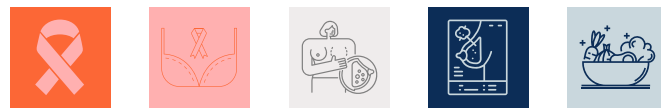




Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica y Control de Enfermedades. Av. Fidel Velázquez No. 805, Col. Vértice. C.P. 50150. Tel. (722) 2193887. Estado de México.



El cáncer de mama es un tipo de cáncer que se forma en las células de las mamas. Después del cáncer de piel, el cáncer de mama es el tipo más común diagnosticado en mujeres.



## cáncer de mama

- El cáncer de mama es un tipo de cáncer que se forma en las células de las mamas. Después del cáncer de piel, el cáncer de mama es el tipo más común diagnosticado en mujeres. Se puede presentar tanto en hombres como en mujeres; sin embargo, es mucho más común en las mujeres.
- Entre los signos y síntomas del cáncer de mama se pueden incluir los siguientes:
  - Un bulto o engrosamiento en la mama que se siente diferente del tejido que la rodea.
  - Cambio de tamaño, forma o aspecto de una mama.
  - Cambios en la piel que se encuentra sobre la mama, como formación de hoyuelos.
  - Inversión reciente del pezón.
  - Descamación, desprendimiento de la piel, formación de costras y pelado del área pigmentada de la piel que rodea el pezón (areola)

- o la piel de la mama.
- Enrojecimiento o pequeños orificios en la piel que se encuentra sobre la mama, como piel de naranja.
- Realizar cambios en tu vida cotidiana puede ayudar a reducir el riesgo de tener cáncer de mama. Intenta lo siguiente:
  - Consulta a tu médico/a sobre los análisis para detección del cáncer de mama.
  - Familiarízate con tus mamas a través del autoexamen para tomar conciencia sobre el cáncer de mama.
  - Si bebes alcohol, hazlo con moderación.
  - Haz ejercicio la mayoría de los días de la semana.
  - Limita la terapia hormonal posmenopáusica.
  - Mantén un peso saludable.
  - Elige una dieta saludable.



El cáncer de próstata es el cáncer que se forma en la próstata. En los hombres, la próstata es una glándula pequeña con forma de nuez, que produce el líquido seminal que nutre y transporta el espermatozoide.

- El cáncer de próstata es el cáncer que se forma en la próstata. En los hombres, la próstata es una glándula pequeña con forma de nuez, que produce el líquido seminal que nutre y transporta el espermatozoide.
- Es uno de los tipos más comunes de cáncer. Muchos cánceres de próstata crecen lentamente y permanecen limitados a la glándula prostática, en donde pueden no causar daño grave. Pero, si bien algunos tipos de cáncer de próstata crecen lentamente y pueden necesitar un tratamiento mínimo o no necesitar ningún tratamiento, otros tipos son agresivos y se pueden diseminar con rapidez.
- Puede no provocar signos ni síntomas en sus primeros estadios. El que está más avanzado puede causar signos y síntomas como:
  - Problemas para orinar.
  - Disminución en la fuerza del flujo de la orina.
  - Sangre en la orina.

- Sangre en el semen.
- Dolor de huesos.
- Pérdida de peso sin intentarlo.
- Disfunción eréctil.
- Puedes reducir el riesgo de padecer cáncer de próstata de la siguiente manera:
  - Sigue una dieta saludable con muchas frutas y verduras.
  - Elige alimentos saludables en lugar de tomar suplementos.
  - Haz ejercicio la mayoría de los días de la semana.
  - Mantén un peso saludable.
  - Habla con tu médico/a sobre un aumento en el riesgo de cáncer de próstata.



Fuente:  
 1. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/breast-cancer/symptoms-causes/syc-20352470>  
 2. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/prostate-cancer/symptoms-causes/syc-20353087>  
 3. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/cervical-cancer/symptoms-causes/syc-20352501>  
 4. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/colon-cancer/symptoms-causes/syc-20353669>  
 5. Comunicado CEVECE No. 024, fecha: 02/02/2024

El cáncer de cuello uterino es un tipo de cáncer que se produce en las células del cuello uterino, la parte inferior del útero que se conecta a la vagina.



## cáncercervicouterino

- El cáncer de cuello uterino es un tipo de cáncer que se produce en las células del cuello uterino, la parte inferior del útero que se conecta a la vagina.
- Varias cepas del virus del papiloma humano (VPH), una infección de transmisión sexual, juegan un papel importante en la causa de la mayoría de los tipos de cáncer de cuello uterino.
- Cuando se expone al virus del papiloma humano, el sistema inmunitario del cuerpo generalmente evita que el virus haga daño. Sin embargo, en un pequeño porcentaje de personas, el virus sobrevive durante años, contribuyendo al proceso que hace que algunas células del cuello uterino se conviertan en células cancerosas.
- Puedes reducir el riesgo de desarrollar cáncer cervical haciéndote pruebas de detección y recibiendo una vacuna que protege contra la infección por el virus del papiloma humano.
- El cáncer de cuello uterino en un estadio temprano generalmente no

produce signos ni síntomas. Los signos y síntomas del cáncer más avanzado incluyen:

- Sangrado vaginal después de las relaciones sexuales, entre períodos o después de la menopausia.
- Flujo vaginal acuoso y con sangre que puede ser abundante y tener un olor fétido.
- Dolor pélvico o dolor durante las relaciones sexuales.
- Para reducir tu riesgo de cáncer de cuello uterino, haz lo siguiente:
- Pregúntale a la o el médico acerca de la vacuna contra el virus del papiloma humano.
- Sométete a pruebas de Papanicolaou de rutina.
- Mantén relaciones sexuales seguras.
- No fumes.



