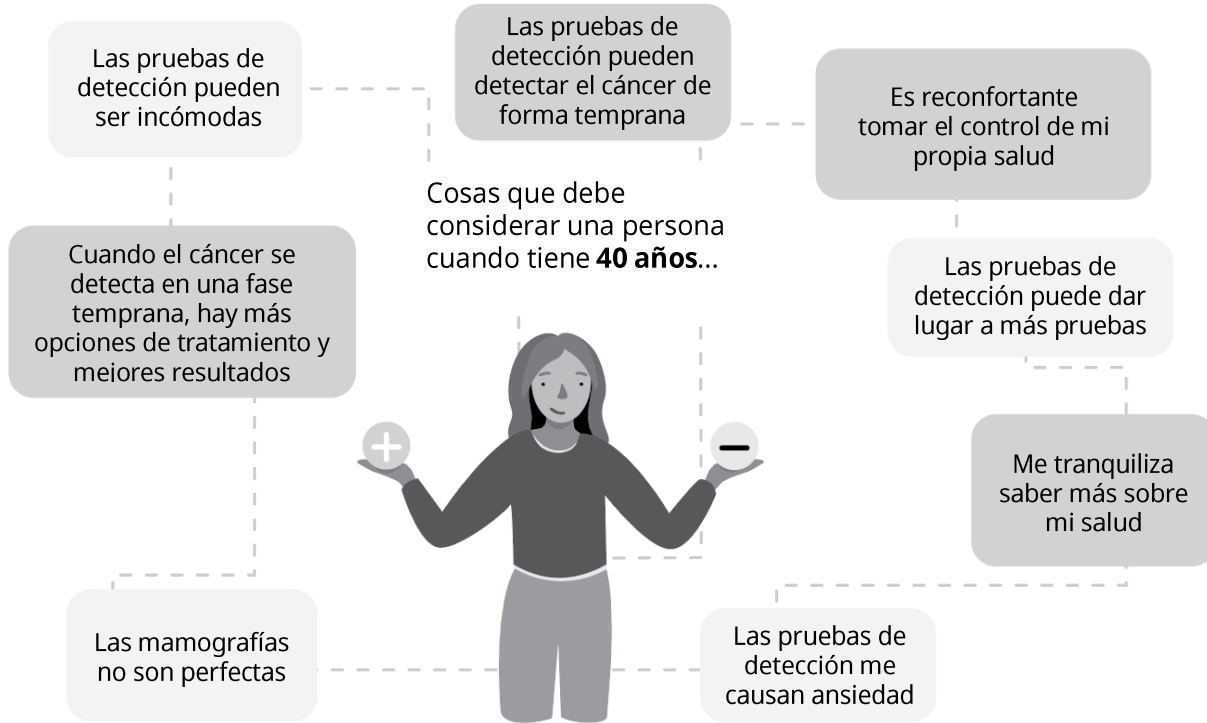


¿Debería empezar a hacerme mamografías al cumplir 40 años?

Las mamografías (radiografías de los senos) pueden ayudar a detectar el cáncer de mama de forma temprana, antes de que usted note cambios y cuando resulta más fácil de tratar. Su riesgo puede verse afectado por su edad y sus antecedentes familiares, por ejemplo, si su madre/padre, hijas(os) o hermanas(os) han tenido cáncer de mama.



¿Por qué es importante tomar una decisión informada?

En B.C., las mamografías están disponibles a partir de los 40 años para la mayoría de las mujeres y para muchas personas de Dos Espíritus (*Two-Spirit*), transgénero y no binarias que no presentan síntomas. En general, las personas que tienen entre 40 y 49 años de edad tienen menos riesgo que quienes tienen más de 50 años. Así que depende de usted empezar ahora o esperar. Esta guía le ayudará a decidir la mejor opción para usted.

