



Esta Guía te Ayudará a Hablar con tu Doctor Sobre:

- Qué significa tener senos con tejido denso
- Tu riesgo personal de tener cáncer de mama
- El mejor plan para tus mamografías de rutina
- La importancia de la mamografía digital
- Los posibles daños y beneficios de pruebas de detección adicionales

About CEPAC:

CEPAC es un grupo independiente de médicos practicantes, expertos en metodología, pacientes y público en general que ofrece orientación objetiva e independiente sobre la aplicación de evidencia médica en la práctica clínica y en políticas de reembolso en Nueva Inglaterra.

Entendiendo las Opciones de Pruebas de Detección de Cáncer de Mama para Mujeres con Senos Densos

¿Qué debes de hacer si tienes una mamografía normal y te informan que tienes senos con tejido denso?

Muchas mujeres tienen senos densos y esto no es anormal. Sin embargo, la densidad de los senos puede hacer que las mamografías sean más difíciles de interpretar y por eso cada mujer debe aprender más acerca de la densidad de los senos y debe conocer los posibles riesgos y beneficios de hacer pruebas de detección adicionales. El California Technology Assessment Forum (CTAF) revisó la evidencia más reciente de diferentes pruebas de detección para mujeres con senos densos y recomienda que se sigan **los siguientes cinco pasos:**

1. Entender qué significa tener senos con tejido denso y cómo la densidad del seno afecta las pruebas de detección de cáncer de mama.

Los senos están compuestos por diferentes tipos de tejido que aparecen de manera diferente en tu mamografía. Tus senos se consideran densos si tienes mucho tejido fibroso o glandular y no tienes

demasiado tejido graso. Es muy común tener senos con tejido denso, aproximadamente 50% de las mujeres tienen senos densos. El tejido denso en los senos hace que sea más difícil para los doctores detectar cáncer en las mamografías y puede aumentar tu riesgo de desarrollar cáncer de mama, pero la densidad del pecho solamente

tiene un impacto pequeño en tu riesgo total de desarrollar la enfermedad. No te debes de alarmar si tienes senos densos, sin embargo, debes de buscar información sobre el riesgo que tienes de desarrollar cáncer de mama y debes de hablar con tu doctor acerca de las diferentes pruebas de detección que sean más apropiadas para ti.

2. Conoce tu riesgo total de tener cáncer de mama.

Entender el riesgo total de tener cáncer de mama te puede ayudar a tomar decisiones para saber si necesitas hacerte pruebas de detección adicionales después de recibir los resultados de tu mamografía. Tener senos con tejido denso no significa que tienes un riesgo "alto" de

desarrollar cáncer en el transcurso de tu vida. Existen otros factores que se deben de considerar también tales como la edad, si algún miembro de tu familia directa (madre, hija o hermana) ha tenido cáncer de mama, ciertas mutaciones genéticas heredadas, y el tipo de vida que llevas. Habla con tu doctor para evaluar tu riesgo total de

desarrollar cáncer de mama. Tener este conocimiento te ayudará a ti y a tu doctor a decidir cuáles son los beneficios y los riesgos potenciales de hacerte pruebas de detección adicionales.

Resources for Understanding Your Breast Cancer Risk

American Cancer Society: <http://www.cancer.org/cancer/breastcancer/detailedguide/breast-cancer-risk-factors>

University of California, San Francisco: http://www.ucsfhealth.org/education/breast_cancer_risk_factors/.

Cancer Research, UK: <http://www.cancerresearchuk.org/cancer-help/type/breast-cancer/about/risks/definite-breast-cancer-risks>

California Breast Density Information Group: <http://www.breastdensity.info/>

Are You Dense? <http://www.areyoudense.org/>

Cinco preguntas para hacerle a tu doctor:

¿Con qué frecuencia debo de hacerme una mamografía digital en mi estudio?

Tomando en cuenta la densidad de mis senos, mi historia familiar y otros factores de riesgo, ¿cuál es mi riesgo de desarrollar cáncer de mama?

Tomando en cuenta mi perfil de riesgo, ¿cuáles son los beneficios y los riesgos potenciales de hacerme pruebas de detección adicionales?

Si me recomiendan más pruebas de detección, ¿cuáles pruebas de detección tienen la mejor evidencia para sugerir que serán las más adecuadas para mí?

¿Existe una diferencia importante en el costo de lo que tendría que pagar yo por las diferentes opciones?

3. Hazte mamografías regularmente, basadas en la recomendación de tu doctor.

Una tercera parte de las mujeres que deben hacerse mamografías de manera regular no lo hacen. Para estas mujeres, la detección de cáncer de mama puede detectarse en una etapa más avanzada cuando ya no es tan fácil tratarlo. El tejido denso de senos puede hacer que las mamografías sean más difíciles de interpretar, pero es importante que todas las mujeres con tejido denso continúen haciéndose mamografías regularmente, basadas en las recomendaciones de su doctor.

4. Busca mamografía digital para tus mamografías de rutina.

La mejor evidencia existente sugiere que la mamografía digital es más precisa para las mujeres con tejido denso en los senos que la mamografía de película. Estudios han demostrado que el riesgo de no poder detectar un cáncer pequeño, que puede estar escondido dentro del tejido denso del seno, se reduce mucho cuando se utilizan pruebas digitales.

La mayoría de los centros ya ofrecen mamografías digitales, así que si tienes senos con tejido denso y en tu clínica no ofrecen mamografía digital, quizá deberías de pedirle a tu doctor que te refiera a un centro que ofrezca esta tecnología.

Siempre verifica primero con tu compañía de seguros para saber cuánto vas a tener que pagar tú por esta prueba de detección.

5. Habla con tu doctor sobre los posibles riesgos y beneficios de hacerte más estudios de detección.

Existen pruebas adicionales que se pueden hacer después de una mamografía. Estas incluyen estudios de imagen por resonancia magnética (MRI, por sus siglas en inglés) y ultrasonido del pecho. Estudios de detección adicionales con estas pruebas encuentran cáncer de mama que no se puede ver en una mamografía y pueden encontrar cánceres que son más pequeños y más fáciles de tratar. Sin embargo, los estudios adicionales también pueden encontrar muchos otros resultados que no son cáncer, ocasionando más

pruebas y biopsias para investigar algo sospechoso y que en última instancia puede ser una falsa alarma. El costo de los estudios son también un factor importante a considerar. Tu póliza de seguro puede no cubrir tus exámenes adicionales y los exámenes innecesarios aumentan el costo total al sistema de salud.

Tu riesgo general de desarrollar cáncer de mama es un factor importante en la decisión sobre lo que será mejor para ti. Si tu riesgo de tener cáncer de mama es bajo, existe una posibilidad más alta de que hacer más pruebas de detección puedan resultar en falsas alarmas en lugar de detectar cáncer. Por el con-

trario, para aquellas pocas mujeres que tienen un riesgo alto de tener cáncer de mama, el balance de los beneficios y los riesgos de hacer pruebas de detección adicionales puede hacer más sentido. Sin embargo, no existe sólo una respuesta correcta. Pregúntale a tu doctor sobre tu riesgo total de desarrollar cáncer de mama y platica de las opciones que te ayudarán a decidir si hacer pruebas de detección adicionales es lo adecuado para ti.