

# ¿Debería Hacerme una Mamografía?

40-49  
años

DETECCIÓN DEL CÁNCER DE SENO



Esta imagen es solamente  
ilustrativa y las personas  
que aparecen en ella son  
modelos.



Esta imagen es solamente ilustrativa y las personas que aparecen en ella son modelos.

## Índice

1. Mamografías de Detección | **pág.3**
2. Posibles Beneficios | **pág.4**
3. Posibles Riesgos | **pág.4-5**
4. Riesgo de tener Cáncer de Seno | **pág.6**
5. Preferencia Personal | **pág.7**
6. Recomendaciones | **pág.7**
7. Observaciones Finales | **pág.8**

## Introducción

**Este producto ha sido certificado por la Washington State Health Care Authority (Autoridad de Atención Médica del Estado de Washington) de acuerdo con RCW 7.70.060.** La fecha de certificación es (date of notification) y expirará dos años a partir de esta fecha, o antes de conformidad con la política del estado de Washington. Una descripción completa del proceso de certificación de Washington, incluyendo los criterios requeridos, está disponible en <http://www.hca.wa.gov/about-hca/healthier-washington/shared-decision-making>.

El cáncer de seno es uno de los tipos de cáncer más comunes en las mujeres durante su vida. Muchas mujeres desean saber cuándo deben comenzar a hacerse mamografías de rutina para la detección del cáncer de seno. Si tiene entre 40 y 49 años de edad, puede ser difícil para usted responder esta pregunta. Algunas asociaciones profesionales recomiendan comenzar a hacerse mamografías de detección a los 40 años, mientras que otras recomiendan comenzar con la rutina de detección a los 45 o 50 años. Para decidir qué es lo mejor para usted, debe considerar los posibles beneficios y riesgos de las mamografías. También debe conocer su riesgo de tener cáncer de seno y su estado de salud.

**Esta es una herramienta para ayudarla a decidir si debería hacerse mamografías antes de los 50 años y la frecuencia con la que debería hacerlo.**

***Si tiene síntomas en los senos como dolor o bultos, consulte a su médico de inmediato sin esperar a su mamografía de detección.***

# 1

## Mamografías de Detección

### ¿Qué es una mamografía de detección?

La mamografía es una imagen del seno con rayos X. Las mamografías de detección se hacen para detectar el cáncer de seno en las mujeres que no presentan signos o síntomas de la enfermedad. Las mamografías pueden mostrar cambios en los senos hasta dos años antes de que una paciente o un médico puedan notarlos.

La tecnología para hacer mamografías ha mejorado en los últimos años y Confluence Health utiliza equipos modernos y métodos actualizados. Las pautas en uso en la actualidad se basan en los estudios realizados con una tecnología anterior. Una tecnología más nueva puede conllevar cambios en la información que se presenta en esta herramienta para la toma de decisiones. Es poco probable que haya cambios importantes en los aspectos clave que se presentan aquí.

### ¿Debería comenzar a hacerme mamografías de detección a los 40 años?

#### Recomendaciones de Confluence Health:

Hacerse mamografías de detección periódicas a partir de los 40 años es una decisión personal que debe tomar junto a su médico.

#### Antes de decidir cuándo comenzar a hacerse mamografías de detección periódicas:

- 1 Conozca su riesgo de tener cáncer de seno.
- 2 Considere los beneficios y posibles riesgos de las mamografías de detección.
- 3 Converse sobre esta decisión con su médico.



#### Puntos Clave

- Para las mujeres de entre 40-49 años con riesgo **PROMEDIO** de tener **cáncer de seno**, los riesgos de las mamografías de detección pueden superar sus beneficios.
- Para las mujeres de entre 40-49 años con riesgo **ALTO** de tener **cáncer de seno**, las mamografías de detección periódicas a partir de los 40 años pueden ser beneficiosas.
- Hay una **probabilidad levemente mayor de que el cáncer detectado** esté más avanzado y sea más difícil de curar si las mamografías se inician a los 50 años en lugar de a los 40.
- Comenzar las mamografías periódicas a los 50 años en lugar de a los 40 **reduce los posibles riesgos de la mamografía**.
- Puede que **diferentes mujeres perciban de manera diferente** los posibles beneficios y riesgos de las mamografías de detección.

## 2

# Posibles Beneficios de las Mamografías:

## ¿Cuáles son los posibles beneficios de las mamografías de detección?

Las mamografías de detección permiten la detección precoz del cáncer de seno, antes de que usted presente síntomas. La detección precoz del cáncer de seno puede facilitar su tratamiento. La detección precoz del cáncer puede además reducir las probabilidades de morir por su causa. La frecuencia del cáncer de seno aumenta con la edad de la mujer. Esto significa que el beneficio de las mamografías de detección es mayor para las mujeres de mayor edad. Si 1,000 mujeres de entre 50 y 74 años se hacen una mamografía cada dos años, alrededor de 7 de estas mujeres evitarán morir de cáncer de seno. Si 1,000 mujeres comenzaran a hacerse mamografías de detección 10 años antes, a los 40 años, alrededor de una mujer más evitaría morir de cáncer de seno.