! Importante: Si usted:

- **Tiene antecedentes de cáncer de mama:** Consulte a un profesional de atención médica para programar las pruebas de diagnóstico por imágenes más convenientes para usted.
- **Tiene implantes mamarios:** Consulte a un profesional de atención médica para programar las pruebas de diagnóstico por imágenes más convenientes para usted.
- **Tiene síntomas de cáncer de mama, como un bulto, secreción de alguno de sus pezones o cualquier otro cambio en alguno de sus senos:** Consulte a un profesional de atención médica de inmediato. Quizá necesite pruebas de diagnóstico.
- **Está en su embarazo o amamantando:** Puede hacerse una mamografía 3 meses después de terminar de amamantar por completo. Consulte a un profesional de atención médica inmediatamente si nota cambios en alguno de sus senos para que le dé una referencia (derivación) para una mamografía de diagnóstico.
- **Se ha hecho una mamografía en ambos senos en los últimos 12 meses:** Debe esperar al menos 1 año antes de hacerse otra mamografía.
- **Tiene una madre, un padre, hija(o) o hermana(o) que ha tenido o tiene cáncer de mama:** Debe hacerse una mamografía anual. Llame al 1-800-663-9203 para hacer una cita (no se requiere referencia o derivación).

Beneficios y limitaciones

Considere los beneficios y las limitaciones de las mamografías. Seleccione las opciones que sean importantes para usted. Agregue otras opciones en las filas vacías.

Beneficios	Limitaciones
<p>Ayuda a detectar el cáncer en una etapa temprana: La mamografía puede detectar el cáncer cuando aún es pequeño, lo que implica más opciones de tratamiento y mayores probabilidades de éxito. Detectar y tratar el cáncer de forma temprana me permite tener más tiempo y energía para dedicarle a mi familia y amigos.</p> <input type="checkbox"/>	<p>Las mamografías no son perfectas: Pueden pasar por alto algunos cánceres debido a su ubicación o a la densidad de mi tejido mamario (falso negativo), o podrían encontrar cánceres que no habrían causado problemas en el transcurso de mi vida (sobrediagnóstico).</p> <p>Como soy más joven, mi tejido mamario podría ser más denso, de modo que mi mamografía podría ser menos exacta.</p> <input type="checkbox"/>
<p>Podría ayudarme a vivir más años: Hacerme una mamografía puede ayudarme a vivir más tiempo, porque esta prueba de detección puede ayudar a identificar el cáncer cuando aún es pequeño y más fácil de tratar.</p> <input type="checkbox"/>	<p>Ansiedad relacionada con la detección: Es posible que sienta ansiedad, preocupación o estrés durante mi mamografía y también después, mientras espero mis resultados.</p> <input type="checkbox"/>
<p>Me siento bien cuidando mi salud: Las mamografías me ayudan a cuidar la salud de mis senos, y así puedo estar al tanto de mi salud general. Hacerme una mamografía me permite cuidarme y eso me hace sentir bien.</p> <input type="checkbox"/>	<p>Dolor: Hacerme una mamografía puede ser incómodo por la presión que se aplica a mi seno durante la toma de radiografías. Se necesita compresión para extender el tejido mamario y mantener el seno en posición, con el fin de evitar imágenes borrosas.</p> <input type="checkbox"/>
<p>Me da tranquilidad: Saber si tengo cáncer de mama o no me ayudará a conocer mejor mi salud y guiar mis decisiones para el futuro.</p> <input type="checkbox"/>	<p>Más pruebas: Después de mi mamografía podría necesitar más pruebas, como una mamografía de diagnóstico, un ultrasonido (ecografía) o biopsia, para revisar con mayor detalle mi(s) seno(s).</p> <input type="checkbox"/>
<p>Menos tratamiento/Recuperación más rápida: Detectar el cáncer de forma temprana puede implicar que necesitaré menos tratamiento y que pase menos tiempo recuperándome.</p> <input type="checkbox"/>	<p>Posible tratamiento: Podría necesitar tratamiento después de mi mamografía, como cirugía, medicamentos, radioterapia y/o quimioterapia.</p> <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

¿Por están disponibles las mamografías a partir de los 40 años de edad, pero se recomiendan a partir de los 50?

