

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., brocoli, 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.