

## Sentirse fortalecido comienza con la información

**S**u mundo cambia cuando nos enteramos de que tenemos un cáncer de mama avanzado. Tanto si le han diagnosticado un cáncer metastásico como si ha reaparecido o progresado desde un estadio inicial, tómese su tiempo para asimilar la noticia y, luego, busque formas de fortalecerse. Quizá lo ayude saber que no está sola. La comunidad del cáncer de mama avanzado es un grupo unido y bien informado de sobrevivientes, profesionales sanitarios y defensores que están preparados y dispuestos a ofrecer guía y apoyo.

### ¿POR DÓNDE EMPEZAR?

Para sentirse más dueño de su situación, puede ser de ayuda identificar las partes de su vida que puede controlar. Use estas sugerencias para empezar.

- 1. Encuentre un médico/centro de tratamiento** con experiencia en el tratamiento de su tipo o subtipo de cáncer de mama.
- 2. Busque una segunda opinión.** Según la experiencia de cada médico, las recomendaciones pueden variar.
- 3. Aprenda todo** lo que pueda sobre su diagnóstico.
- 4. Rodéese de apoyo.** Recorra a las personas de su vida que le brindan apoyo y conéctese con otros sobrevivientes en grupos de apoyo en línea y presenciales.
- 5. Conozca a** su coordinador asistencial o trabajador social.

### ENTENDER UN DIAGNÓSTICO DE CÁNCER DE MAMA AVANZADO

El cáncer de mama avanzado es un diagnóstico que se aplica a la enfermedad localmente avanzada y metastásica. Localmente avanzado describe el cáncer de mama que ha progresado pero aún no se ha diseminado fuera de la mama o más allá de los ganglios linfáticos locales. Se trata normalmente del estadio III y se trata con intención curativa. El cáncer de mama metastásico describe las células malignas (cancerosas) que se originaron en el tejido mamario y que se han desprendido y desplazado a través del torrente sanguíneo o los vasos linfáticos a uno o más lugares distantes del organismo. Cuando esto ocurre, el cáncer se estadia o se eleva a estadio IV.

Después de los ganglios linfáticos, los lugares más frecuentes de metástasis del cáncer de mama son los huesos, los pulmones, el cerebro y el hígado. Independientemente de a dónde se disemine, sigue considerándose cáncer de mama y se tratará como tal.

También denominado cáncer de mama metastásico o enfermedad en estadio IV, el cáncer de mama avanzado puede detectarse en el momento del diagnóstico (lo que se denomina de novo). También puede detectarse en un examen de seguimiento tras el tratamiento de un cáncer de mama en estadio inicial o debido a la aparición de nuevos síntomas.

Dado que en la actualidad no existe cura para el cáncer de mama metastásico, el objetivo del tratamiento es ralentizar el crecimiento del cáncer o detener su progresión durante el mayor tiempo posible, y controlar, al mismo tiempo, los efectos secundarios. Tenga en cuenta que no todos los cánceres de mama avanzados son iguales. Se han identificado múltiples subtipos de cáncer de mama y los investigadores siguen descubriendo diferencias en la forma en que estos cánceres crecen y responden al tratamiento. Estos avances están permitiendo a muchas personas con cáncer de mama avanzado controlar su enfermedad y llevar una vida feliz y plena.

A continuación se enumeran algunos tipos de cáncer de mama con potencial de metástasis:

- El carcinoma ductal invasivo, el más frecuente, se origina en el revestimiento de los conductos galactóforos de la mama cuando las células anormales crecen sin control, formando una masa que se extiende desde los conductos al tejido mamario normal.
- El carcinoma lobulillar invasivo, el segundo más frecuente, comienza en los lobulillos

(glándulas que producen leche) y se extiende al tejido normal circundante.

- El cáncer de mama inflamatorio (CMI) es una forma poco frecuente y muy agresiva que crece rápidamente y se clasifica automáticamente como estadio III o estadio IV, dependiendo de si se ha diseminado o no. El CMI tiende a diseminarse rápidamente, lo que dificulta su tratamiento. La mayoría de los casos son carcinomas ductales invasivos en los que las células cancerosas bloquean los vasos linfáticos, provocando la acumulación de líquido linfático. Esto provoca sensibilidad, hinchazón, enrojecimiento y dolor en las mamas. La piel de los senos puede engrosarse y parecer picada como una piel de naranja.

### SI SE ENTERA DE QUE SU CÁNCER DE MAMA ES HEREDITARIO...

Informar a su familia es fundamental. Las personas que han heredado anomalías en algunos genes relacionados con el cáncer de mama tienen una mayor probabilidad de desarrollar cáncer de mama o cáncer de ovario.

Los genes BReast CAncer 1 (*BRCA1*) y BReast CAncer 2 (*BRCA2*) son los genes de susceptibilidad hereditaria más comunes, y su médico puede realizar pruebas para otros. Las pacientes con cáncer de mama recién diagnosticado que presentan una mutación *BRCA* se enfrentan a un mayor riesgo de tener otro nuevo cáncer de mama.

Tener una mutación hereditaria significa que el riesgo de tener cáncer es mayor. Hay formas de reducir el riesgo, como la cirugía preventiva, la medicación o los cambios en el estilo de vida. Lo más probable es que las pruebas frecuentes permitan una detección precoz.

Los factores de riesgo que sugieren que una persona es portadora de la mutación *BRCA* incluyen antecedentes familiares de cualquier cáncer o de múltiples cánceres, especialmente cánceres poco frecuentes, cáncer de ovario y cáncer de mama en hombres, cáncer a una edad temprana, cáncer de mama triple negativo (*ER-*, *PR-*, *HER2-*) (TNBC), cierta ascendencia (como la herencia judía asquenazi) y antecedentes personales de TNBC. ■