

DATOS CÁNCER DE MAMA 2019

El cáncer de mama se mantiene en 2º lugar en incidencia en España con 33.307 casos nuevos en 2019

- Epidemiología

Incidencia actual¹ y previsión de incidencia de mujeres afectadas por cáncer de mama:

- 33.307 nuevos casos de cáncer de mama en el año 2019
- Un cuarto de la población femenina afectada son mujeres de Madrid y Barcelona
- 30.978 nuevos casos de cáncer de mama en el año 2012
- Entre el 2012 y el 2019 ha habido un incremento del 7,5%
- El cáncer de mama en España tiene una tasa de supervivencia a 5 años superior al 90%. Lo que significa que más de 90 de cada 100 personas que padecen cáncer de mama continúan vivas 5 años después de haber sido diagnosticadas.
- **Se estima que un 16% de las mujeres que fueron diagnosticadas de cáncer de mama en España, durante el año 2017, tenían una situación de riesgo socioeconómico en el momento del diagnóstico.** Para un total de 4.223 mujeres en edad laboral, ya sea por encontrarse en desempleo (con o sin prestación), ser trabajadoras por cuenta propia, y/o disponer de bajos ingresos, el cáncer supone un serio agravante a su situación socioeconómica previa.
 - Un total de **2.030 mujeres en situación de desempleo se diagnostican cada año de cáncer de mama.**
 - **1.252 mujeres diagnosticadas de cáncer de mama son autónomas,** es decir, e trabajan por cuenta propia.
 - **941 mujeres trabajadoras por cuenta ajena con rentas inferiores al SMI son diagnosticadas de cáncer de mama**

A esta situación se suma que, además de contar con bajos ingresos, las mujeres afectadas también tienen que asumir 150€ aproximadamente, al mes, de gastos derivados de la enfermedad (aumentando el gasto en salud del presupuesto familiar, de un 3% en situación de ausencia de enfermedad, a un 7% al 11% en situación de enfermedad)¹.

¹ Observatorio del Cáncer AECC

- Las mujeres afectadas por cáncer de mama suponen un 0,12% de la población total² de mujeres a partir de 15 años
- Las mujeres entre 15 y 65 años afectadas por cáncer de mama suponen un 0,10% de la población total³ de mujeres entre 15 y 64 años.
- El total de mujeres mayores de 65 años afectadas por cáncer de mama suponen un 0,24% de la población total⁴ de mujeres mayores de 65 años.

- **Actividad de la AECC**

Apoyo y acompañamiento: 15.017 mujeres con cáncer de mama fueron atendidas en los servicios de apoyo de la AECC. Los servicios prestados por la AECC giran desde el acompañamiento a través del voluntariado hasta la atención psicológica especializada, atención social, programas de bienestar, rehabilitación física y atención médica-sanitaria.

Investigación: la AECC tiene actualmente 24 proyectos de investigación en cáncer de mama por un total de 6,3M€

- **Impacto del cáncer de mama**

En el momento del diagnóstico de cáncer de mama y a lo largo de todo el proceso de enfermedad, es frecuente que la persona, la familia y el entorno tenga que adaptarse a diferentes cambios que en muchas ocasiones supongan un impacto en todos los ámbitos: emocional, personal, familiar, físico, laboral, económico, etc.

○ **Impacto emocional**

En el momento del diagnóstico de cáncer de mama, durante los tratamientos e incluso después con la vuelta a casa, es frecuente que la persona, la familia y el entorno tenga que adaptarse a diferentes cambios y procesos de toma de decisión que, en muchas ocasiones, suponen un elevado nivel de estrés y un impacto emocional importante.

Aunque los avances técnicos y científicos han sido notables en los últimos años, el tratamiento del cáncer sigue siendo agresivo y difícil de afrontar. Los tratamientos pueden suponer una interrupción en la vida cotidiana y, en ocasiones, una gran incertidumbre con respecto al futuro. La hospitalización, los miedos ante las pruebas médicas, la falta de información sobre los tratamientos, los efectos secundarios y secuelas... son situaciones muy frecuentes que pueden crear un gran malestar emocional o distrés a la hora de enfrentarse a la experiencia de vivir con una enfermedad como el cáncer de mama.

