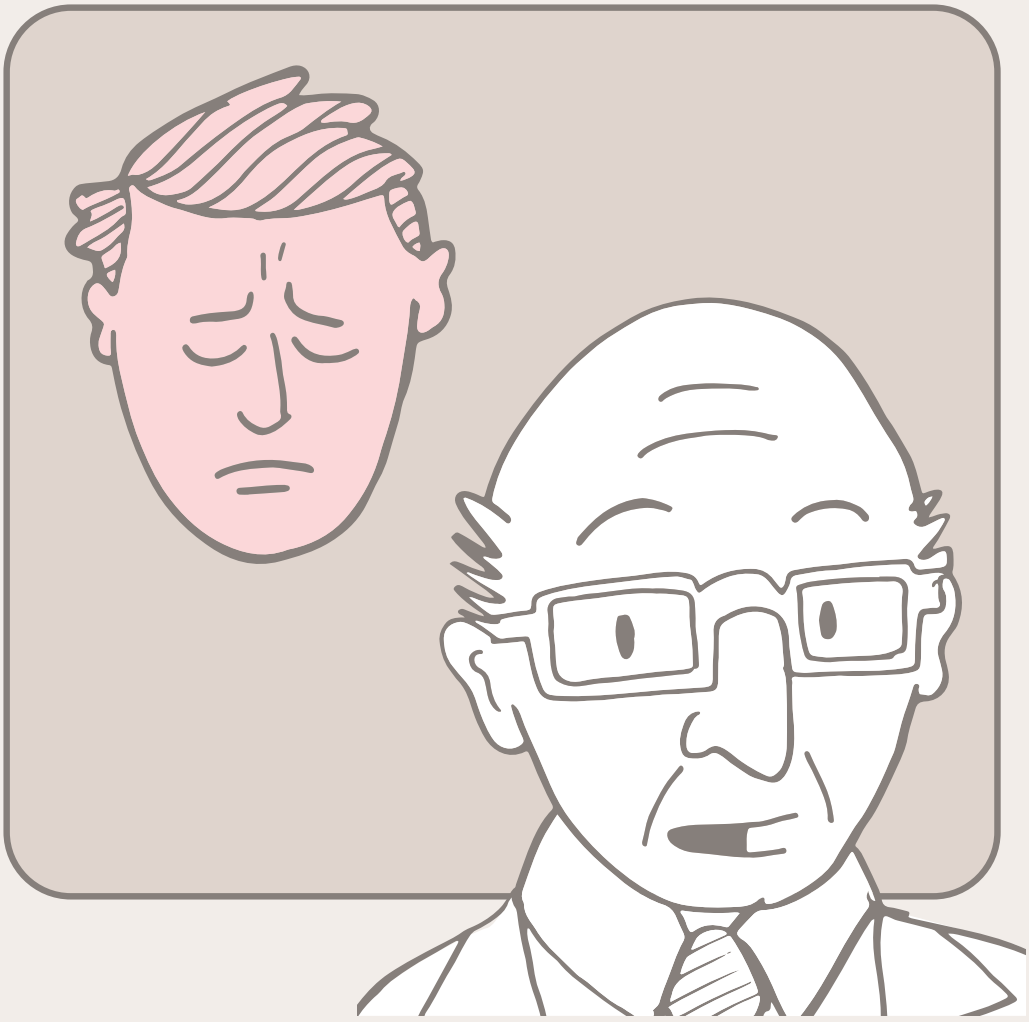
También puede haber una etapa de negociación según tus creencias religiosas o fases de depresión o angustia.



Pero recuerda que también puede haber aceptación y lucha. Todo depende de cómo eres tú, de tu vida y del apoyo de quienes te rodean.