Su edad y sus antecedentes familiares pueden influir en los resultados de su próxima mamografía. Con la edad, su riesgo de cáncer **aumenta**, pero **disminuye** el riesgo de una **falsa alarma** o **biopsia con falsa alarma**.

Definiciones	
Falsa alarma	Resultado anormal de una prueba que acaba siendo normal después de realizar más pruebas (como otro diagnóstico por imágenes, biopsia o cirugía). También se conoce como falso positivo.
Biopsia con falsa alarma	Resultado anormal de una biopsia (extracción de una pequeña cantidad de tejido, células o líquido del cuerpo) que resulta ser normal después de más pruebas. También llamada biopsia con falso positivo.

A medida que pasan los años, sus probabilidades de...



cáncer de mama aumentan



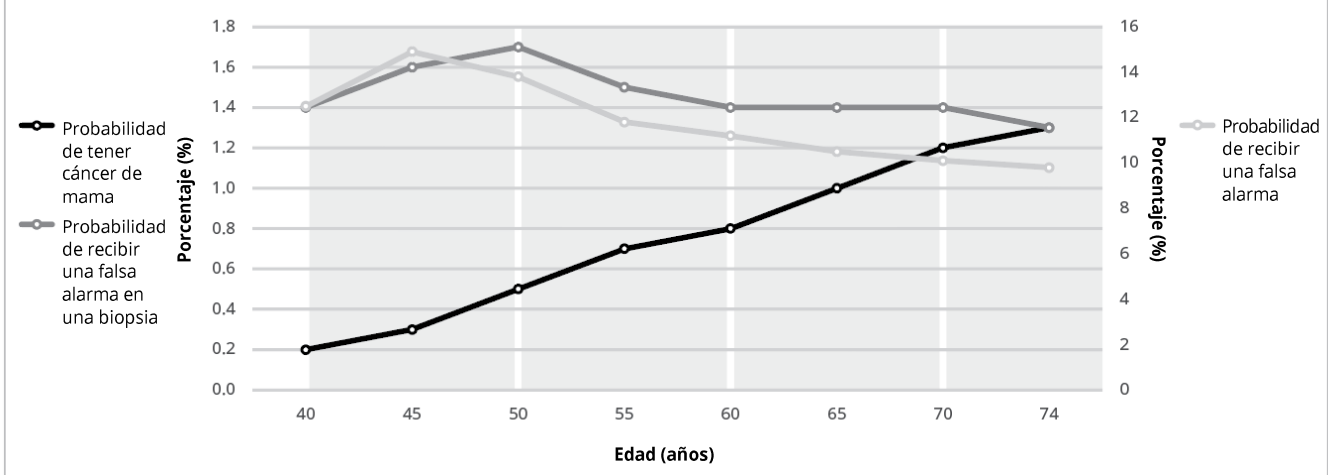
falsa alarma disminuyen



biopsia con falsa alarma disminuyen



¿Qué puede pasar si usted NO tiene una madre, un padre, hija(o) o hermana(o) con cáncer de mama?



Cómo interpretar la gráfica

Si usted tiene 45 años de edad, tiene:

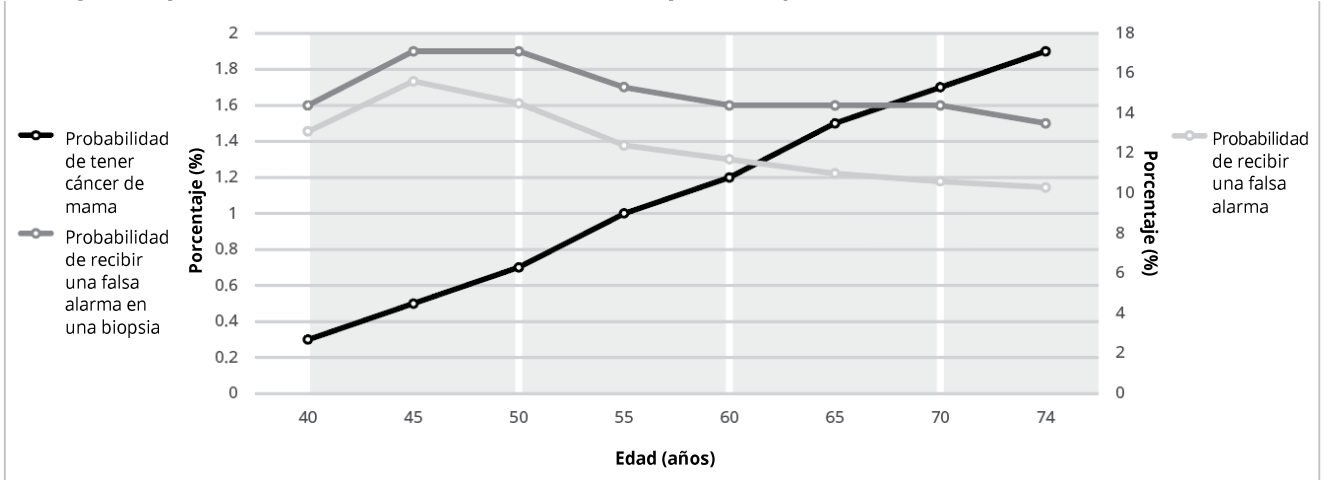
- menos del 1% de probabilidad de tener cáncer
- 15% de probabilidad de tener una falsa alarma
- 1.6% de probabilidad de una biopsia con falsa alarma

Comparado con

Si usted tiene 70 años de edad, tiene:

- más del 1% de probabilidad de tener cáncer
- 10% de probabilidad de tener una falsa alarma
- 1.3% de probabilidad de una biopsia con falsa alarma

¿Qué puede pasar si usted SÍ tiene una madre, un padre, hija(o) o hermana(o) con cáncer de mama?



Cómo interpretar la gráfica

Si usted tiene 45 años de edad, tiene:

- 0.5% de probabilidad de tener cáncer
- 16% de probabilidad de tener una falsa alarma
- 1.9% de probabilidad de una biopsia con falsa alarma

Comparado con

Si usted tiene 70 años de edad, tiene:

- 1.7% de probabilidad de tener cáncer
- 11% de probabilidad de tener una falsa alarma
- 1.6% de probabilidad de una biopsia con falsa alarma

Su decisión

¿Qué decisión tomará?

- Quiero hacerme una mamografía ahora
- Quiero esperar hasta que cumpla 50 años
- Todavía no sé con seguridad

¿Está segura/o de su elección?		Sí	No
Seguridad de mi decisión	¿Siente confianza de haber tomado la mejor decisión para usted?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Comprensión de la información	¿Sabe cuáles son los beneficios y las limitaciones de la prueba de detección?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Riesgos y beneficios	¿Tiene claro qué beneficios y limitaciones son los más importantes para usted?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Estímulo	¿Cuenta con el apoyo y la orientación necesarios para tomar una decisión informada?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

@SURE; O'Connor & Légaré 2008

¿Todavía no sabe con seguridad?

Lleve esta guía a un profesional de atención médica para que le apoye. Anote abajo cualquier pregunta que tenga para hacerla en su próxima cita.



Exención de responsabilidad

La información que se proporciona aquí únicamente tiene fines informativos. No debe interpretarse como consejo médico, diagnóstico profesional u opinión médica sin consultar primero a un profesional de atención médica. Esta información no debe reemplazar la necesidad de consultar a un profesional de atención médica para atender cualquier preocupación de salud.

Referencias

- Beth Israel Deaconess Medical Center. (2022). Should I Continue Having Mammograms? For Women Age 75 to 84 Years. Boston. Available at https://eprognosis.ucsf.edu/decision_aids/Mammography_75-84.pdf.
- Cancer Care Ontario. Cancer Fact: My CancerIQ – cancer prevention goes digital in Ontario. February 2015. Available at <https://www.mycanceriq.ca/>.
- Légaré F, Kearing S, Clay K, Gagnon S, D'Amours D, Rousseau M, O'Connor A. Are you SURE?: Assessing patient decisional conflict with a 4-item screening test. *Can Fam Physician*. 2010 Aug;56(8):e308-14. PMID: 20705870; PMCID: PMC2920798.