

¿Le han hecho pruebas para la detección del cáncer de seno?

Mamografía

- Una mamografía es una prueba en la que se toma una radiografía del seno. Los médicos recomiendan hacerse una mamografía cada 2 años a las mujeres mayores de 50 años de edad.
- Hágase una prueba de detección antes de los 50 años de edad si tiene síntomas inusuales o una historia clínica familiar con antecedentes de cáncer de seno.
- Realizarse este examen puede ayudar a detectar el cáncer de seno de manera oportuna, en algunas ocasiones, hasta 3 años antes de que pueda sentir algún bulto. Ese es el mejor momento para recibir tratamiento.
- Es menos probable encontrar tumores en el seno mediante la mamografía en mujeres menores de 50 años de edad que en mujeres mayores. Esto puede atribuirse a que el tejido mamario de las mujeres más jóvenes es más denso y se ve blanco en una mamografía. Como los tumores también se ven blancos en una mamografía, puede ser más difícil encontrarlos cuando hay tejido mamario denso.
- El Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los Estados Unidos (U.S. Preventive Services Task Force) recomienda que las mujeres entre 40 y 49 años de edad busquen asesoría de sus médicos sobre el momento y la frecuencia para realizarse una mamografía de detección.
- Las mujeres entre 40 y 74 años de edad que se han realizado mamografías de detección tienen una menor probabilidad de muerte por cáncer que las mujeres que no se realizaron mamografías de detección.

¿Qué sucede durante una mamografía?

- Normalmente, durante la prueba, la persona que le tomará la radiografía y usted son las únicas en la habitación.
- Se colocará su seno entre dos paneles de rayos X para aplanar y distribuir el tejido. Esto dura pocos segundos y es la mejor forma de obtener una imagen clara.
- La prueba completa dura cerca de 20 minutos.
- Para algunas personas, como las mujeres con implantes de seno, es posible que sea necesario tomar más imágenes, para incluir la mayor proporción posible de tejido mamario.



A continuación encontrará una lista de consejos sobre cómo obtener una buena mamografía:

- Trate de no realizarse la mamografía la semana anterior a su periodo o durante el mismo. Sus senos pueden estar más sensibles o inflamados en esos días.
- No utilice lociones, perfumes ni desodorante. Estos pueden aparecer como manchas blancas en la radiografía.
- Es posible que desee utilizar una falda o pantalones para que únicamente se retire la blusa para la prueba.
- Dedique unos minutos antes del examen para hacer cualquier pregunta y expresar sus inquietudes.

- Distráigase durante el examen. Puede imaginarse una escena placentera en su mente, pensar en una canción o algo que la haga sonreír.
- Siempre dígame a la persona que está haciendo la prueba cómo se siente en cualquier momento de la prueba.

Si eligió no realizarse una mamografía en el pasado por estar nerviosa, usted no es la única.

- Puede ser atemorizante pensar sobre la prueba y los resultados de la misma.
- Piense que solo entre 2 a 4 de cada 1,000 mamografías tienen como resultado un diagnóstico de cáncer.
- Muchas mujeres tienen vidas largas y saludables cuando su cáncer de seno se detecta en una etapa temprana.

¿Sabía usted que...?

- CalOptima cubre el costo de las mamografías.
- Una mamografía es necesaria incluso si usted se siente bien, no tiene dolor ni señales tempranas de cáncer.
- Una mamografía también es necesaria aunque nadie en su familia haya tenido cáncer de seno.
- Solo de 5 a 10 % de todas las mujeres con cáncer de seno tienen antecedentes familiares.
- El equipo de mamografías que se utiliza actualmente es muy seguro.
- La cantidad de radiación que usted recibirá es pequeña y los estudios han mostrado que estos niveles no son dañinos.
- Su riesgo de padecer cáncer de seno es mayor con el paso del tiempo.
- Alrededor de una de cada ocho mujeres que han nacido hoy tendrán un diagnóstico de cáncer de seno en su vida.

¿Les ha dicho a otras mujeres importantes en su vida, como su madre, su hermana, su hija o una amiga, que se realicen una mamografía?

- Las mujeres tienen vidas muy ocupadas y con frecuencia pasan más tiempo cuidando a otras personas que a sí mismas.
- También es muy importante tomarse el tiempo para hacer algo bueno por usted misma.
- Si tiene 50 años de edad, tiene antecedentes familiares de cáncer de seno o su seno se siente distinto, programe una cita para hablar con su médico sobre realizarse una mamografía. Esto podría salvar su vida.