

# EXAMEN DE MAMA

## BREAST SCREENING

### ¿Realmente necesito una mamografía? (Do I Really Need a Mammogram?)

#### ¿Qué es una mamografía de detección? (What is a screening mammogram?)

Una mamografía es una radiografía de la mama. Las mamografías de detección son controles de rutina para las mujeres que no tienen problemas de mama evidentes. Pueden detectar una anomalía o bulto en la mama que es demasiado pequeño para ser palpado.

#### ¿Por qué son importantes las mamografías de detección? (Why are screening mammograms important?)

Aproximadamente a 1 de 8 mujeres en Alberta se les diagnosticará cáncer de mama durante su vida. Las mamografías de detección son la mejor forma de detectar el cáncer de mama de forma temprana, cuando el tratamiento puede dar mejor resultado.

#### ¿Debo realizarme una mamografía de detección? (Should I have a screening mammogram?)

El riesgo de desarrollar cáncer de mama aumenta a medida que pasan los años. Las mujeres menores de 40 años no necesitan realizarse mamografías de detección.

*Si tiene entre 40 y 49 años:* hable con su proveedor de asistencia de salud acerca de su riesgo de desarrollar cáncer de mama y su necesidad de realizarse mamografías de detección. Para las mujeres dentro de este grupo de edad resulta menos claro que los beneficios de las mamografías superen los riesgos.

*Si tiene entre 50 y 69 años y no tiene problemas en las mamas que sean de su conocimiento:* realícese mamografías de detección regularmente. Las investigaciones demuestran que las mamografías de detección regulares reducen las muertes por cáncer de mama en mujeres de 50 a 69 años.

*Si tiene 70 años o más:* hable con su proveedor de asistencia de salud acerca de si las mamografías de detección deben ser parte de su rutina de control de salud de mamas.

Pero qué sucede si...

	SÍ	NO
• Me siento saludable y no tengo síntomas	✓	
• No tengo antecedentes familiares de cáncer de mama	✓	
• Tengo mamas pequeñas	✓	

Igualmente debe...

REALIZARSE MAMOGRAFÍAS DE DETECCIÓN REGULARES.

#### ¿Qué es una mamografía de diagnóstico? (What is a diagnostic mammogram?)

Una mamografía de diagnóstico es una radiografía especial de la mama que proporciona más imágenes que una mamografía de detección. Se pueden utilizar para observar más de cerca los cambios detectados durante una mamografía de detección. También se utilizan para las mujeres con implantes mamarios, para las mujeres que ya tuvieron cáncer de mama y para las que tienen signos de cáncer de mama.

Los posibles signos de cáncer de mama pueden incluir:

- un nuevo bulto en su mama o axila;
- pezón retraído, si generalmente no lo está;
- costras, sangrado o una erupción en su pezón;
- secreción de los pezones;
- hoyuelos o engrosamiento de la piel en una zona de su mama;

#### ¿Cómo me preparo para una mamografía de detección? (How do I get ready for a screening mammogram?)

Cuando realice su cita para la mamografía, le preguntarán dónde y cuándo se realizó su última mamografía.

El día de su cita:

- Vístase con un conjunto de dos piezas ya que deberá desvestirse de la cintura para arriba.
- No use desodorante de axila ni talco para el cuerpo ya que pueden afectar los resultados de la mamografía.

#### ¿Cómo se realiza la mamografía de detección? (How is a screening mammogram done?)

Una técnica le realizará su mamografía de detección. Una vez que usted esté de pie frente a la unidad de mamografía:

- Su mama se colocará sobre una placa de plástico que se puede ajustar a su estatura.
- Una segunda placa presionará su mama para extender el tejido mamario de modo que puedan observarse las anomalías pequeñas.
- Se tomarán dos radiografías de cada mama: una desde arriba y la otra desde el costado.

Todo el proceso dura aproximadamente 10 minutos.

#### ¿Duelen las mamografías? (Do mammograms hurt?)

A algunas mujeres las mamografías les resultan incómodas. A otras les producen dolor, aunque tolerable. Es necesario comprimir sus mamas para obtener la mejor imagen posible. Cada compresión dura sólo un par de segundos. A las mujeres que normalmente tienen mamas sensibles les puede resultar más cómodo realizarse la mamografía de detección entre los días 7 y 14 de su ciclo menstrual.



## REALIZARSE MAMOGRAFÍAS DE DETECCIÓN DE FORMA REGULAR ES UNA DE LAS MEJORES FORMAS DE DETECTAR EL CÁNCER DE MAMA DE FORMA TEMPRANA.

### ¿Cuáles son los posibles resultados?

#### (What are the possible results?)

**Resultado normal:** un resultado normal significa que no se encontraron signos de cáncer de mama. Aproximadamente el 93% de las mujeres que se realizan el examen de detección obtienen un resultado normal.

**Resultado anormal:** sólo una pequeña cantidad de anomalías será cáncer; no obstante, cualquier anomalía debe controlarse de inmediato. Su proveedor de asistencia de salud se encargará de organizar las pruebas necesarias. Otras pruebas pueden incluir una mamografía de diagnóstico, una ecografía o una biopsia.

Para obtener más información sobre los resultados anormales de una mamografía de detección,

consulte nuestro folleto **Interpretación de los resultados anormales de las mamografías**, disponible en [www.screeningforlife.ca](http://www.screeningforlife.ca) o llamando al 1-866-727-3926.

### ¿Cuándo debo regresar para una mamografía de detección?

#### (When do I return for a screening mammogram?)

**Si tiene entre 40 y 49 años:** y decide realizarse mamografías de detección, debe hacerse una todos los años. Las mamas están compuestas de grasa y tejido glandular. En las mujeres más jóvenes, el tejido mamario puede ser denso (tener menos grasa) por lo tanto los cánceres pequeños no son fáciles de detectar.

**Si tiene entre 50 y 69 años:** realícese al menos una mamografía cada 2 años, según lo decidan usted y su proveedor de asistencia de salud.

**Si tiene 70 años o más:** hable con su proveedor de asistencia de salud acerca de la frecuencia con la que debe regresar.

Además de realizarse las mamografías de detección:

- Asegúrese de que su proveedor de asistencia de salud examine sus mamas todos los años como parte de su control de salud regular.
- Conozca la apariencia y sensación normal de su mama. Comuníquese a su proveedor de asistencia de salud si observa algún cambio inusual.

### ¿Cuáles son los riesgos y beneficios del examen de detección?

#### (What are the risks and benefits of screening?)

#### Riesgos\*

- Es posible que su mamografía no muestre signos de una anomalía aunque tenga cáncer de mama.
- Algunas mujeres recibirán una falsa alarma porque se detecta algo anormal en la mamografía. Sin embargo, después de realizar más pruebas (como otra mamografía, una ecografía o una biopsia), no se detecta ningún cáncer. Esto puede durar entre 4 y 6 semanas y causa preocupación en las mujeres. A veces la preocupación se prolonga después de conocer los resultados de las pruebas.
- Aunque en su mamografía de detección se detecte cáncer de mama, es posible que su calidad de vida o la cantidad de años que usted viva no cambien. Algunos cánceres de mama que se detectan mediante un examen de detección no habrían causado ningún otro problema porque las mujeres habrían fallecido primero por alguna otra causa.

Estos cánceres de mama podrían ser cánceres de crecimiento lento.

Por lo tanto, si las mujeres con estos cánceres no se hubieran realizado un examen de detección, nunca habrían sabido que tenían cáncer y no habrían recibido tratamiento.

#### Beneficios

Más del 95% de las mujeres están vivas y en buen estado 5 años después de que su cáncer de mama fue detectado y tratado de forma temprana.

Si bien las mamografías de detección no evitan el cáncer de mama, si se las realiza con regularidad pueden:

- Detectar el cáncer de forma temprana cuando es probable que el tratamiento dé mejor resultado.
- Detectar con frecuencia tumores pequeños en la mama antes de que se los pueda palpar.
- Permitir que el radiólogo compare sus mamografías actuales con las anteriores para detectar cambios en sus mamas.
- Reducir las muertes por cáncer de mama hasta un 30% cuando se las combina con exámenes clínicos de mama.

### Recuerde

Las mamografías de detección son la mejor forma de detectar el cáncer de mama de forma temprana.  
¡La detección de cáncer de mama salva vidas!

### Acerca del Programa de detección de cáncer de mama de Alberta

#### (About the Alberta Breast Cancer Screening Program)

El Programa de detección de cáncer de mama de Alberta (*Alberta Breast Cancer Screening Program*, ABCSP) está coordinado por Alberta Health Services en asociación con Alberta Society of Radiologists. El ABCSP le envía por correo postal los resultados de su mamografía de detección. El programa también ayuda a las mujeres y a sus proveedores de asistencia de salud enviándoles recordatorios si hace tiempo que las mujeres deberían haberse realizado mamografías de detección.

Para recibir cartas del ABCSP, su nombre y dirección deben estar actualizados en Alberta Health and Wellness; llame al 310-0000 (llamadas gratuitas) y luego marque 780-427-1432.

Realizarse exámenes de detección es una de las mejores cosas que puede hacer por usted para detectar el cáncer de mama de forma temprana. Los exámenes de detección de cáncer de mama, cuello uterino y colorrectal salvan vidas.

Para obtener más información, comuníquese con **Programas de detección de cáncer**

Teléfono 1-866-727-3926

Fax 1-888-944-3388

[www.screeningforlife.ca](http://www.screeningforlife.ca)



\* Agencia de Salud Pública de Canadá. Información sobre mamografía para mujeres de 40 años o más: una ayuda en la decisión de exámenes de detección de cáncer de mama en Canadá. División de Control de Enfermedades Crónicas, Centro de Prevención y Control de Enfermedades Crónicas, Agencia de Salud Pública de Canadá, 2009.