



Hágase
la prueba
de detección:
detecte el cáncer
de mama lo más
temprano posible.

NYC[™]
Health

Detecte el cáncer de mama lo más temprano posible.

- Una de cada ocho mujeres en EE. UU. padecerá cáncer de mama en algún momento de su vida.
- Muchas mujeres tienen más probabilidades de curarse cuando el cáncer de mama se detecta temprano.
- De las personas que reciben un diagnóstico temprano, **el 99% sobrevive al menos cinco años**, pero son muchas menos las que lo logran tras haber recibido un diagnóstico tardío.

La mamografía es fundamental para la detección temprana del cáncer de mama.

- Las mamografías son radiografías del seno que permiten detectar un tumor antes de que usted pueda sentir un bulto en el seno.
- Si tiene 40 años o más, hable con su médico sobre el momento adecuado para hacerse una mamografía.
- Si tiene antecedentes familiares de cáncer de mama, antes de cumplir 40 años, hable con su médico sobre el momento adecuado para hacerse una mamografía.

¿Qué ocurre durante una mamografía?

- Una especialista en mamografías la ayudará a colocar el seno en la máquina de rayos X.
- Para obtener una buena imagen, la máquina presionará el seno con firmeza.
- Puede que sienta un pellizco molesto, pero el dolor suele calmarse apenas se capta la imagen.
- A veces, es necesario tomar más radiografías para obtener una imagen más clara. Eso no necesariamente significa que haya algún problema.

¿Qué se muestra en la mamografía?

- El médico (un radiólogo) observa las radiografías para detectar cualquier tipo de anomalía en el tejido del seno.
- El tejido del seno cambia con el paso del tiempo. Su médico comparará los resultados de su mamografía con sus mamografías anteriores.
- Si en su mamografía se observan áreas que deberían ser revisadas, su médico puede volver a comunicarse con usted y solicitarle que se someta a más pruebas de diagnóstico por imágenes. Estas pruebas pueden incluir radiografías, ecografías e imágenes por resonancia magnética (IRM, por sus siglas en inglés).

Asegúrese de pedir los resultados de su mamografía.

- Si no le entregan los resultados antes de retirarse del consultorio del médico, pregunte cómo los obtendrá.
- Según lo que indican las leyes, usted debe recibir los resultados por escrito en el momento del examen o por correo en un plazo de 30 días. Asegúrese de que en el consultorio del médico tengan su dirección postal correcta.
- Si no recibe sus resultados, llame al consultorio del médico. No dé por sentado que todo está bien.



Si le informan que sus resultados indican que usted debe hacer una consulta de seguimiento o someterse a más pruebas, tome las medidas necesarias.

- Asegúrese de comprender los resultados y las medidas que deberá tomar. Haga preguntas.
- Si le recomiendan hacerse más pruebas, hágalo de inmediato.
- Si le diagnostican cáncer, no espere. Busque el tratamiento apropiado AHORA.

Reduzca su riesgo.

Riesgos relacionados con la salud y el estilo de vida:

- Mantenga un peso saludable y haga actividad física. Haga al menos 30 minutos de ejercicio moderado, como una caminata a paso ligero, al menos cinco días por semana.
- Si usted está recibiendo terapia de reemplazo hormonal combinada con estrógeno y progesterona, o si actualmente toma pastillas anticonceptivas, pregúntele a su médico sobre los posibles riesgos.
- El consumo de alcohol puede aumentar su riesgo de contraer cáncer de mama. Aún no se ha determinado cuánto es una cantidad segura. Para más información, visite [nyc.gov/health](https://www.nyc.gov/health) y busque "alcohol and health" (alcohol y salud).



Otros factores de riesgo del cáncer de mama:

Asegúrese de que su médico sepa lo siguiente:

- Si alguna vez ha padecido cáncer de mama.
- Si tiene algún familiar cercano que haya padecido cáncer de mama, como su madre, hermana, hija, abuela o tía.
- Si tiene alguna mutación genética específica que predisponga al cáncer de mama, como las mutaciones BRCA1 y BRCA2. Puede hacerse una prueba para saber si tiene estas mutaciones genéticas.



A pesar de que es poco común, los hombres también pueden desarrollar cáncer de mama. Hable con su médico sobre su riesgo.

¡No permita que ninguna de estas inquietudes le impida hacerse una mamografía!

"No tengo seguro médico".

- Usted puede ser elegible para hacerse pruebas de detección gratis o de bajo costo. Para más información, llame al 311.

"Soy una inmigrante indocumentada".

- Usted tiene derecho a recibir una buena atención médica, sin importar su raza, origen étnico, ingresos o estado migratorio.
- Para saber dónde puede hacerse una mamografía, llame al 311. Nadie le preguntará sobre su estado migratorio.

"¡Me siento bien!".

- En la mayoría de los casos, el cáncer de mama no presenta síntomas al principio. No obstante, debería hacerse un control.

"Las mamografías son dolorosas".

- Tal vez no se sienta cómoda, pero el dolor suele ser leve y desaparece una vez terminada la mamografía.
- La detección temprana del cáncer de mama amerita cualquier molestia breve.

"No necesito una mamografía. Soy demasiado mayor para contraer cáncer de mama".

- Una mujer nunca es demasiado mayor para contraer cáncer de mama. De hecho, cuanto mayor sea usted, mayor será su riesgo. Pregúntele a su médico si es necesario que usted continúe haciéndose mamografías después de haber cumplido 75 años.



Dónde puede hacerse una mamografía

Consúltele a su médico sobre la posibilidad de hacerse una mamografía. Si no cuenta con un proveedor de atención de salud, llame al 311 para buscar un proveedor cerca de usted.

Las mamografías están cubiertas por los planes de seguro médico, incluidos los seguros privados, Medicaid y Medicare.

Si usted no tiene seguro o tiene seguro insuficiente, muchos hospitales y otras organizaciones ofrecen pruebas de detección gratis o de bajo costo.



Más información

Visite nyc.gov/health y busque "breast cancer" (cáncer de mama).

DEPARTAMENTO DE SALUD DEL ESTADO DE NUEVA YORK

www.health.state.ny.us/nysdoh/cancer/center/publication.htm

SOCIEDAD AMERICANA CONTRA EL CÁNCER

www.cancer.org/es/
800-422-6237

CENTROS PARA EL CONTROL Y LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES

www.cdc.gov/spanish/cancer/breast

INSTITUTO NACIONAL DEL CÁNCER

<https://www.cancer.gov/espanol/tipos/seno>

