

Mamografía: todo lo que necesitas saber sobre beneficios y riesgos

Las mamografías no previenen el cáncer de mama, pero pueden salvar vidas si se detecta el cáncer de mama lo más temprano posible. Por ejemplo, se ha demostrado que las mamografías disminuyen el riesgo de morir de cáncer de mama en un 35 % en mujeres mayores de 50 años. En mujeres de entre 40 y 50 años, la reducción del riesgo parece ser algo menor. Los especialistas más destacados, el Instituto Nacional del Cáncer, la Sociedad Americana del Cáncer y el Colegio Americano de Radiología recomiendan mamografías anuales para las mujeres mayores de 40 años.

La detección precoz de casos de cáncer de mama mediante una mamografía también ha significado que una mayor cantidad de mujeres que se encuentran en tratamiento por cáncer de mama pueda conservar sus mamas. Si se lo detecta en las etapas iniciales, el cáncer localizado se puede extirpar sin necesidad de extirpar la mama (mastectomía).

El principal riesgo de las mamografías es que no son perfectas. El tejido mamario normal puede ocultar un cáncer de mama y este no se observa en la mamografía. Esto se denomina falso negativo. Por otra parte, la mamografía puede identificar una anomalía que parece un cáncer pero resulta ser normal. Esta “falsa alarma” se denomina falso positivo. Además de la preocupación por tener un diagnóstico de cáncer de mama, un falso positivo implica más análisis y consultas de seguimiento, que pueden resultar estresantes. Para compensar estas limitaciones, a menudo se necesita más de una mamografía. Las mujeres también deben hacerse una autoexploración de mamas con regularidad, consultar a un profesional médico experimentado para que le realice un examen de mamas con regularidad y, en algunos casos, obtener también alguna otra forma de imágenes mamarias, tales como IRM o ecografías.

Algunas mujeres dudan acerca de los riesgos de la exposición a la radiación debido a una mamografía. Las mamografías modernas solo utilizan una cantidad minúscula de radiación, incluso menos que una radiografía tradicional de tórax.

Cinco datos importantes sobre las mamografías

1. **Pueden salvarte la vida.** La detección precoz del cáncer de mama reduce el riesgo de morir por la enfermedad en un 25 % o 30 % o más. Las mujeres deberían comenzar a hacerse mamografías a partir de los 40 años de edad, o antes si consideran que están en alto riesgo.
2. **No tengas miedo.** La mamografía es un procedimiento rápido (alrededor de 20 minutos), y la incomodidad es mínima para la mayoría de las mujeres. El procedimiento es seguro: solo existe una diminuta cantidad de exposición a la radiación en una mamografía. Para calmar la ansiedad de esperar los resultados, concurre a un centro donde te den los resultados antes de retirarte.
3. **Consigue la mejor calidad posible.** Si tienes mamas densas o menos de 50 años, intenta hacerte una mamografía digital. La mamografía digital se graba en una computadora para que los médicos puedan agrandar algunas secciones y observarlas más de cerca.

Otros consejos:

- Trae los resultados o la copia de tu última mamografía. Si ya has asistido antes al mismo centro, asegúrate de

que tus últimos resultados estén disponibles para la persona que vaya a leer el estudio.

- Cuando encuentres un centro en el que tengas confianza, trata de concurrir allí todos los años, para que tus mamografías se puedan comparar año tras año.
- Pide que más de un radiólogo lea tu estudio, si tu seguro lo cubre.
- Pregunta si tu centro tiene DAC (detección asistida por computadora), una herramienta que ayuda al radiólogo a encontrar zonas de interés que puedan necesitar atención.
- Si te han derivado para una mamografía por un bulto o un resultado sospechoso en otro análisis, asegúrate de que tu médico incluya una nota detallada sobre por qué ordenó la mamografía. Por ejemplo, si el médico palpó un bulto en la parte superior de la mama, cercana a la axila, la nota podría decir: "nódulo palpable en el cuadrante superior externo de la mama izquierda; descartar anomalía". Prepárate para informar al técnico que realiza la mamografía sobre resultados o síntomas inusuales anteriores.
- Trabaja junto a tu médico para comparar los resultados de tu mamografía con cualquier otro análisis que te hayas realizado, tales como ecografías o IRM.
- El día del examen, usa una falda o pantalones en lugar de un vestido, ya que deberás quitarte la ropa de la cintura para arriba. No te pongas desodorante ni perfume, ya que estos pueden aparecer en la imagen e interferir con los resultados del análisis.
- Evita programar tu mamografía para un momento en que tus mamas estén hinchadas o sensibles, por ejemplo, antes de tu período.
- Analiza tus antecedentes familiares de cáncer de mama y otras formas de cáncer (por parte de madre Y de padre) con tu médico.
- Si no recibes ningún resultado dentro de los 30 días, llama a tu médico o al centro de análisis para consultar los resultados.

4. **La mamografía es nuestra herramienta más poderosa para detectar cáncer de mama.** Sin embargo, las mamografías aún pueden pasar por alto el 20 % de los casos de cáncer de mama que simplemente no son visibles mediante esta técnica. Se pueden y deben usar otros estudios importantes como herramientas complementarias (tales como la autoexploración o exámenes clínicos de mamas y ecografías o IRM), pero nada reemplaza la mamografía.

5. **Un resultado inusual que requiere otros análisis no siempre significa que tienes cáncer de mama.** Según la Sociedad Americana del Cáncer, alrededor del 10 % de las mujeres (1 de 10) que se hace una mamografía necesitan más análisis. Solo entre un 8% y un 10 % de estas mujeres necesitan una biopsia, y alrededor de un 80 % de estas biopsias no resultan ser cáncer. Es normal preocuparse si te llaman para realizarte otros análisis, pero trata de no pensar lo peor hasta tener más información.

Cuándo hacerte una mamografía

Hay mucha confusión sobre cuándo y con qué frecuencia se debe hacer una mamografía. Por ahora, la recomendación es que las mujeres se hagan una mamografía una vez por año, a partir de los 40 años de edad. Si tienes alto riesgo de cáncer de mama por antecedentes familiares de cáncer de mama u ovario, o has recibido un tratamiento con radiación en el pecho anteriormente, es recomendable que comiences a hacerte las mamografías anuales a una edad más temprana (por lo general alrededor de los 30 años). Sin embargo, esto es algo que deberías conversar con tu profesional médico.

tag

Última modificación 2 de abril de 2014 13:49

[Read this page in English](#)
