

HOJA DE DATOS Factores que Aumentan y Disminuyen el Riesgo de Cáncer de Mama

Factores que INCREMENTAN el Riesgo de Cáncer de Mama

| Factor | Mecanismo |
|---|---|
| Alcohol | Incrementa la exposición a los estrógenos por daño hepático |
| Enfermedad proliferativa benigna de mama | Como resultado de incremento a la exposición de estrógenos |
| Genes BRCA | Defectos hereditarios en genes de defensa contra el cáncer |
| Tabaquismo | Daños al ADN a causa de los Benzopirenos |
| Esteroides Anticonceptivos (píldoras, parches, anillos vaginales, DIUs con estrógenos o formas inyectables) | Incremento a la exposición de estrógenos |
| Menarquia temprana (la edad en que menstruación comienza) | Incremento a la exposición de estrógenos |
| Sexo femenino | Incremento a la exposición de estrógenos |
| Grupo socioeconómico alto | Retardar la maternidad |
| Alta educación | Retardar la maternidad |
| Tratamiento de Reemplazo Hormonal (TRH) | Incremento a la exposición de estrógenos |
| Aumento de edad | Premenopausia: Incremento a la exposición de estrógenos Postmenopausia: Por daño de la función inmune |
| Aborto Inducido (provocado) | Lleva a aumentar el número de lóbulos mamarios inmaduros e incrementa el riesgo de nacimientos prematuros. Incrementa la exposición a los estrógenos. |
| Maternidad tardía (después de los 30 años) | Incrementa la exposición a los estrógenos de los lóbulos de Tipo 1 y 2 antes del primer nacimiento; abre una ventana amplia de susceptibilidad. |
| Menopausia tardía | Incremento a la exposición de estrógenos |
| Nuliparidad (nunca ha salido embarazada) | No ocurre la maduración de los lóbulos mamarios |
| Parto prematuro antes de las 32 semanas | Lleva a aumentar el número de lóbulos mamarios inmaduros. Incrementa la exposición a los estrógenos. |
| Obesidad post-menopáusica | Incrementa la exposición a los estrógenos |
| Radiación | Daños al ADN |
| Aborto espontáneo del segundo trimestre | Lleva a incrementar el número de lóbulos mamarios inmaduros |

Factores que DISMINUYEN el Riesgo de Cáncer de Mama

| Factor | Mecanismo |
|---|---|
| Lactancia Materna | Disminuye la exposición a estrógenos por la disminución de los ciclos menstruales y/o ovulación. |
| Vegetales crucíferos (ej., brócoli, coles de Bruselas, o suplementos DIM) | Los Indol-3-carbinol, disminuyen la exposición a los estrógenos, provocando que los estrógenos cambien de metabolitos activos estrogénicos a inactivos. |
| Menopausia temprana | Disminución a la exposición de estrógenos. |
| Ejercicio | Disminución a la exposición a estrógenos |
| Maternidad (especialmente cuando ocurre en la juventud) | Disminuye el número de lóbulos mamarios inmaduros |
| finales de la menarquia | Disminución a la exposición a estrógenos |
| Acidos grasos Omega 3 (ej., aceite de oliva, semilla de linaza, aceite de nuez) | Factores no conocidos |
| Ooforectomía (extirpación de los ovarios) antes de la menopausia | Disminuye la producción de estrógenos |
| Isoflavonoides de la soya (fitoestrógenos) | Pueden bloquear los receptores de estrógenos |

Factores Que NO TIENEN EFECTO sobre el Riesgo de Cáncer de Mama

| Factor | Razón |
|--|--|
| Grasas saturadas | El consumo de grasa saturadas no está relacionado con la obesidad |
| Abortos espontáneos en el primer trimestre | No aumentan los niveles de estrógenos en la forma en que se encuentran en los embarazos saludables |

Esta información es tomada de **Riesgos de Cáncer de mama y Prevención, Edición cuarta**, (Capítulo 15), por Angela Lanfranchi, MD, FACS & Joel Brind, PhD. (©2007 Breast Cancer Prevention Institute)

La Prevención del Cáncer de mama, los Riesgos y la Prevención folleto que cuarto de Edición y este Informe están disponibles ver en línea: www.bcpinstitute.org

Para folleto que ordena información, visita por favor el sitio web del Instituto de Prevención de Cáncer de mama o llama gratuito 1-866-622-6237 (1-86 no CANCER).

The Breast Cancer Prevention Institute is a research and educational 501(c)(3) public charity.