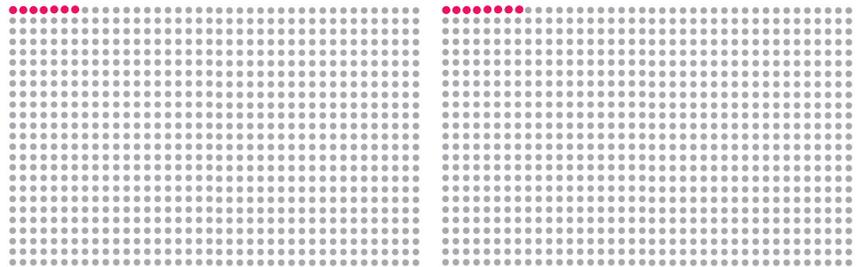
4

## Diferencia entre comenzar a hacerse mamografías de detección a los 40 o 50 años

Los puntos en las casillas a continuación representan 1,000 mujeres que se hacen mamografías de detección periódicas. Los **puntos rojos** muestran cuántas muertes por cáncer de seno se evitarán en las mujeres que se hacen mamografías de detección cada dos años hasta los 74 años.

Muertes por cáncer de seno prevenidas en mujeres que comienzan el estudio a los 50 años.

Muertes por cáncer de seno prevenidas en mujeres que comienzan el estudio a los 40 años.



De cada 1,000 mujeres que comienzan a hacerse mamografías de detección periódicas a los 40 años en lugar de los 50, aproximadamente 1 mujer menos morirá por cáncer de seno.

*Fuente: Grupo de Trabajo de los Servicios Preventivos de los EE.UU. (US Preventive Services Task Force)*

## 3

# Posibles Riesgos de las Mamografías:

## ¿Cuáles son los posibles riesgos de las mamografías?

Las mamografías no son una prueba perfecta. No modifican la probabilidad de que usted tenga cáncer de seno. Sí aumentan la probabilidad de realizar una detección precoz en una etapa más fácil de curar. Algunos cánceres de seno no se detectarán mediante mamografías. Algunas pocas mujeres morirán de cáncer de seno aunque se hagan mamografías periódicas.

### Exposición a la Radiación

A algunas mujeres les preocupa la radiación empleada en las mamografías. **Las mamografías de detección se consideran una prueba de muy bajo riesgo.** Es importante saber que estamos expuestos a radiación proveniente de fuentes naturales de forma permanente. La cantidad de radiación que una mujer recibe cuando se hace una mamografía digital es aproximadamente la séptima parte de la radiación total que recibimos de fuentes naturales anualmente.

# 3

## Posibles Riesgos *continuación*

**Para decidir si va a hacerse mamografías de detección a partir de los 40 años, debe conocer dos problemas que tienen las mamografías:**

**1 Falsos positivos**  
Una mamografía puede darle un “falso positivo”. Esto sucede cuando una mamografía muestra una zona sospechosa de cáncer, pero pruebas posteriores demuestran que en realidad no existía un problema. Los falsos positivos pueden generar daño psicológico debido a la preocupación innecesaria que generan. Las mujeres que tienen un falso positivo pueden no querer hacerse más mamografías en el futuro. Asimismo, las mamografías de detección generalmente están cubiertas por el seguro y no tienen costo para usted. Pero es posible que el seguro no cubra del mismo modo las pruebas posteriores que usted deba hacerse si recibe un falso positivo.

**2 Sobrediagnóstico y tratamiento innecesario**  
Aunque parezca extraño, algunos cánceres detectados en las mamografías de detección nunca causarán un problema de salud en el futuro. Esto se conoce como “sobrediagnóstico”. En las mujeres de entre 40 y 50 años este problema lo causa un tipo de cáncer llamado “carcinoma ductal in situ” o DCIS. Es imposible predecir cuáles de estos cánceres detectados por mamografía representarán un problema en el futuro, por lo que todos los cánceres detectados son usualmente tratados.

**Esto significa que algunas mujeres recibirán cirugía, quimioterapia o radioterapia que no necesitan.**

Comenzar a hacerse mamografías de detección a los 40 años en lugar de los 50 aumenta el riesgo de sobrediagnóstico en aproximadamente 2 mujeres por cada 1,000.



### Diferencia entre los posibles riesgos de comenzar a hacerse mamografías de detección a los 40 o 50 años

Esta tabla muestra la cantidad probable de eventos de riesgo por cada 1,000 mujeres a lo largo de toda la edad de detección hasta los 74 años. Algunas mujeres tendrán más de un evento de riesgo.