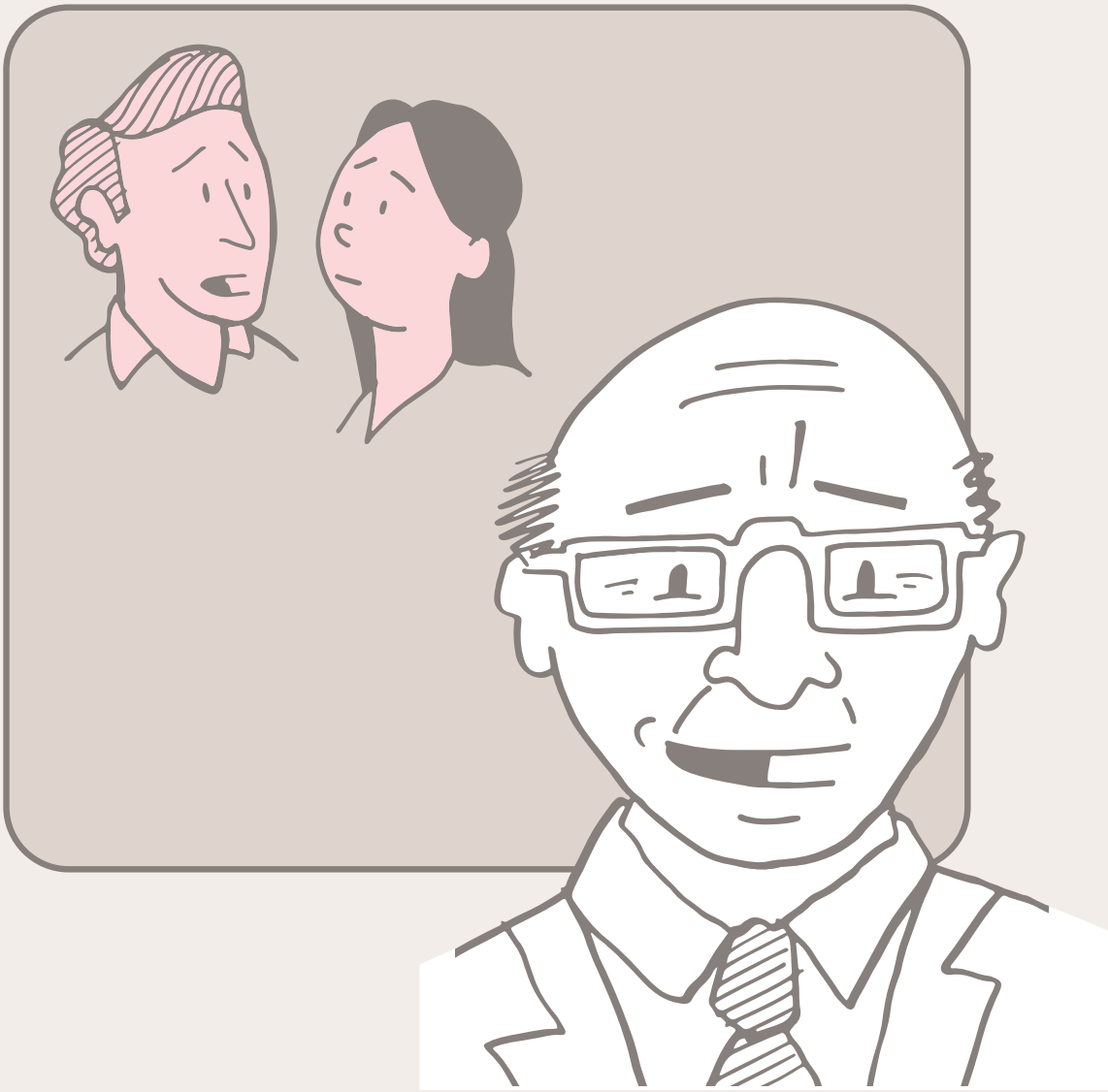


Muchas parejas se estresan, incluso, más que la mujer con cáncer y eso también es normal. Sufren de soledad y la angustia de no saber qué va a pasar o si funcionará el tratamiento.

