



Factores de riesgo del cáncer de seno



1 de cada 8 mujeres será diagnosticada con cáncer de seno en algún momento de su vida.

Es el segundo cáncer más común y la segunda causa más común de muerte por cáncer en las mujeres en los Estados Unidos. Al conocer su riesgo, puede tomar una decisión informada que sea la más adecuada para usted.

Factores de riesgo del cáncer de seno

Un **factor de riesgo** es cualquier cosa que aumente sus probabilidades de padecer una enfermedad, como el cáncer de seno.

La mayoría de las personas que padecen cáncer de seno tienen pocos o ningún factor de riesgo conocido. Los factores de riesgo sólo aumentan la probabilidad de que una persona padezca cáncer de seno.

Tener un factor de riesgo **no** significa necesariamente que vaya a padecer cáncer de seno. Los factores de riesgo no pueden determinar si una persona padecerá o no cáncer de seno.

En función de sus factores de riesgo, su proveedor de atención médica puede sugerirle distintos tipos de pruebas o recomendarle que comience antes a hacerse pruebas para la detección del cáncer de seno.

Por eso es importante hablar con un proveedor de atención médica sobre sus factores de riesgo. Juntos pueden decidir cuál es el mejor plan de detección del cáncer de seno para usted.

Factores de riesgo que se pueden cambiar

Algunos cánceres de seno podrían prevenirse mediante cambios en el estilo de vida. A continuación se presentan algunos factores de riesgo que puede cambiar para reducir su riesgo:

Es mejor no beber alcohol. El riesgo de padecer cáncer de seno aumenta cuando bebe más alcohol.

Haga tanta actividad como sea posible. Las mujeres que realizan actividad física con regularidad tienen entre un 10% y un 20% menos de riesgo de padecer cáncer de seno.

Tenga como objetivo realizar entre 2½ y 5 horas de actividad cada semana. Si no está activa ahora, comience lentamente y aumente de forma gradual con el tiempo.

Llegue y manténgase en un peso saludable. El exceso de grasa corporal puede aumentar su riesgo de padecer cáncer de seno. Pregúntele a su equipo de atención médica cuál sería un peso saludable para usted.

Si actualmente toma o está pensando en tomar terapia hormonal, hable con un médico sobre los riesgos y beneficios.

La **lactancia materna** podría reducir ligeramente el riesgo.

Conozca sus antecedentes familiares. Su riesgo aumenta si uno o más de sus familiares tiene (o ha tenido) cáncer de seno.

Factores de riesgo que no se pueden cambiar

Algunos factores de riesgo del cáncer de seno no pueden modificarse. Pero es importante saber si los tiene para poder hablar de su riesgo con un proveedor de atención médica. Algunos de estos factores de riesgo aumentan su riesgo más que otros.

Antecedentes personales del cáncer de seno. Si ha tenido cáncer de seno en un seno, tiene un mayor riesgo de presentar un nuevo cáncer en el otro seno, o en otra parte del mismo seno.

Antecedentes familiares del cáncer de seno. Si tiene un familiar de primer grado (madre, hermana o hija), su riesgo es casi el doble. Si tiene dos familiares de primer grado, su riesgo es aproximadamente tres veces mayor.

Cambios genéticos hereditarios. Entre el 5% y el 10% de todos los cánceres de seno femeninos están relacionados con mutaciones genéticas hereditarias (cambios en el ADN que se transmiten de padres a hijos).

- En promedio, una mujer con una mutación *BRCA1* o *BRCA2* tiene hasta 7 en 10 posibilidades de padecer cáncer de seno antes de los 80 años. Este riesgo aumenta si más miembros de la familia han padecido cáncer de seno.
- Otras mutaciones genéticas menos comunes (como *PALB2* o *TP53*) también pueden causar cáncer de seno hereditario.

Si tiene antecedentes familiares de cáncer de seno o cambios genéticos hereditarios, es posible que su proveedor de atención médica le pida que consulte a un asesor genético. También pueden sugerir ciertos medicamentos o procedimientos para ayudar a reducir su riesgo.

Radiación en el pecho. Las personas que han recibido radiación cerca del pecho tienen un riesgo mucho mayor de padecer cáncer de seno.