Por otra parte, la fatiga, los cambios en la apariencia física como consecuencia de los tratamientos (cirugía de la mama, caída del cabello, aumento o pérdida de peso, etc.) pueden

² Según el INE 2016, la población total de mujeres a partir de 15 años es de 20.314.442 personas.

³ Según el INE 2016, la población total de mujeres españolas entre 15 y 64 años es de 15.374.434 personas.

⁴ Según el INE 2016, la población total de mujeres españoles mayores de 65 años es de 4.940.008 personas.

conllevar alteraciones en la imagen corporal que generen inseguridad y baja autoestima en las personas afectadas pudiendo llegar a afectar a la relación de pareja y relaciones sexuales.

En este sentido, algunas mujeres que han tenido un cáncer de mama experimentan cambios y alteraciones en su funcionamiento sexual como consecuencia de los tratamientos. Tras el tratamiento con quimioterapia y/o tratamiento hormonal suele aparecer una menopausia inducida que se puede acompañar de síntomas como sofocos, sequedad vaginal, cambios en el sueño o alteraciones emocionales además de pérdida del deseo sexual, entre otros.

Otras razones que pueden producir alteraciones en la función sexual son:

- Problemas psicológicos como ansiedad, depresión o estrés.
- Sentimientos de pérdida de atractivo físico, como consecuencia de la enfermedad o los tratamientos (cicatriz, pérdida o aumento de peso, alopecia, etc.), que generan inseguridad y falta de confianza,
- Aparición de otros factores como el cansancio físico, dolor...

Una vez que acaban los tratamientos, retomar la vida cotidiana puede suponer un nuevo reto que afrontar y que también requerirá nuevas energías y recursos. Temor, vulnerabilidad, incertidumbre o indefensión forman parte de las experiencias subjetivas de las personas que han sufrido un cáncer y que condicionan su vida después de este. Uno de los principales miedos y, quizás el más frecuente, es el miedo a la recaída, que puede definirse como el temor significativo y mantenido en el tiempo a que la enfermedad reaparezca.

Desde el plano emocional, las recomendaciones que puede seguir una persona con cáncer de mama son.

- Informarse adecuadamente.
- Conocer y permitirse expresar las emociones. No esperar a estallar, mostrar su malestar, rabia o tristeza cuando todavía no sea muy intensa.
- Rodearse de sus seres queridos. La comunicación con su pareja, familia, amigos, médico... ayuda.
- Procurar continuar con aquellas actividades que antes hacía y que hacían sentir bien, pero sin exigirse demasiado.
- Cuidarse: alimentarse adecuadamente, respetar los horarios de sueño y descanso y practicar ejercicio físico de suave a moderado.
- No permitir que la enfermedad sea el centro de la vida.
- Disfrutar de lo positivo de cada momento. Intentar ser optimista. Aunque no podemos elegir las circunstancias que nos ha tocado vivir, sí podemos elegir cómo responder ante ellas.

Durante el año 2018, la AECC atención a 8.983 personas afectadas de cáncer de mama en el servicio de atención psicológica especializada de la AECC, de las cuales 7.425 eran pacientes y 1.558 familiares.

○ **Impacto personal, familiar y del entorno**

Hacer frente a un cáncer de mama puede suponer el impacto real en la esfera personal, familiar y personas más cercanas.

Durante los tratamientos, es posible que se den dificultades para la realización de las actividades básicas de la vida diaria o una pérdida de autonomía. Es importante que las personas con diagnóstico de cáncer sepan que existen recursos en este sentido.

Por otra parte, y como consecuencia de la enfermedad y los tratamientos pueden presentarse dificultades para mantener diferentes actividades realizadas en sociedad, y con ello, la pérdida de grupos de referencia. Es importante que la persona encuentre la manera de sentirse más cómoda, para que el proceso que está viviendo conlleve una complicación menos. Por otra parte, es esencial que su entorno no “menosprecie” la importancia que cada persona le da a su aspecto físico, puesto que puede ser una consecuencia altamente impactante y que da de lleno en nuestra autoimagen. Es recomendable que la persona pueda transmitir estas sensaciones con las personas más cercanas, siempre que lo desee.

También puede resultar positivo contactar con otras mujeres que han pasado por la misma situación. Compartir experiencias, emociones, y saber qué les ha ayudado a ellas puede resultar beneficioso a la hora de afrontar la situación.