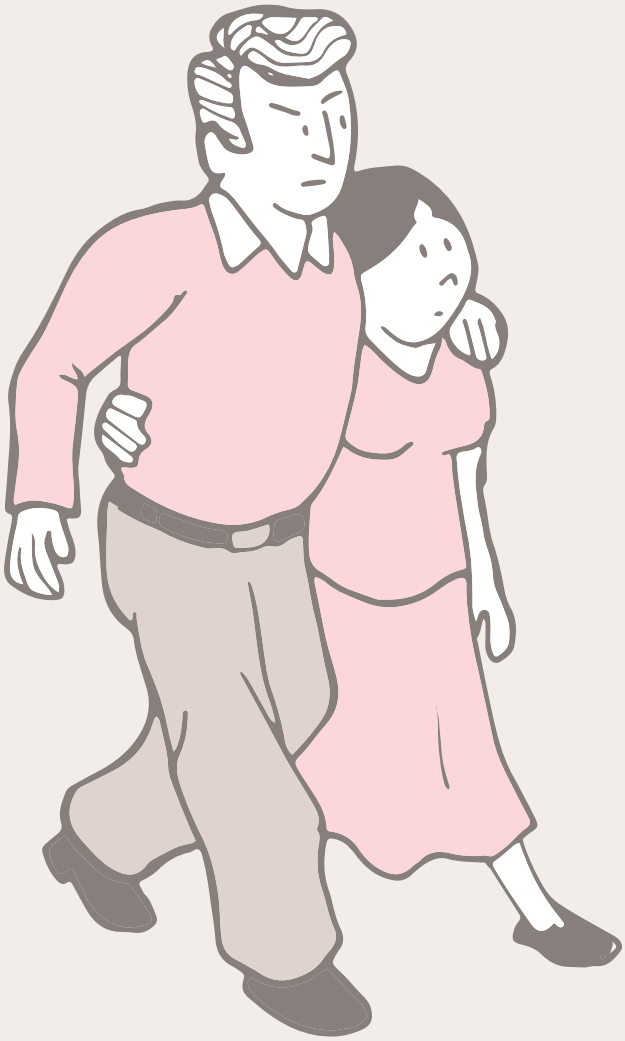


También dudan si su pareja tendrá que cambiar su vida o trabajo. Dudan si serán capaces de cuidar a los hijos y con frecuencia están tristes o deprimidos.

Es una situación difícil para todos, pero las mujeres que tienen el apoyo de sus seres queridos tienen más posibilidades de vencer al cáncer.



Una buena idea es no guardarse las cosas ni los sentimientos. Hablar y expresar las emociones. Toma tú la iniciativa aunque no sea nada fácil.



Si tu pareja o familiar tiene cáncer, acompáñala siempre a sus consultas o tratamientos. Recuerda que es importante cumplir con las indicaciones y no abandonar el tratamiento.

