



¿Cuánto cuesta atender el cáncer de mama en México?



La enfermedad mata a una mexicana cada dos horas. Cada caso requiere entre 40 mil y 400 mil pesos de inversión en tratamiento.

El **cáncer de mama** es la **primera causa de muerte** entre las mujeres de México, mientras que, en todo el mundo, cada minuto muere una mujer a causa de esta enfermedad cuya lucha ha adoptado el **color rosa** como símbolo mundial. Cada año, este mal mata a más de tres mil 500 mexicanas, según cifras oficiales.

La magnitud de esta problemática de salud llevó a la Secretaría de Salud desarrolló el **Plan Nacional Contra el Cáncer**. Para darse una idea, las enfermedades relacionadas con el cáncer afectan, cada año, a 120 mil mexicanos (y a más de siete millones de personas en todo el mundo), de esos casos 600 mil son causados por cáncer de mama.

Por si esto fuera poco, las previsiones de Alejandro Mohar, director general del **Instituto Nacional de Cancerología**, son que la cifra se duplicará dentro de los próximos 20 años.



Una Enfermedad Curable



Según información de la **Secretaría de Salud**, el cáncer de mama consta de **cinco etapas** que van de la cero a la cuatro.

Conforme la enfermedad avanza, las posibilidades de supervivencia se reducen.

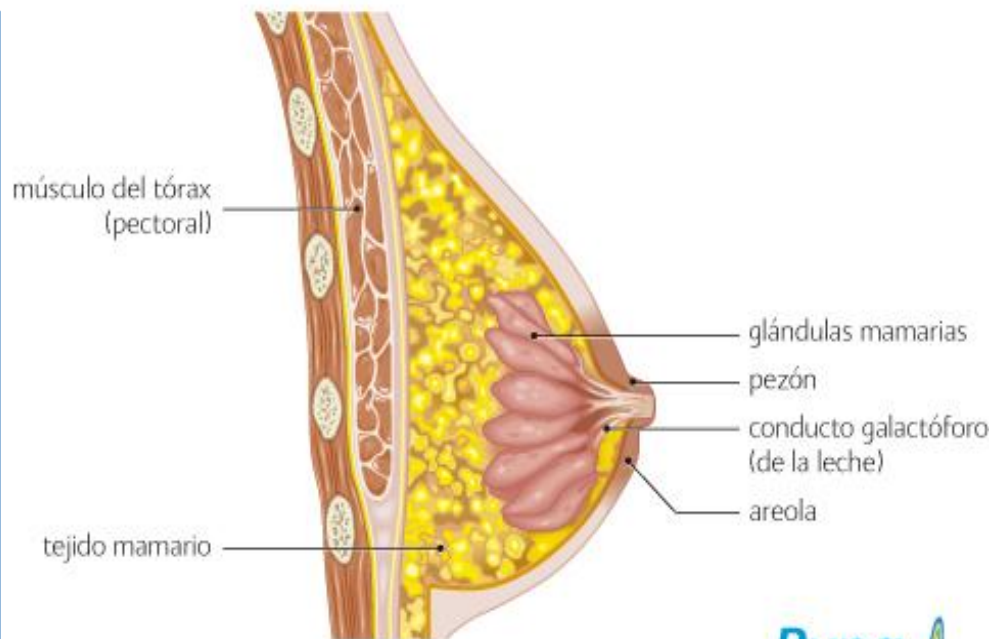
Sin embargo, los **pacientes** tienen 95%, 88% y 66% de **probabilidades de sobrevivir** si descubren la enfermedad en las primeras tres etapas. A partir de la cuarta, el porcentaje de supervivencia es de poco más de uno de cada tres, mientras que en la etapa más avanzada (IV) del cáncer, sólo un 7% de los pacientes sobreviven.

Causas y síntomas



El cáncer de mama lo provoca un crecimiento anormal de las células en los tejidos de **glándulas mamarias** y aunque no existe una causa definida, algunos comportamientos pueden incrementar el riesgo de padecerlo.

Tener el primer **embarazo** después de los 35 años de edad, entrar en la etapa de **menopausia**, menstruar antes de los 12 años, tener antecedentes familiares de cáncer de mama y usar varios tipos de **anticonceptivos** combinados son algunos de ellos.



A su vez, tener el **pecho inflamado**, **bultos** en los senos o axilas, dolor en los pezones y piel irritada son algunos de los síntomas que pueden llevar a descubrir este tipo de cáncer.



La clave está en prevenir

Para prevenir, los **doctores** recomiendan una **dieta** que incluya frutas y verduras, hacer **ejercicio**, consumir pocas grasas de origen animal, alcohol y controlar el **peso** para evitar la obesidad y el sobrepeso.

Asimismo, el **sistema de salud público** recomienda las mujeres realizarse un **chequeo** general de forma periódica a partir de los 25 años de edad, así como una **mastografía**, es decir, una **radiografía** de las mamas, incluso si la persona no presenta síntomas del cáncer.

EL MOMENTO INDICADO
PARA HACERTE EL AUTOEXAMEN
ES 8 DÍAS DESPUÉS
DEL PRIMER DÍA DEL PERÍODO

Si no tienes período o éste es irregular,
debes hacerte el examen el mismo día de cada mes.

AUTOEXAMEN EN 4 PASOS

<http://www.atenciondelamujer.com.mx/temas-interes/cancer-de-seno.php>

También ten en cuenta que:

Después de los 35 años todas las mujeres deben comenzar a hacerse chequeos periódicamente y realizarse diversos exámenes mamarios que puedan prevenir el cáncer o detectarlo a tiempo.

También puedes realizar una simple acción en tu hogar. Toca tus senos para detectar cualquier quiste que aparezca y si notas un pequeño bulto detrás del pezón, debes consultar a un médico inmediatamente.



CONCIENCIA Y PREVENCIÓN

OCTUBRE

Más información:

<http://www.azegurate.com>

<http://www.youtube.com/watch?v=xW5mxI266NY>

<http://www.bupalud.com.mx/salud-bienestar/vida-bupa/c%C3%A1ncer-del-seno>

The main graphic features a large pink awareness ribbon in the center, a white silhouette of a woman on the right, and a background of light pink floral patterns on a darker pink gradient.