	Detección a partir de los 40 años	Detección a partir de los 50 años
<b>Falsos positivos</b>	<b>1529</b>	<b>953</b>
<b>Biopsias de seno innecesarias</b>	<b>213</b>	<b>146</b>
<b>Sobrediagnóstico de tumores de seno</b>	<b>21</b>	<b>19</b>

Adaptado del Grupo de Trabajo de los Servicios Preventivos de los EE. UU.

# 4

## Riesgo de tener Cáncer de Seno

### ¿Quiénes tienen un riesgo mayor de cáncer de seno?

Muchas mujeres tienen un riesgo promedio o “estándar” de tener cáncer de seno. Muchos factores pueden aumentar el riesgo. La edad es el factor de riesgo más común. El riesgo de tener cáncer de seno aumenta con la edad en todas las mujeres.

**La siguiente es una lista de otros factores de riesgo, ordenados generalmente de mayor a menor riesgo:**

- Radiación previa en el pecho.
- Un miembro familiar de primer grado (madre, hermana, hija) que haya tenido cáncer de seno. El riesgo se incrementa si hay más de un miembro familiar de primer grado con cáncer de seno. Los miembros familiares de primer grado que tuvieron cáncer de seno a una edad temprana incrementan más el riesgo que aquellas que tuvieron cáncer de seno a una edad más avanzada.
- Tejido mamario muy denso. Esto no es algo que pueda determinarse sin una mamografía.
- Una biopsia de seno anterior que no detectó cáncer pero tuvo un resultado anormal (llamado “atipia”).
- Sin hijos o el primer hijo nacido después de los 30 años.
- Una biopsia de seno anterior de resultado normal (llamada “benigna”).
- Comienzo de la menstruación antes de los 12 años.

Algunos de estos factores aumentan el riesgo mucho más que otros. También puede haber otros factores de riesgo. Tener algunos factores de riesgo no siempre significa que tenga un alto riesgo. Es imposible predecir con exactitud su riesgo personal de tener cáncer de seno. Pero existen herramientas que ayudan a calcular su riesgo. Hay una herramienta para la evaluación del riesgo de cáncer de seno disponible a través del Instituto Nacional del Cáncer (NCI).

El siguiente enlace la llevará a la página web:

[www.cancer.gov/bcrisktool](http://www.cancer.gov/bcrisktool)

### ¿Cómo influye el riesgo en mi decisión?

Las mujeres que tienen factores de riesgo elevados o varios factores de riesgo deben considerar comenzar a hacerse mamografías a los 40 años. Los expertos no saben con cuánta frecuencia deberían hacerse mamografías las mujeres con riesgo elevado.

Algunos sugieren que las mujeres con riesgo elevado de cáncer de seno deben hacerse una mamografía por año.

Las mujeres que tienen un riesgo promedio o bajo de tener cáncer de seno pueden preferir esperar hasta los 50 años para comenzar a hacerse mamografías.

**Debe consultar sobre sus opciones con su proveedor de atención primaria.**



Esta imagen es solamente ilustrativa y las personas que aparecen en ella son modelos.

# 5

## Preferencia Personal

Los posibles beneficios y riesgos que sean más relevantes para usted la ayudarán a decidir si debería hacerse mamografías a partir de los 40 años y la frecuencia con la que debería hacerlo. Estas son algunas de las preguntas sobre las que debería reflexionar antes de consultar a su médico sobre su decisión:

1. ¿Qué tanto le preocupa el cáncer de seno?
2. ¿Qué tanto más tranquila se sentiría teniendo un resultado de mamografía normal?
3. ¿Qué tan importantes son para usted los posibles riesgos asociados a falsos positivos, sobrediagnóstico o tratamientos innecesarios?
4. Comenzar a hacerse mamografías de detección a los 40 años en lugar de los 50 años reduce levemente su probabilidad de morir por cáncer de seno. ¿Qué tan importante es esta diferencia para usted?
5. ¿Cómo se sentiría si decide no hacerse mamografías y luego recibe un diagnóstico de cáncer de seno avanzado, aún si la probabilidad de que esto suceda es muy baja?

# 6

## Recomendaciones de las Asociaciones

	Comenzar a hacerse mamografías de detección anuales a los 40 años	Decisión personal informada entre los 40-44 años Anual entre los 45-54 años	Decisión personal informada entre los 40-49 años
Colegio Estadounidense de Radiología (American College of Radiology)	✓		
Sociedad Americana Contra el Cáncer		✓	
Grupo de Trabajo de los Servicios Preventivos de EE. UU.			✓
Colegio Estadounidense de Obstetricia Ginecología (American College of Obstetricians and Gynecologists)			✓
Academia Estadounidense de Médicos de Familia (American Academy of Family Physicians)			✓
Colegio Estadounidense de Médicos (American College of Physicians)			✓

# 7

## Observaciones Finales

La información proporcionada en esta herramienta para la toma de decisiones está dirigida a personas con sexo asignado femenino al momento de nacer que lo han mantenido. Las pautas actuales para las mamografías de detección son el resultado de estudios extensos y exhaustivos realizados en esta población. Las mujeres transgénero, hombres transgénero, hombres cisgénero y las personas que se identifican como género no binario, género no conforme o intersexuales pueden tener requerimientos médicos que no se adecuen a las pautas estándares para las mamografías de detección. Deben discutir sus necesidades de detección particulares con su médico. Se puede encontrar excelente material para este propósito en el siguiente sitio: <https://komenpugetsound.org/wp-content/uploads/2018/04/LGBTQ-Breast-Health-Toolkit-final.pdf>

Este contenido fue elaborado por una comisión compuesta por médicos certificados provenientes de varias especialidades médicas: Medicina Interna, Medicina de Familia, Obstetricia-Ginecología, Geriatria, Oncología y Radiología. El contenido final se definió por consenso y algunos de los miembros del comité estuvieron en desacuerdo con parte de la información brindada en esta herramienta.

Confluence Health y sus hospitales y médicos afiliados reciben compensación por el cuidado clínico de los pacientes que se atienden en los hospitales y clínicas de Confluence Health. Esto incluye la remuneración por hacer mamografías de detección.

### REFERENCES

Keating, Nancy; Pace, Lydia. "Breast Cancer Screening in 2018. Time for Shared Decision Making." (La Detección del Cáncer de Seno en 2018. Tiempo de Tomar Decisiones Conjuntas). JAMA 319 (17) (2018): 1814-1815. Publicado en papel.

Instituto Nacional del Cáncer de los Institutos Nacionales de Salud. "Breast Cancer Screening (PDQ)" (Detección del Cáncer de Seno). Instituto Nacional del Cáncer, 2015. Publicado en línea. <http://www.cancer.gov/cancertopics/pdq/screening/breast/healthprofessional> Fecha de la consulta: 4 de octubre de 2019.

Pace, Lydia; Keating, Nancy. "A Systematic Assessment of Benefits and Risks to Guide Breast Cancer Screening Decisions" (Evaluación Sistemática de Riesgos y Beneficios para Ayudar a Decidir Sobre la Detección de Cáncer de Seno). JAMA. 311(13) (2014): 1327-1335. Publicado en papel.

Ravesteyn, Nicolein; Miglioretti, Diana; Stout, Natasha; Lee, Sandra; et al. "Tipping the Balance of Benefits and Harms to Favor Screening Mammography Starting at Age 40 Years: A Comparative Modeling Study of Risk" (Inclinando la Balanza de Riesgos y Beneficios a Favor de Iniciar las Mamografías de Detección a los 40 años: Un Modelo Comparativo para el Estudio de Riesgos). Annals of Internal Medicine. 156 (2012): 609-617. Publicado en papel.

Schousboe, John; Kerlikowske, Karla; Loh, Andrew; Cummings, Steven. "Personalizing Mammography by Breast Density and Other Risk Factors for Breast Cancer: Analysis of Health Benefits and Cost Effectiveness" (Adecuación de la Mamografía Según la Densidad del Seno y Otros Factores de Riesgo para el Cáncer de Seno: Análisis de los Beneficios para la Salud y Rentabilidad). Annals of Internal Medicine. 155 (2011): 10-20. Publicado en papel.

Siu, Albert por el Grupo de Trabajo de los Servicios Preventivos de EE. UU. "Screening for Breast Cancer: U.S. Preventive Services Task Force Recommendation Statement" (Detección del Cáncer de Seno: Recomendaciones del Grupo de Trabajo de los Servicios Preventivos de EE. UU.). Annals of Internal Medicine. 164 (4) (2016): 279-297

Colegio Estadounidense de Obstetricia y Ginecología (American College of Obstetricians and Gynecologists) "Breast Cancer Risk Assessment and Screening in Average-Risk Women" (Evaluación de Riesgo y Detección de Cáncer de Seno en Mujeres con Riesgo Promedio). Boletín de prácticas de ACOG. Directrices para el Manejo Clínico en Obstetricia-Ginecología. Número 179, Julio de 2017. Confirmado en 2019.

Grupo de Trabajo de los Servicios Preventivos de los EE. UU. Recomendación definitiva, detección del cáncer del seno: <https://www.uspreventiveservicestaskforce.org/uspstf/recommendation/breast-cancer-screening#fullrecommendationstart> Fecha de la consulta: 28 de agosto de 2020