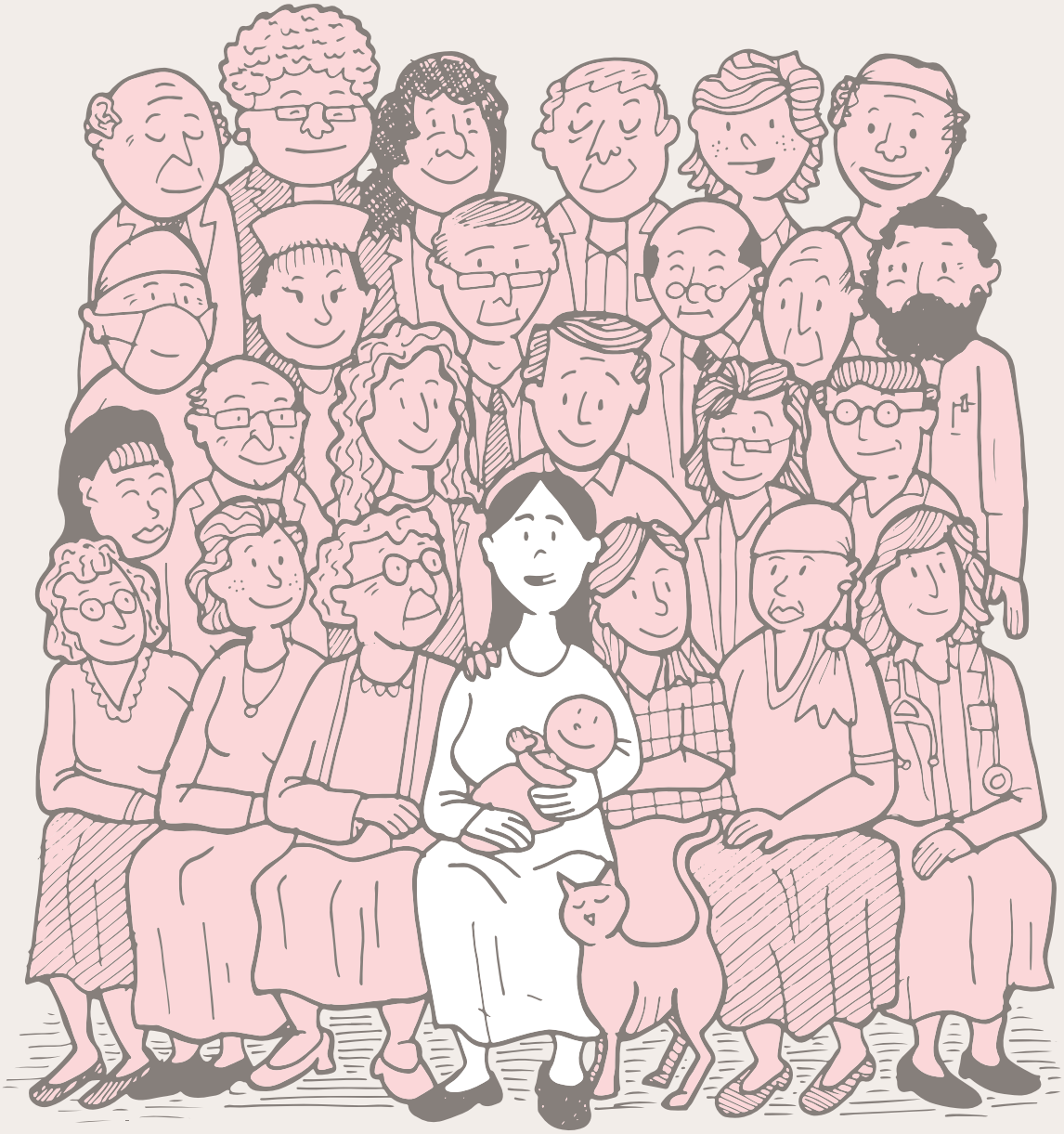
Lleva una libreta de notas a todas las consultas y no te quedes con dudas nunca. Puedes llevar tus preguntas escritas para que no se te olviden con la angustia del momento.

Ayuda a tu pareja en las tareas del día a día en casa, con la cocina, los trastes, las compras y todo lo que se te ocurra.