Por otra parte, a nivel familiar, pueden producirse cambios en la dinámica. Una persona en situación de enfermedad requiere de muchísimo apoyo, esfuerzo y sacrificio. El cariño y la compañía son fundamentales, con lo que el acompañamiento familiar resulta esencial.

También es posible que, dentro de una unidad de convivencia, cada miembro se ocupe de tareas específicas. Tras un diagnóstico de una enfermedad como el cáncer, estas funciones cambian asumiendo cada uno/a nuevas tareas que también pueden conllevar una adaptación.

Igualmente, las relaciones pueden verse modificadas, temporal o definitivamente, por factores tanto psicológicos como físicos, pudiendo condicionar las relaciones de la paciente y sus familiares, con el resto de su contexto. Este impacto afecta de forma similar a la paciente y a su propia familia.

○ **Laboral y económico**

A nivel económico, el cáncer supone el incremento de un 3 a entre un 7% y un 11% del presupuesto dedicado a sanidad de una familia media. Cuando los ingresos son bajos o nulos, es imposible hacer frente a este gasto sin dejar otros también básicos.

El hecho de hacer frente a un diagnóstico de cáncer supone la reducción de los ingresos de forma casi asegurada (por las bajas laborales, posible pérdida de empleo, etc.) y la asunción de nuevos gastos (relacionados con la medicación, frecuentes desplazamientos, posibles ayudas técnicas, alimentación variada, etc.), sumado a la falta de previsión que se experimenta cuando la enfermedad es diagnosticada.

A nivel laboral, el impacto de la enfermedad puede ser muy elevado:

- Dificultad para mantener el ritmo laboral
- Posibles bajas temporales o permanentes
- Falta de legislación específica que regule y apoye a la persona.

- Personas autónomas desprotegidas
- Posible estigmatización por parte de la empresa
- Modificaciones en las tareas a realizar
- Posibles despidos o no renovaciones
- Desencadenamiento de posibles incapacidades o discapacidades derivadas de las secuelas de la enfermedad

- **Impacto físico**

Efectos secundarios: linfedema

Según la American Cancer Society⁵, el posible efecto secundario principal a largo plazo de la extirpación de los ganglios linfáticos axilares es el linfedema (hinchazón del brazo). Debido a que cualquier exceso de líquido en los brazos normalmente regresa al torrente sanguíneo a través del sistema linfático, la extirpación de los ganglios linfáticos algunas veces bloquea el drenaje del brazo, lo que causa la acumulación de este líquido. Esto ocasiona hinchazón del brazo.

Hasta el 30% de las mujeres a quienes se les hace una disección de ganglios linfáticos axilares completa padece linfedema. Además, ocurre en hasta el 3% de las mujeres que han tenido una biopsia de ganglio linfático centinela.

En la actualidad, a la mayoría de las pacientes se les realiza biopsia selectiva del ganglio centinela, por lo que el riesgo de linfedema es menor a un 3%.

Fertilidad y embarazo

Durante la administración de los tratamientos está totalmente desaconsejado quedarse embarazada, ya que estos fármacos pueden causar malformaciones en el feto.

El fallo de la función del ovario en mujeres sometidas a tratamiento hormonal y/o quimioterapia puede ser transitorio o definitivo, y es difícil predecir si el potencial de fertilidad de la mujer ha finalizado hasta que ha pasado un periodo de tiempo prolongado.

Por eso, es aconsejable que siempre se hable con el/la profesional de referencia y se solicite consejo especializado tras los tratamientos, en caso de desear tener hijos/as.

Para favorecer lo más posible la adaptación a este impacto es importante que se preste atención desde el primer momento, de cara a una recuperación integral, no sólo física sino también psicológica y social. Siempre es posible consultar a los especialistas y profesionales en todos aquellos aspectos que preocupen acerca de la experiencia de vivir con cáncer de mama.

⁵ <http://www.cancer.org/espanol/cancer/cancerdeseno/guiadetallada/cancer-de-seno-tratamiento-cirugia>
http://www.madrid.org/cs/Satellite?cid=1142655893380&pageid=1142655894185&pagename=PortalSalud%2FPTSA_Generico_FA%2FPTSA_pintarGenericoServiciosFAQ