Publicado en *Coordinación General de Comunicación Social* (https://comsoc.udg.mx)

La mitad de las mujeres sufren problemas en los senos

Diario fallece una femina a causa de cáncer de mama

Estadísticamente, el 50 por ciento de las mujeres llegan a sufrir en alguna etapa de su vida cambios fibroquísticos en la mama, esto es, una alteración y crecimiento del tejido mamario.

Esta alteración, a pesar de que no es un tumor maligno, provoca síntomas dolorosos. Para el jefe de la Clínica de mama, del Hospital Civil “Fray Antonio Alcalde”, Manuel Cortés Anguiano, la mitad de las pacientes que se quejan de alguna molestia en los senos, es por estos cambios fibroquísticos.

“La causa es el desequilibrio entre los estrógenos y la progesterona. Las mujeres que tengan alteraciones menstruales, lo primero que deben hacer es controlar estas irregularidades, para que no se vayan acumulando y lleguen a provocar los cambios fibroquísticos”.

Las principales recomendaciones para evitar padecimientos en las mamas son: no consumir alimentos como café, refresco de cola, cacao, nueces, almendras, cacahuates, vino tinto, té verde y productos enlatados, los cuales contienen xantinas, sustancias fisiológicamente activas.

También deben incluir en la dieta diaria antioxidantes, los cuales están en alimentos con vitaminas E y C, verduras de hojas verdes y alimentos ricos en ácido fólico. Realizar ejercicio de manera frecuente también ayuda a reducir los riesgos.

Cortés Anguiano agregó que este padecimiento es la primera causa de consulta en la clínica, por lo que debe ser prevenido y tratado a tiempo, con el fin de que no provoque complicaciones, a pesar de que no significa el inicio de cáncer de mama.

El cáncer de mama no se desarrolla a partir de cambios fibroquísticos, pero diario fallece una mujer a causa de este cáncer. Las estadísticas señalan que una de cada 10 tiene posibilidades de padecer esta enfermedad.

“El cáncer de mama es multifactorial e incluso las mujeres que lo llegan a padecer, hasta el 50 por ciento no tiene un solo elemento de riesgo, y menos a partir de cambios fibroquísticos”, refirió el especialista.

Cortés Anguiano hizo énfasis en que el cáncer de mama no se puede prevenir. “La prevención del cáncer de mama, como tal, no existe. El cáncer de mama no se puede prevenir, se puede diagnosticar tempranamente (…) se puede diagnosticar precozmente, mediante exámenes clínicos como mastografía, ultrasonido, resonancia magnética o biopsias, y se puede curar siempre y cuando tengamos un diagnóstico oportuno para ofrecer porcentajes de sobrevida global y curación”.

En el caso de las mujeres mexicanas, entre los 45 y 55 años es la edad pico de incidencia de esta enfermedad. Sin embargo, la paciente más joven con cáncer de mama que es tratada en la clínica del nosocomio tiene 17 años, por lo que cada día mujeres más jóvenes la sufren.

El especialista recomienda que a partir de los 12 años, las mujeres se realicen autoexploraciones después de cada periodo menstrual. Entre los 35 y 37 años es necesario iniciar con la realización de mastografías periódicas, dependiendo de los antecedentes de cáncer en la familia.

Manuel Cortés exhortó a las madres para que enseñen a sus hijas la cultura de la revisión periódica de la salud femenina. “Es una obligación de las mujeres”.

Guadalajara, Jal., 9 de julio de 2008
Texto: Wendy Aceves
Fotografía: Internet
Edición de noticias: LCC Lupita Cárdenas Cuevas

Etiquetas:
cáncer [1]
Hospital Civil [2]
Medicina preventiva [3]
Salud Pública [4]

URL Fuente: https://comsoc.udg.mx/noticia/la-mitad-de-las-mujeres-sufren-problemas-en-los-senos

Links
[1] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/cancer
[2] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/hospital-civil
[3] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/medicina-preventiva
[4] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/salud-publica