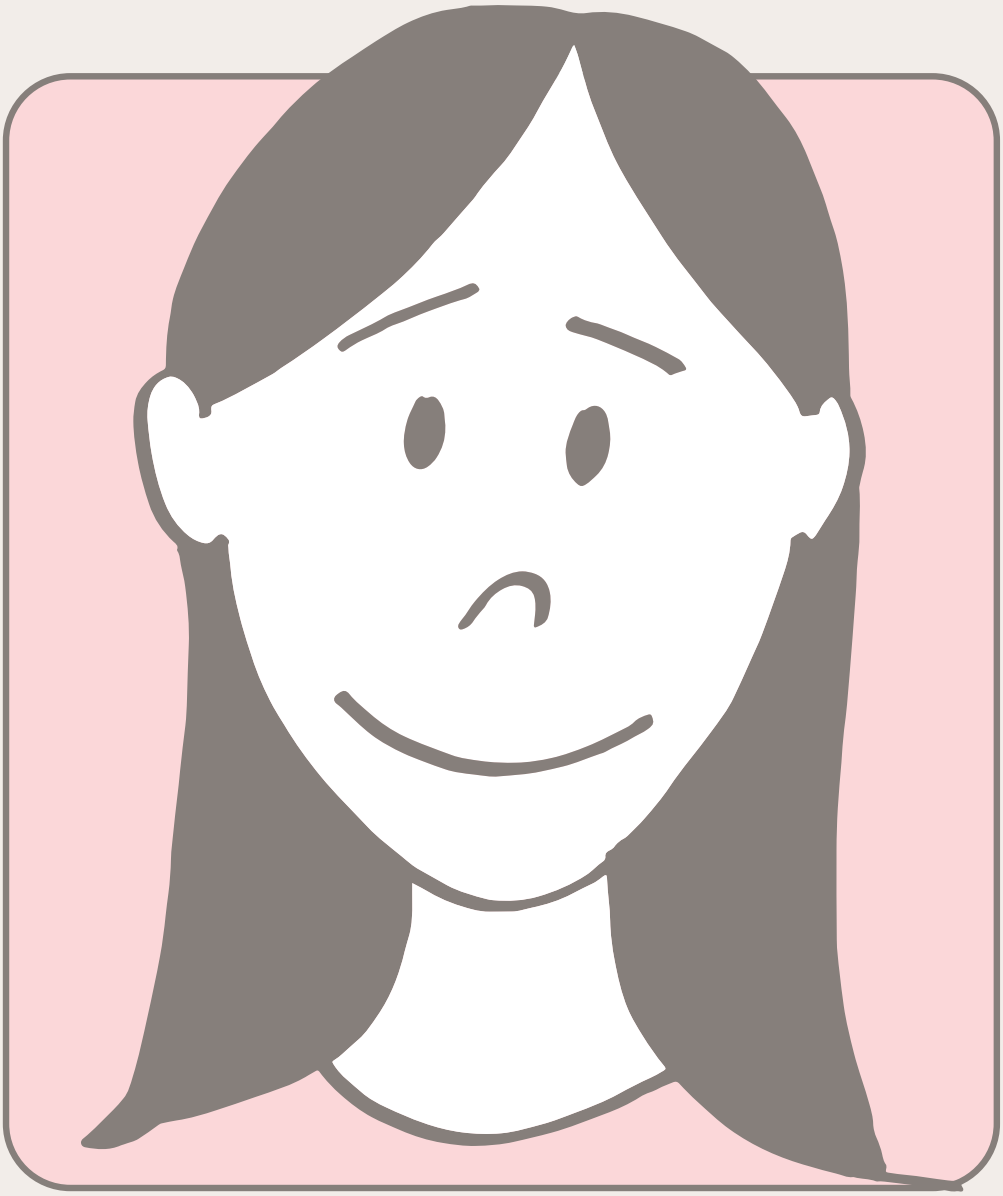
Muéstrale todo el cariño que le tienes, tócala, abrázala, apapáchala. Ella necesita escuchar palabras de cariño, amor y aliento. Hay que ser optimista.

otro consejo

Si te es muy difícil manejar la situación, solicita apoyo psicológico y busca grupos de ayuda.
En realidad nunca estamos solos.



Lo más importante de todo, es que sepas que tener cáncer de mama no es ni una sentencia ni una condena.



Con mucho cariño,
mucho entusiasmo y una buena
atención médica, puedes salir
adelante, ¡ya verás!

Si lo necesitas, el IMSS cuenta con un área para la atención al derechohabiente, en el número

01 800 623 2323

en un horario de 8:00 a 20:00 horas de lunes a viernes y Sábados, domingos y días festivos de 8:00 a 14:00 horas. Para ayuda por internet, entra a

www.imss.gob.mx/contacto

GOBIERNO DE
MÉXICO

IMSS