

Lucha contra el Cáncer de mama desde el Hospital Quirónsalud Bizkaia: prevención, autoexploración y detección temprana

El pronóstico es positivo, la tasa de supervivencia en 5 años es del 82,8% y del 99% en casos de enfermedad localizada únicamente en la mama, según la AECC

En 2023, el País Vasco registraron 4.984 nuevos casos de cáncer de mama, según las cifras del Observatorio de la Asociación Española Contra el Cáncer (AECC). A nivel nacional, esa cifra ascendió a 35.301 diagnósticos, siendo esta enfermedad responsable de aproximadamente el 30% de los cánceres diagnosticados en mujeres, según la Agencia Internacional para la Investigación sobre el Cáncer. Aunque el pronóstico de la AECC es positivo, la tasa de supervivencia en 5 años es del 82,8% y del 99% en casos de enfermedad localizada únicamente en la mama.

En el primer semestre de 2024, el programa de cribado de Osakidetza detectó 423 tumores malignos en mujeres del País Vasco, lo que subraya la relevancia de los programas de detección precoz. Ignacio Lobo, jefe del Servicio de Ginecología y Obstetricia de Quirónsalud Bizkaia, resalta la importancia de que las pacientes sean activas en el control de su salud: "Generalmente, los servicios de salud empiezan con los cribados a partir de los 50 años, pero nosotros en consulta solemos empezar con estos cribados desde los 40. Puede ser anual o bianual en función de la edad y las condiciones personales de las pacientes, -explica- pero lo importante es acudir a esas llamadas de cribado para hacerse las pruebas".

"Es fundamental que las pacientes tomen el control de su salud. La autoexploración mensual, combinada con las visitas al especialista, son claves para una detección temprana. Si se nota cualquier bultito, dureza o cambio en la mama, es crucial acudir a un profesional de inmediato", explica el ginecólogo. El doctor Lobo también indica que, en las primeras autoexploraciones, conocer el tejido de las mamas puede ser extraño para las mujeres, pero que, con el tiempo, las pacientes aprenden a reconocer lo que es normal en su cuerpo, y esto les permite identificar "cualquier anomalía rápidamente".

Exploraciones radiológicas

Además de la autoexploración, es importante acudir a revisiones periódicas y seguir las indicaciones de los profesionales de salud: "Realizarse exploraciones radiológicas, como mamografías o ecografías, cuando el ginecólogo lo aconseje es fundamental. A veces se combinan ambas pruebas para una mejor precisión en la detección", advierte. Asimismo, llevar a cabo un estilo de vida saludable que incluya no fumar, mantener un peso adecuado y seguir una dieta equilibrada puede reducir significativamente el riesgo de desarrollar esta enfermedad. Igualmente, la actividad física regular no solo contribuye al bienestar general, sino que también ayuda a fortalecer el sistema inmunológico, lo que es crucial en la lucha contra el cáncer.

Este Día Internacional del Cáncer de Mama recuerda que la prevención y la detección precoz siguen

siendo las mejores herramientas para reconocer la enfermedad a tiempo. Desde Quirónsalud Bizkaia, animamos a todas las mujeres a ser proactivas en el cuidado de su salud y a acudir a las revisiones recomendadas.

Datos de contacto:

Andrea Mercado
Hospital Quirónsalud Bizkaia
639434655

Nota de prensa publicada en: [Bizkaia](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Sociedad](#) [País Vasco](#) [Investigación Científica](#) [Otros Servicios](#) [Servicios médicos](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>