

For “Should You Start Breast Cancer Screening (Mammogram) at Age 40 or 45?” in English, see can-ah-78062.

¿Debería comenzar a realizarse el examen de detección de cáncer de mama (mamografía) a los 40 o 45 años?

Entendiendo el cáncer de seno y las mamografías

El cáncer de mama es una enfermedad en la que las células en la mama crecen fuera de control. (Puede que usted se refiera a esta parte del cuerpo como parte de arriba o pecho).

Una mamografía es una radiografía digital, de baja dosis, de su seno. Utiliza muy poca radiación para obtener una imagen del tejido mamario.

La forma en la que se realizan las mamografías está cambiando de 2D a 3D. La mamografía tridimensional (3D) (también conocida como tomosíntesis de seno) proporciona imágenes de alta calidad utilizando una dosis baja de rayos-X digitales.

Mamografía en 3D:

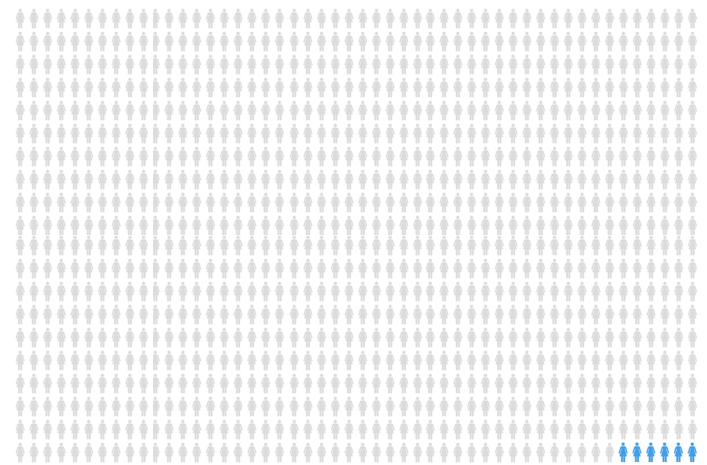
- tiene más probabilidades de encontrar cáncer
- disminuye sus probabilidades de que le vuelvan a hacer más pruebas, esto significa menos:
 - resultados “positivos falsos” (quiere decir que hay un área anormal, pero no es cáncer).
 - procedimientos invasivos, como una biopsia o una cirugía
- puede proporcionar imágenes más detalladas del seno si tiene tejido mamario denso o implantes de seno.

Durante una mamografía, se comprime el seno entre dos placas por unos segundos para que los rayos-X puedan obtener una imagen clara del tejido mamario. Se tomarán al menos dos imágenes de cada seno. La cita durará unos 20 minutos.

Riesgos de desarrollar cáncer de mama

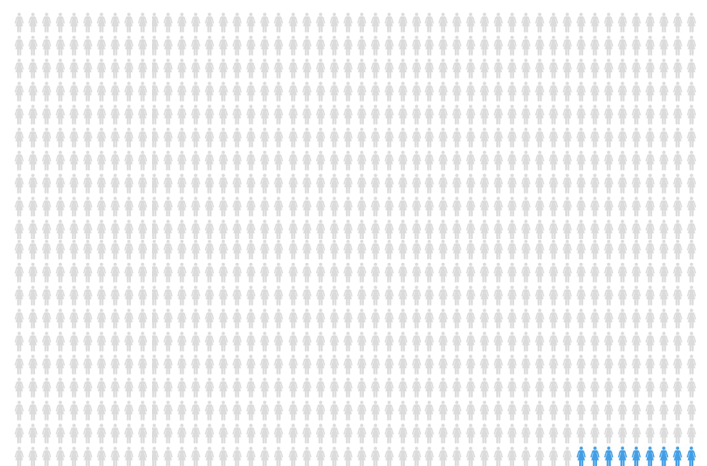
El riesgo de desarrollar cáncer de mama es más bajo entre los 40 y los 44 y más alto entre los 45 y 49.

De 40 a 44 años



Aproximadamente 6 de cada 1,000 mujeres* de 40 a 44 años de edad desarrollarán cáncer de mama.

De 45 a 49 años



Aproximadamente 9 de cada 1,000 mujeres* de 45 a 49 años de edad desarrollarán cáncer de mama.

*mujeres al nacer

Cuándo empezar a hacerse los exámenes

Cuándo comenzar a hacerse mamografías es una decisión personal. Basada en:

- los beneficios y riesgos de hacerse una mamografía
- su riesgo para desarrollar cáncer de seno
- sus valores y preferencias.

Juntos, usted y su proveedor de servicios médicos decidirán cuándo es adecuado hacerse una mamografía.

Planificación de exámenes de detección de cáncer de seno para mujeres con riesgo promedio

Las pautas de las mamografías de detección de Allina Health se basan en las recomendaciones de la Sociedad Americana contra el Cáncer (American Cancer Society en inglés) publicadas en el 2015:

- **De 40 a 44 años:** Debe considerar hacerse una mamografía una vez al año basada en una decisión informada y compartiendo este proceso con su proveedor de servicios médicos. Durante este proceso, se le explicarán los beneficios y daños de la prueba de detección.
- **De 45 a 54:** Hágase una mamografía una vez al año.
- **De 55 años para arriba:** Hágase una mamografía una vez al año o haga la transición de hacérsela cada dos años. Siga haciéndose mamografías mientras esté sana.

Es posible que su doctor le recomiende un plan diferente si tiene un **riesgo de cáncer de seno mayor al promedio**.

Beneficios y riesgos de las mamografías

Beneficios

- Las mamografías ayudan a las mujeres a detectar el cáncer de seno en etapas tempranas. Esto puede:
 - darle más opciones de tratamiento
 - mejorar sus posibilidades de supervivencia.Una mamografía es la única prueba de detección que se ha demostrado que aumenta las probabilidades de sobrevivir al cáncer de seno.

Riesgos

- Durante y después de la mamografía, es posible que sienta molestias a corto plazo, como dolor o sensibilidad en los senos.

Importante

Dígale a su proveedor de atención médica si nota cambios en sus mamas como:

- un bulto o engrosamiento en el área del seno o la axila
- un hoyuelo en la piel del seno o si uno de los pezones se ha invertido
- un cambio en el tamaño o apariencia de uno de sus senos
- secreción (líquido) del pezón que no sea leche materna.



Un mamógrafo comprime su mama entre dos paneles durante unos segundos para que la radiografía pueda producir una imagen clara del tejido mamario.

- Las mamografías pueden encontrar algo que pueda verse como cáncer, pero no es cáncer. Una de cada 12 mujeres necesitará una mamografía adicional o un procedimiento para confirmar que no tienen cáncer. A esto se le llama un resultado positivo falso.

Llame a su proveedor de seguros para saber si usted tiene que hacer un pago personal para el examen adicional.

- Las mamografías pueden detectar cáncer de seno que no causa problemas de salud. Es posible que reciba tratamiento para el cáncer de seno que no necesita. A esto se le conoce como sobre diagnóstico.

Ninguna prueba puede asegurar si el cáncer de seno causará o no problemas de salud. Como resultado, se desconoce con qué frecuencia se hace un sobre diagnóstico. Las investigaciones indican que es raro.

Riesgos de desarrollar cáncer de seno

Algunos riesgos aumentan sus posibilidades de tener cáncer de mama. Hay algunos riesgos que puede controlar y otros que no puede controlar.

Marque la casilla en el gráfico (a la derecha) para cada riesgo que esté relacionado con usted.

Importante: Si tiene un riesgo de tener cáncer de mama que es mayor que el promedio, su proveedor de atención médica puede recomendar un programa de pruebas de detección diferente al que figura en la página 2.

	Riesgos de desarrollar cáncer de seno	Notas
<input type="checkbox"/>	mujer al nacer	Estos son los dos mayores riesgos de desarrollar cáncer de seno. La mayoría de los cánceres de mama ocurre en mujeres (mujeres al nacer) que no tienen otros riesgos. El riesgo de desarrollar cáncer de seno aumenta a medida que envejece.
<input type="checkbox"/>	40 años o más	
<input type="checkbox"/>	antecedentes de cáncer de mama en su familia (madre, abuela, tía, hermana, hermano o tío)	Esto aumenta el riesgo de desarrollar cáncer de seno.
<input type="checkbox"/>	familiar(es) que desarrollaron cáncer de seno antes de los 40 años	Dígale a su proveedor de atención médica la edad en la que el o los miembros de su familia descubrieron que tenían cáncer de mama.
<input type="checkbox"/>	senos densos	La densidad de los senos está basada en que tan oscuro o claro aparece el tejido de los senos en la mamografía. Si tiene senos densos, es posible que tenga un riesgo ligeramente mayor de desarrollar cáncer de seno.
<input type="checkbox"/>	recibió radioterapia en el pecho	Esto aumenta el riesgo de desarrollar cáncer de seno.
<input type="checkbox"/>	obesidad	Un índice de masa corporal (IMC) de 30 o más está asociado con un riesgo mayor de cáncer.

Converse con su proveedor de atención médica sobre su nivel de riesgo.

Seguro de salud

La mayoría de las compañías de seguro cubren el costo de las mamografías. La recomendación de su proveedor de atención médica no garantiza la cobertura por parte de su proveedor de seguros.

Llame a su proveedor de seguros para saber si su plan cubre las mamografías y cuánto deberá pagar (de su propio bolsillo).

Llame a la Sociedad Americana Contra El Cáncer (American Cancer Society) al 1-800-227-2345 para informarse sobre mamografías gratis y de bajo costo si tiene un seguro limitado o no tiene seguro.

Comparando mis opciones

Marque su preferencia por cada opción mientras decide qué es importante para usted. Esto podría ayudar en su decisión sobre a qué edad comenzar a realizarse mamografías.

	Parte importante de mi decisión	No es una parte importante de mi decisión	Mis preferencias
<p>Positivos falsos:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Es más común que las mujeres más jóvenes obtengan resultados positivos falsos. — Es posible que necesite otra mamografía o procedimiento para confirmar que no tiene cáncer. 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 40 años <input type="checkbox"/> 45 años
<p>Sobre diagnóstico:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Comenzar las mamografías a los 40 o 45 años no afectará el raro problema del sobre diagnóstico. 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 40 años <input type="checkbox"/> 45 años
<p>Senos densos:</p> <ul style="list-style-type: none"> — El tejido mamario en las mujeres más jóvenes es más denso. Esto puede hacer más difícil la detección del cáncer de seno. — Es posible que necesite otra mamografía para observar más de cerca su seno si la mamografía muestra un área preocupante. 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 40 años <input type="checkbox"/> 45 años
<p>Exposición a la radiación:</p> <ul style="list-style-type: none"> — No existe evidencia científica de riesgo de desarrollar cáncer de seno a raíz de una mamografía. 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 40 años <input type="checkbox"/> 45 años
<p>Detección temprana y tratamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Entre más pronto se detecte el cáncer de seno, mejores serán las probabilidades de supervivencia. 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 40 años <input type="checkbox"/> 45 años
<p>Antecedentes familiares de cáncer de seno:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Si su mamá, una hermana, abuela, hermano o tío ha tenido cáncer de mama, tal vez debería comenzar con las pruebas de detección a los 40. 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 40 años <input type="checkbox"/> 45 años