

Lo que Usted debe Saber sobre los Exámenes para la Detección del Cáncer del Seno

iBuenas noticias! Por primera vez en muchos años, el número de mujeres que adquieren cáncer del seno ha disminuido. Todo ello basado en los más recientes informes. Para las mujeres que padecen de cáncer del seno, las probabilidades de que este sea mortal son ahora más bajas – la disminución ha sido de más de 24%, en los últimos 10 años. Este feliz acontecimiento se debe a los siguientes factores: Más conocimiento, más investigaciones, una mejor educación, detección más temprana y tratamientos más sofisticados. Conforme aprendemos más, continuamos descubriendo la importancia de los exámenes. Los exámenes son una herramienta clave para protegerse.

¿Cómo me someto a los exámenes de cáncer del seno?

La pregunta no debe ser: “¿Debo de someterme a los exámenes?”. No existe duda que los exámenes salvan vidas. El someterse a los exámenes no previene el cáncer del seno, pero si Ud. lo tiene, los exámenes le proporcionan una mucho mejor posibilidad de detectarlo durante una temprana etapa y de sobrevivir.

Existen varios tipos de exámenes, desde los básicos que “Ud. puede hacer” hasta los más sofisticados que hacen uso de tecnología digital y de ultrasonido. Estos métodos son más eficaces cuando se usan en conjunto. Por ejemplo, el auto-examen de senos, los exámenes del seno administrados por el médico, la mamografía y el ultrasonido (si es necesario) son métodos altamente confiables al ser usados conjuntamente.

Cuando Ud. realiza un auto-examen de senos, Ud. palpa sus propios senos para detectar abultamientos o cualquier condición nueva o diferente. Dicho examen es fácil de hacer cuando se duche o cuando esté acostada en la cama. Pregúntele a su médico de cómo hacerlo o para obtener información, visite el portal cibernético www.cancer.org o

www.cancer.gov. Un auto-examen mensual (exactamente después de su período menstrual, si Ud. es premenopáusic) es una buena manera de familiarizarse con lo que es normal en sus senos. De esta manera, si algo parece estar fuera de lo ordinario, Ud. puede describírselo con más exactitud a su médico.

Las mujeres entre los 20 y los 30 años de edad, deben tener un examen clínico de senos como parte de su examen físico cada 3 años o más frecuentemente si presentan factores riesgosos al cáncer del seno. Después de los 40, las mujeres deben tener anualmente un examen clínico de senos.

La mamografía, la cual es una radiografía de los senos, puede detectar crecimientos que pueden ser o no ser cancerosos, los cuales pueden ser muy pequeños para que Ud. o su médico los detecte. Una mamografía por sí sola no puede comprobar si el descubrimiento dudoso es canceroso. Es probable que se requiera de exámenes adicionales, tales como una biopsia. En una biopsia, el médico extirpa una pequeña porción de tejido para ser observado bajo el microscopio.

El someterse a los exámenes no previene el cáncer del seno, pero si Ud. lo tiene, los exámenes le proporcionan una mucho mejor posibilidad de detectarlo durante una temprana etapa y de sobrevivir.



Los Exámenes para la Detección del Cáncer del Seno

Las mujeres deben someterse anualmente a una mamografía a partir de los 40 años o antes de los 40, si tienen un historial familiar o un riesgo genético de cáncer del seno (tal como los “genes de cáncer” BRCA1 o BRCA2).

La importancia de las mamografías aumenta a medida que la mujer envejece. Aproximadamente 78% de las mujeres que sufren de cáncer del seno tienen 50 o más años de edad cuando son diagnosticadas; simplemente, el envejecer es una razón para continuar teniendo mamografías regularmente.

Al presente, la Sociedad Americana de Cáncer aconseja a algunas de las mujeres que tienen un riesgo más alto de padecer de cáncer del seno que se sometan anualmente a un examen de imagen de resonancia magnética (IRM) acompañada de (no, en vez de) una mamografía. Las guías directivas sugieren que la mujer comience a los 30 años, dependiendo de las recomendaciones del médico.

