

Cáncer de Seno y de Ovario en su Familia

Tener antecedentes familiares de cáncer de mama y de ovario afecta el riesgo de una mujer de presentar estas enfermedades.

Con la excepción del cáncer de piel, el cáncer de mama es el tipo de cáncer más común en las mujeres; 7 de cada 100 mujeres tendrán cáncer de mama en algún momento de su vida hasta los 70 años; cerca de 1 de cada 100 mujeres tendrá cáncer de ovario en algún momento de su vida hasta los 70 años.

Aunque el cáncer de ovario es menos común, es mucho más difícil de detectar y a menudo es más grave. La mayoría de los cánceres de mama y de ovario se presenta en mujeres después de los 50 años.

Del 5% al 10% de los cánceres de mama y de ovario se consideran hereditarios. Estos cánceres son producto de mutaciones hereditarias en importantes genes, tales como los genes *BRCA 1* y *BRCA 2* de predisposición al cáncer de mama. Los cánceres hereditarios a menudo afectan a varios miembros de la familia y ocurren a temprana edad. Es probable que usted tenga un riesgo mayor de heredar mutaciones de genes BRCA1/2 si sus antecedentes familiares incluyen lo siguiente:

- Tener varios parientes con cáncer de mama u ovario.
- Tener familiares que tengan cáncer de mama antes de los 50 años.
- Tener familiares con cáncer en ambas mamas.
- Un pariente que tenga cáncer de mama y ovario.
- Un pariente hombre con cáncer de mama. (los hombres pueden tener cáncer de mama también, puede pasar a cualquier edad, pero es mas común después de los 60 años).

Hay muchos factores que pueden ayudar a reducir el riesgo de cáncer de mama y ovario.

- Mantenga un peso saludable.
- Haga ejercicio regularmente, como mínimo 30 minutos diarios.
- Duerma de 7 a 9 horas diarias.
- Limite el consumo de alcohol a 1 al día.
- No fume

La detección del cáncer de mama consiste en una radiografía de la mama (mamografía). Es el mejor método de detección temprana. Se recomienda hacerla después de los 40 años. Hable con su médico para saber cuando y con que frecuencia se debe hacer la mamografía. También existen otros exámenes clínicos de mama como el auto examen (cuando usted misma se palpa las mamas para detectar algún bulto, cambio de tamaño). Examen donde su médico palpan la mama para detectar cualquier alteración. La prueba del papanicolaou no detecta el cáncer de ovario. El único cáncer que puede detectar la prueba del papanicolaou es el cáncer de cuello uterino. Por eso es importante reconocer los signos de advertencia del cáncer de ovario:

- Sangrado o secreción vaginal que no es normal·Dolor en el área pélvica o abdominal· Dolor de espalda
- Sensación de llenura en el área debajo del abdomen·Sensación de llenura rápida después de comer
- Cambios en los hábitos de ir al baño, orinar con frecuencia, tener diarrea o estreñimiento.

Mientras más temprano se detecte y se trate el cáncer, habrá mas posibilidad de que el tratamiento sea más eficaz. Si necesita mas información llame al Departamento de Salud a Ana Coppola 515-323-5227.