SERVICIO DE SALUD
DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

GERENCIA ÁREA SANITARIA IV
Hospital Universitario Central de Asturias

35º CONGRESO SESPM
SOCIEDAD ESPAÑOLA DE SENOLOGÍA Y PATOLOGÍA MAMARIA
11ª Reunión SETS

CONDUCTAS DE RIESGO Y ESTADO DE SALUD DE LAS MUJERES EN SEGUIMIENTO CON CÁNCER DE MAMA

Dania Calvo Rodríguez 1, María Álvarez Blanco 1, Ana Llaneza Folgueras 1, Andrea Marta Smith Plaza 1, Patricia Méndez Da Cuña 2, Alberto Lana Pérez 2, Begoña Alonso Martínez 1.

1: Hospital Universitario Central de Asturias. 2: Universidad de Oviedo.

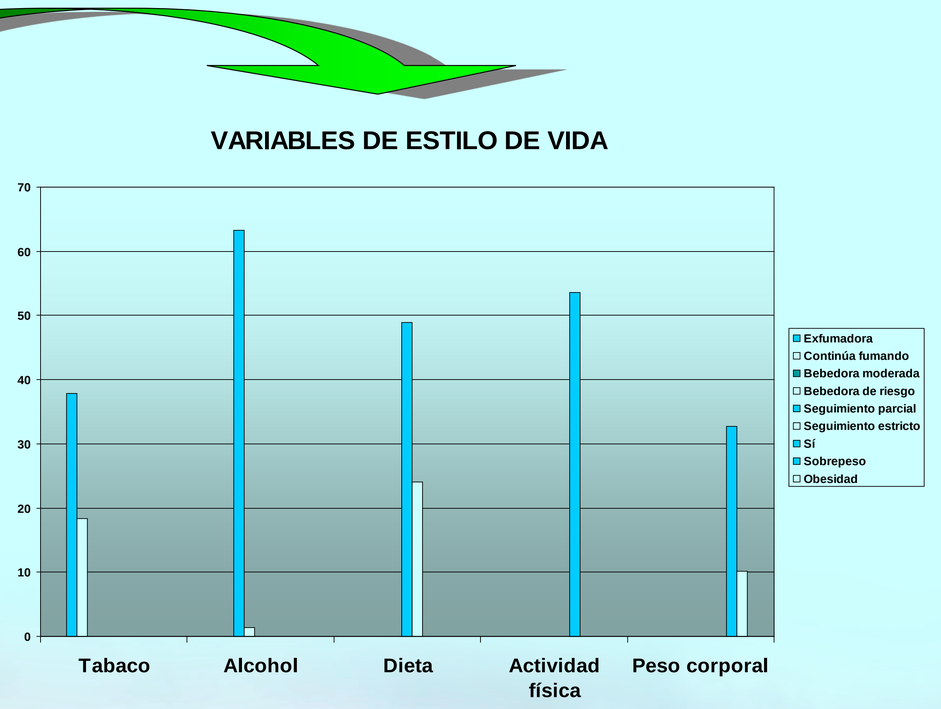
Objetivo: Estudios internacionales han advertido que tanto el estilo de vida como el estado de salud de las mujeres supervivientes al cáncer de mama (CM) son mejorables, sugiriendo que durante el seguimiento se deberían realizar intervenciones para modificarlos. Sin embargo, en España, este aspecto no ha recibido la misma atención por parte de los investigadores. El objetivo es determinar la prevalencia de conductas de riesgo para la salud, así como la comorbilidad de una muestra de supervivientes al cáncer de mama.

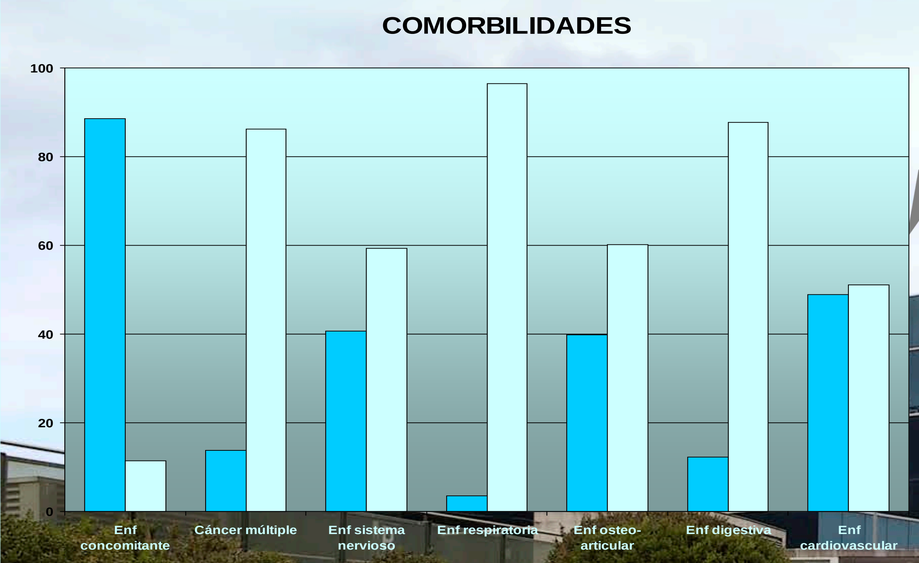
Sujetos y métodos: Estudio descriptivo transversal de las mujeres en seguimiento de un CM en la Unidad de Patología Mamaria del Hospital Universitario Central de Asturias.

Criterios de exclusión: CM en estadio avanzado y mujeres mayores de 70 años.

La muestra estuvo formada por 278 mujeres que rellenaron un cuestionario voluntario y anónimo. Este recogió información sobre el estilo de vida (tabaco, alcohol, dieta, actividad física y peso corporal) y la comorbilidad (enfermedades diagnosticadas antes y después del CM).

Resultados: El 37,8% se considera exfumadora y el 18,3% continúa fumando. El 63,3% es bebedora moderada (consume entre 1 y 7 unidades de bebida estándar a la semana) y el 1,4% es bebedora de riesgo. Casi la mitad (48,9%) no sigue los principales consejos dietéticos, que incluyen comer al menos 5 raciones de fruta y verdura diarias y limitar la ingesta grasa, y únicamente el 24,1% tiene una alta adherencia al patrón dietético mediterráneo. El 46,4% no realiza la cantidad de actividad física recomendada por la Organización Mundial de la Salud (300 minutos semanales de actividad moderada). Con respecto al peso corporal, el 32,7% tiene sobrepeso y el 10,1% obesidad. En cuanto a la comorbilidad, el 88,5% padece alguna otra enfermedad concomitante, que en la mayor parte de los casos fue diagnosticada tras el CM. Las más habituales fueron cardiovasculares (48,9%), mentales (40,6%) y osteoarticulares (39,9%).





Conclusiones: El estilo de vida de las mujeres supervivientes al cáncer de mama es mejorable, especialmente en lo relacionado con el consumo de tabaco y la adherencia a un patrón dietético saludable. La presencia de comorbilidades es también muy frecuente en este colectivo. Si se desea preservar la calidad de vida de las supervivientes al CM, el sistema de salud debería atender específicamente estos aspectos, dotando de recursos humanos y de formación a los dispositivos encargados del seguimiento.