## cáncer colorrectal

• Sabemos que no todos los defectos de nacimiento se pueden prevenir. Pero también sabemos que las mujeres pueden aumentar sus probabilidades de tener una/un bebé sano al manejar sus afecciones y adoptar comportamientos saludables antes de quedar embarazadas.

• Planifica por adelantado:

- Toma 400 microgramos (mcg) de ácido fólico todos los días. El ácido fólico es una vitamina B.
- Ve a un profesional de la salud con regularidad. Las mujeres deben ver a su médico/a cuando planifiquen un embarazo y comenzar a recibir atención médica prenatal tan pronto como que están embarazadas.

• Evita sustancias dañinas:

- El alcohol en todo momento durante el embarazo.
- Fumar cigarrillos.
- La marihuana y otras drogas.
- Prevenir infecciones.
- Evita sobrecalentar el cuerpo y trata la fiebre pronto.

• Escoge tener un estilo de vida saludable:

- Mantén controlada la diabetes.
- Intenta alcanzar y mantener un peso saludable.
- Habla con tu médico/a:
- Sobre los medicamentos.
- Sobre las vacunas.

• Las mujeres embarazadas son más propensas a tener casos graves de influenza (gripe), lo que incluye la hospitalización y también la muerte, en comparación con las mujeres que no están embarazadas. Las mujeres embarazadas que tengan influenza también tienen mayor riesgo de que se produzcan problemas graves con el embarazo, como tener un parto prematuro. Ponerse la vacuna contra la influenza es el primer paso, y el más importante, para protegerse de esta enfermedad. La vacunación contra la influenza durante el embarazo ha mostrado proteger tanto a la madre como a la o el bebé (por hasta 6 meses después del parto).



En 2024, la comunidad global conmemoró este 4 de febrero el Día Mundial contra el Cáncer bajo el lema "Por unos cuidados más justos" y se hace un llamado a unir nuestras voces como a actuar.



## en México

- A nivel mundial, se estima que hubo 20 millones de nuevos casos de cáncer y 10 millones de muertes por cáncer. La carga del cáncer aumentará aproximadamente en un 60% durante las próximas dos décadas, lo que afectará aún más a los sistemas de salud, a las personas y a las comunidades. Se prevé que la carga mundial por cáncer aumente a unos 30 millones de nuevos casos para el 2040, y el mayor crecimiento se producirá en países de ingresos bajos y medianos. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), el riesgo de presentar esta enfermedad se incrementa con la edad debido a la pérdida de eficacia de los mecanismos de reparación celular, propia del proceso de envejecimiento. Esta tendencia se observa en la información mundial de las defunciones, correspondiente al año 2023.
- En México en 2022 se registraron 847,716 defunciones: 10.6 % (89,574) se debió a tumores malignos. La tasa de defunciones por tumores malignos aumentó de 62.04 por cada 100 mil personas en 2012, a 68.92 en 2022. En 2022, Ciudad de México, Sonora, Veracruz, Colima, Morelos y Chihuahua fueron las entidades federativas con las tasas más altas de defunción por tumores malignos.
- En México en 2023, el cáncer continúa siendo la tercera causa de

muerte con el 8% del total de defunciones, es decir, más de 90,000 personas al año. Esto se debe a que el 60% de los casos son detectados en etapas tardías. Se diagnostican más de 195,000 casos de cáncer al año, los cuales tienen una tasa de mortalidad del 46%. Entre los tipos de cáncer que más afectan a los hombres se encuentran cáncer de próstata, colorrectal, estómago y pulmón; mientras que para las mujeres el tipo más común es el cáncer de mama, seguido del cáncer cérvico uterino, tiroides, colorrectal y de endometrio.

• Para el Estado de México a la semana 52 del Boletín Epidemiológico del 2023 se reportaron 3,071 casos de cáncer, considerando entre los principales el Tumor Maligno de Mama, Tumor Maligno de Cuello del Útero, Tumor Maligno de Próstata, Tumor Maligno del Estómago, Tumor Maligno del Colon y Recto, Tumor Maligno del Hígado y de las Vías Biliares Intrahepáticas. Con respecto al Cáncer Infantil fueron detectados 51 casos de Leucemias, presentándose la mayor detección de casos en las Jurisdicciones Sanitarias de Toluca, Amecameca y Cuautitlán, considerando en estas áreas la oportunidad de tener Hospitales de Concentración con Médicos Especialistas en el Área.

Nota: este tríptico es impreso en papel reciclable



Contacto



Opiniones

**Gobierno del Estado de México**

**Secretaría de Salud**

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica

y Control de Enfermedades

Fidel Velázquez 805, Col. Vértice,

Toluca, Estado de México, C.P. 50150

Teléfono: 01(722) 219 38 87

Si quieres estar en contacto con nosotros vía internet y realizar comentarios, visítanos en:

[www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/](http://www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/)

correo: [cevece@salud.gob.mx](mailto:cevece@salud.gob.mx)

o síguenos por:

