

Boletín de Salud:

Hágase un chequeo de cáncer de seno



nyc.gov/health

#19 de la Serie Boletines de Salud, sobre temas de interés apremiante para todos los neoyorquinos

Los mamogramas salvan vidas.



- El cáncer de seno mata a más de 1.200 neoyorquinas por año. Causa la muerte a más mujeres no fumadoras que ningún otro cáncer.
- Los mamogramas, si se realizan regularmente, pueden detectar el cáncer de seno lo bastante temprano para tratarlo con éxito, mucho antes de que sea posible palpar un bulto en el seno.
- Las mujeres de 40 años o más deben hacerse un mamograma una vez por año o cada dos años.

El tratamiento del cáncer de seno puede tener más éxito cuando se inicia temprano

- En la mayoría de casos, el cáncer de seno no produce síntomas.
- Cuando el cáncer de seno se detecta antes de que se haya propagado, la tasa de supervivencia a 5 años es del 97%.
 - Si el cáncer se ha propagado a los ganglios linfáticos de las axilas, la tasa de supervivencia baja al 79%.
 - Si se propaga más allá de los ganglios linfáticos y alcanza a otros órganos, la tasa de supervivencia es del 23%.
- Los mamogramas, si se realizan regularmente, pueden detectar pequeños bultos o cambios en los tejidos del seno antes de que la mujer o el médico puedan palparlos – y lo bastante temprano para tratarlos con éxito.

Los mamogramas son seguros y eficaces

- Un mamograma es una radiografía de los senos, para detectar cambios en los tejidos del seno que podrían indicar la presencia de cáncer. La mayoría de los cambios en los tejidos de los senos no son cancerosos. Habitualmente, el procedimiento demora unos 20 minutos.
- Los mamogramas se recomiendan cada 1 ó 2 años para las mujeres de 40 años o más.
 - Los mamogramas emplean niveles de radiación muy bajos, y no presentan riesgos para la salud.
 - Un mamograma expone a la mujer a la misma cantidad de radiación que recibiría una persona en un vuelo entre Nueva York y California.

¿Qué busca el médico?

- Los mamogramas pueden modificarse con el tiempo. Es importante que el médico examine mamogramas anteriores para efectuar una comparación.
 - Si cambia de médico, asegúrese de que el profesional nuevo reciba su historial médico, incluidos los resultados de todos los mamogramas que se haya hecho.
- Un mamograma anormal no quiere decir que usted tenga cáncer. La mayoría de los mamogramas anormales no indican la presencia de cáncer.
 - Si un mamograma despierta la sospecha de que podría haber cáncer, el radiólogo recomienda una biopsia.
 - Para la biopsia se extrae una cantidad muy pequeña de tejido, que luego se examina. Las biopsias no alteran la forma ni el aspecto del seno.

Factores de riesgo para el cáncer de seno

- Cualquier mujer puede contraer cáncer de seno. Nadie sabe qué lo produce. Sin embargo, las mujeres tienen mayor riesgo de sufrir esta enfermedad si:
 - Son obesas.
 - No realizan suficiente actividad física.
 - Consumen más de un trago de alcohol por día.
 - Fuman. Para recibir ayuda gratuita para dejar de fumar, llame al 311 y solicite que le comuniquen con la Línea Informativa para Dejar de Fumar.
- **A las mujeres con los siguientes factores de riesgo se les recomienda comenzar a hacerse mamogramas a una edad más temprana, o hacérselos con mayor frecuencia. Asegúrese de que su médico lo sepa si:**
 - Ha tenido cáncer de seno. Si tuvo cáncer en un seno, es más probable que se desarrolle en el otro.
 - Un familiar cercano (madre, hermana, hija) tuvo alguna vez cáncer de seno. (Sin embargo, la mayor parte de las mujeres con cáncer de seno no tienen antecedentes de esta enfermedad en la familia.)
 - Ha atravesado la menopausia. El cáncer de seno es más común entre las mujeres posmenopáusicas. El riesgo aumenta con la edad.
 - Toma estrógenos o sigue una terapia de reemplazo hormonal, o toma píldoras anticonceptivas.
 - Alguna vez se le prescribió dietilestilbestrol (DES), o su madre tomó esta droga cuando estaba embarazada de usted.
 - Comenzó a menstruar a edad temprana (antes de los 12), o experimentó una menopausia tardía (después de los 55).
 - Nunca tuvo hijos, o tuvo su primer embarazo a término después de los 30 años.
- Las lesiones en los senos no aumentan el riesgo de cáncer de seno. Este riesgo tampoco aumenta por colocarse implantes de seno o interrumpir un embarazo.
- Las mujeres blancas tienen mayor probabilidad de contraer cáncer de seno, pero las afroamericanas tienen mayor probabilidad de morir a causa de esta enfermedad.
 - Esto puede deberse a una falta de acceso a atención médica de avanzada, y a demoras en realizar un seguimiento cuando la mamografía arroja resultados anormales.
 - Todas las mujeres, sin importar su raza o su origen étnico, tienen excelentes probabilidades de curarse de cáncer de seno si se lo detecta temprano.

Prevención del cáncer de seno

- Para reducir el riesgo de cáncer de seno:
 - *Amamante a su bebé.* Según algunos estudios, amamantar reduce el riesgo de cáncer de seno.
 - *Tome aspirina todos los días.* Existen nuevos datos que sugieren que una dosis baja de aspirina todos los días (una tableta de 81 mg) puede reducir el riesgo de cáncer de seno. Converse con su médico sobre los riesgos y los beneficios de un tratamiento diario con aspirina.
- Se sigue investigando si las drogas tamoxifeno y raloxifeno son eficaces para prevenir el cáncer de seno entre las mujeres con mayor riesgo.

Dónde hacerse un mamograma

- Hágase un mamograma en un centro de diagnóstico por imágenes que se especialice en mamografía, o bien que realice muchos mamogramas por día.
- Si lo necesita, su médico u otro proveedor de atención médica le darán un referimiento.
- La mayoría de los planes de seguro de salud cubren los mamogramas.
- Si no tiene seguro, es posible que reúna los requisitos para someterse a evaluaciones gratuitas o a bajo costo. Llame al 311 para obtener más información.
- El Estado de Nueva York ofrece programas de evaluación de cáncer de seno para mujeres de bajos ingresos que no tienen seguro o que tienen un seguro insuficiente. Para obtener información visite www.health.state.ny.us/nysdoh/cancer/center/partnerships.htm, o llame al 311.

Más información en español

- Departamento de Salud y Salud Mental de la Ciudad de Nueva York (DOHMH): nyc.gov/health/tcny, o llame al 311.
- Departamento de Salud del Estado de Nueva York: www.health.state.ny.us/nysdoh/cancer/center/publication.htm
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC): www.cdc.gov/cancer/nbccedp
- Instituto Nacional del Cáncer: www.cancer.gov/cancerinfo/types/breast, www.cancer.gov/espanol
- Sociedad Americana del Cáncer: www.cancer.org, o llame al 1-800-ACS-2345
- National Breast Cancer Coalition (Coalición Nacional contra el Cáncer de Seno) (en inglés): www.natlbcc.org

Boletín de Salud: Hágase un chequeo de cáncer de seno

Noticias de Salud y Salud Mental

Departamento de Salud y Salud Mental de la Ciudad de Nueva York
125 Worth Street, Room 342, CN 33
New York, N.Y. 10013

Michael R. Bloomberg, Alcalde
Thomas R. Frieden, M.D., M.P.H., Comisionado

Secretaría de Comunicaciones
Sandra Mullin, Comisionado Asociado
Drew Blakeman
Cortnie Lowe, M.F.A.
Kenneth Lo

Boletín preparado con la colaboración de:

División de Promoción de Salud y Prevención de Enfermedades
Oficina de Prevención de Enfermedades Crónicas

Todos los Boletines de Salud están disponibles en nyc.gov/health.
Para más copias de este Boletín de Salud, llame al 311.

Para recibir esta y otras publicaciones del Departamento de Salud y Salud Mental (DOHMH) por vía electrónica, envíe un correo electrónico a HealthCML@health.nyc.gov con su dirección de correo y número de teléfono. El DOHMH no usará ni compartirá su dirección de correo electrónico para ningún otro fin y usted puede cancelar los envíos en cualquier momento.