Las guías directivas enfáticamente recomiendan que las mujeres con altos riesgos se sometan a ambos exámenes, a la IRM y a una mamografía, ya que cada examen puede detectar anomalías que el otro examen no detecte. Ambos, pueden en ocasiones “interpretar como cáncer” algunas manchas en los senos, cuando en realidad no lo son. Estos resultados *erróneamente positivos* son más comunes en la IRM, la cual puede detectar cambios muy pequeños. El recibir un resultado *erróneamente positivo* puede causar mucha preocupación y requerir de ulteriores exámenes innecesarios. Por otra parte, el recibir un resultado *erróneamente negativo*, al no haber detectado el cáncer, es lo que todos los médicos tratan de evitar. La combinación de una mamografía y una IRM puede ayudar a disminuir un diagnóstico erróneo.

¿Quién necesita de un examen de IRM?

Se aconseja que sólo las mujeres que tienen por lo menos un 20% de riesgo más alto a contraer cáncer en el curso de su vida se sometan a una IRM. El historial familiar juega un papel importante – estudios han demostrado que aproximadamente de 5% a

10% de los casos de cáncer del seno son causados por heredados cambios genéticos (mutaciones). Todavía no existe suficiente evidencia que demuestre que el someterse a una IRM, le ayudará si su riesgo de obtener cáncer del seno durante el curso de su vida es bajo, debido a ésto, no se recomienda una IRM si su riesgo está dentro de los límites normales.

Pregúntele a su médico sobre el examen de IRM si:

- Dos o más de sus parientes cercanos han padecido de cáncer del seno o de los ovarios
- Una pariente cercana sufrió de cáncer del seno antes de los 50 años de edad
- Hay prueba de que Ud. heredó una mutación de los genes llamada BRCA1 o BRCA2
- Sus padres o su(s) hermano(as) tienen la mutación de los genes BRCA1 o BRCA2
- Ud. tuvo radiación en el pecho entre los 10 y los 30 años de edad (por ejemplo, para la enfermedad “Hodgkin”)
- Ud. tiene descendencia judía Ashkenazi
- Ud. o un pariente cercano padecen del síndrome de Li-Fraumeni, síndrome de Cowden o del síndrome de Bannayan-Riley-Ruvalcaba
- Ud. tuvo una biopsia del seno que demostró una hiperplasia ductal atípica.

¿Qué más puede hacer?

Por supuesto, Ud. no puede cambiar su edad o su historial familiar, pero Ud. *sí puede* cambiar algunos factores que pueden incrementar su riesgo de contraer cáncer del seno.

- *Baje de peso.* Aunque la relación entre tener sobre peso y el padecer de cáncer del seno no es clara, las investigaciones han comprobado que el tener excesivo sobre peso es un factor riesgoso del cáncer – especialmente después de la menopausia.
- *Haga más ejercicio.* De acuerdo a una investigación, con sólo 1 o 2 horas semanales de caminata enérgica, puede disminuir 18% el riesgo del cáncer del seno.
- *Consuma menos alcohol.* Si Ud. consume diariamente más de dos bebidas alcohólicas, su riesgo de contraer cáncer del seno incrementa 1.5%, al compararla con mujeres que no consumen alcohol.
- *Reevalúe la terapia hormonal.* Todavía no es claro el papel que desempeñan las hormonas en el cáncer del seno. Discuta este punto con su médico.
- *Considere la terapia preventiva.* Si Ud. se encuentra en muy alto riesgo de contraer cáncer del seno, es probable que su médico le recomiende que considere un tratamiento preventivo con medicamentos como el tamoxifeno y el raloxifeno.

Fuentes Informativas

- Sociedad Americana de Cáncer
www.cancer.org
1-800-ACS-2345 (1-800-227-2345)
- Instituto Nacional de Cáncer
Institutos Nacionales Estadounidenses de Salud
www.cancer.gov
1-800-4-CANCER (1-800-422-6237)