Tejido mamario denso. Las personas cuyos senos aparecen densos en los mamogramas tienen un mayor riesgo de padecer cáncer de seno. El tejido mamario denso también puede dificultar la visualización de los cánceres en los mamogramas.

Ciertas afecciones del seno. Algunas afecciones no cancerosas (benignas) del seno pueden aumentar el riesgo de cáncer de seno.

Años de menstruación. Si comenzó a tener períodos menstruales antes de los 11 años o atravesó la menopausia después de los 55 años, podría tener un riesgo ligeramente mayor de cáncer de seno debido a una exposición más prolongada al estrógeno y a la progesterona.

Exposición al dietilestilbestrol (DES, por sus siglas en inglés). Las mujeres que recibieron durante el embarazo un medicamento similar al estrógeno denominado DES tienen un riesgo ligeramente mayor de padecer cáncer de seno.

Ser más alta. Las mujeres más altas tienen un mayor riesgo de padecer cáncer de seno. Las razones no están claras, pero podrían estar relacionadas con factores que afectan el crecimiento temprano.

Edad. La mayoría de los cánceres de seno se detectan en mujeres de 55 años o más, pero las mujeres de cualquier edad pueden padecer cáncer de seno.

Sexo biológico. Cualquiera puede padecer cáncer de seno, pero es mucho más común en quienes nacieron mujeres.

Hable con un proveedor de atención médica sobre sus factores de riesgo y las pruebas para la detección del cáncer seno.

Cáncer de seno en los hombres

El cáncer de seno en personas que han nacido varones es poco frecuente, pero puede ocurrir. Cuando esto sucede, es más probable que se diagnostique en una etapa posterior o más avanzada. Los factores de riesgo del cáncer de seno masculino incluyen:

- Mutaciones del gen *BRCA1* o *BRCA2*
- Antecedentes familiares de cáncer de seno o de ovario
- Síndrome de Klinefelter
- Trastornos testiculares
- Ginecomastia (agrandamiento de los senos)
- Diabetes y obesidad

Inequidades en el cáncer de seno

Si bien el cáncer de seno es ligeramente más frecuente en las mujeres de raza blanca, las tasas de mortalidad de las mujeres de raza negra son un 40% más altas.

- A las mujeres de raza negra se les diagnostica con mayor frecuencia en una etapa más avanzada, cuando es más probable que el cáncer se haya propagado y puede ser más difícil de tratar.
- Las mujeres de raza negra presentan tasas más altas de cáncer de mama triple negativo (TNBC, por sus siglas en inglés), un tipo agresivo de cáncer de seno. El TNBC también tiene más probabilidades de desarrollarse en mujeres que no han pasado por la menopausia y son más jóvenes.
- Aunque las alteraciones de los genes *BRCA1* y *BRCA2* son más frecuentes en las mujeres de raza negra, estas personas tienen menos probabilidades de que les realicen o les ofrezcan pruebas genéticas.

Recursos para la evaluación del riesgo de cáncer de seno

Los recursos de evaluación del riesgo pueden ayudar a obtener una estimación de su riesgo de cáncer de seno en función de diferentes factores.

No existe un recurso estándar, por lo que diferentes recursos podrían brindar diferentes estimaciones de riesgo para la misma persona.

Uno de ellos es el Recurso para la evaluación del riesgo de cáncer de seno (BCRAT, por sus siglas en inglés) del Instituto Nacional del Cáncer, también conocido como Modelo Gail. Calcula su riesgo de padecer cáncer de seno invasivo en los próximos 5 años y a lo largo de su vida.

Tenga en cuenta que: Los recursos de evaluación del riesgo no pueden predecir si padecerá o no cáncer de seno. Siempre debe discutir los resultados con un proveedor de atención médica.



Visite el sitio web de la American Cancer Society en: cancer.org/cancerdeseno o llámenos al **1-800-227-2345** para informarse más al respecto. Estamos aquí cuando usted nos necesite.



cancer.org | 1.800.227.2345

©2024, American Cancer Society, Inc.
No. SPA070201 Rev.11/24
Modelos usados solo para fines ilustrativos.

