

El cáncer de mama es el tumor maligno más frecuente entre la población femenina. Concienciar a las mujeres sobre la importancia de conocer las técnicas de autoexploración mamaria, las revisiones periódicas y la mamografía son fundamentales para poder detenerlo a tiempo.

La importancia de la detección temprana del cáncer de mama mediante el uso de la mamografía es fundamental, ya que "la detección anticipada cambia la historia de la enfermedad", al ser un factor crítico la evolución y consecuencias de la misma.

El diagnóstico precoz es vital pues de él dependen las posibilidades de curación, que pueden ser del 100% si se detecta a tiempo.

La mujer debe aprender a conocer bien su cuerpo y así apreciar cualquier signo de alarma. Los especialistas recomiendan a todas las mujeres mayores de 20 años que realicen la autoexploración mamaria cada mes.

Después de los 25 años, lo mejor es que un especialista explore sus mamas anualmente. Y a partir de los 40 años de edad, es conveniente que se someta periódicamente a una mamografía.

Basta con estar un poco atenta a cualquier cambio en los senos y si se aprecia alguno, acudir con rapidez al médico, el único capacitado para valorar por medio de pruebas específicas, como la mamografía, si se trata de un cáncer de mama.



[hospiten.com](http://hospiten.com)



## Diagnóstico precoz del cáncer de mama

... porque la prevención es el mejor tratamiento.



SERVICIO DE GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA

# Métodos de Diagnóstico

## Pruebas diagnósticas no invasivas

### Mamografía

El estudio radiológico de la mama se hace en equipos de Rayos X, preparados para obtener con la menor dosis de radiación posible, imágenes de la más alta precisión diagnóstica. Actualmente, sigue siendo la técnica radiológica más utilizada en la detección precoz del cáncer de mama, como prueba única o combinando resultados con la ecografía.

La prueba es sencilla: se le solicitará que se desvista de cintura para arriba y coloque la mama el pecho en el equipo (mamógrafo). Resulta un poco molesta al tener que comprimir las mamas para la obtención de mejores resultados y, no requiere preparación previa, a excepción de la seguridad de que no haya posibilidad de embarazo en el momento de su realización.

### Ecografía

Es la técnica de imagen de elección en mujeres jóvenes y para el estudio de patología mamaria benigna (quistes, fibroadenomas, abscesos, traumatismos). En la detección precoz del cáncer de mama se debe realizar siempre combinada con la mamografía para mayor precisión diagnóstica.

La ecografía basa su imagen en la respuesta de los diferentes órganos y tejidos sanos o enfermos, al paso de ondas ultrasónicas, respuesta que se traduce en imágenes en la pantalla del ecógrafo para su interpretación posterior por parte del especialista. Es cómoda y completamente inocua. Aún así, es muy importante conocer el beneficio que se pretende con la realización de la ecografía, por lo que debe solicitarla un médico.

### Resonancia Magnética

Se utiliza como prueba diagnóstica de primera elección en la detección precoz del cáncer de mama, sino que se realiza como técnica complementaria, en caso de que existan dudas en los resultados de la mamografía y ecografía. También, si las pacientes tienen mamas muy densas y antecedentes familiares de alto riesgo, para una mayor fiabilidad diagnóstica.

## Autoexploración Mamaria

El diagnóstico precoz es vital

### ¿Qué estamos buscando?

- Un bulto del tamaño de un guisante o una avellana (no tiene que ser doloroso). Una masa dura y densa, inmóvil al palparlo.
- Anomalías asimétricas. Generalmente sólo aparecen en uno de los senos.
- Pezón retraído (en una posición invertida a la normal).
- Cambios en el color de la areola (el círculo de tonalidad oscura que rodea al pezón).
- Alteraciones en la textura de la piel de la mama (piel de naranja, rojeces, grietas).
- Incremento del número de venas visibles en uno de los senos. Asimetrías en el tamaño de las mamas.

## Sólo tiene que seguir estas sencillas instrucciones:

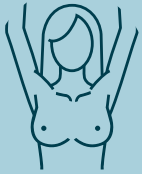
01

Colóquese delante de un espejo con los brazos caídos y compruebe que sus mamas se mantienen con el tamaño y la forma de siempre, su piel es lisa y no tiene arrugas ni asperezas y que el borde inferior es regular.



02

Levante los brazos lentamente hasta ponerlos verticales y observe si encuentra alguna diferencia notable entre ambos pechos o en las axilas.



03

Con los brazos en alto gire su cuerpo y compruebe que no hay alteraciones en el perfil de sus mamas.



04

Para proceder a la palpación, debe estar acostada. Imagine que su mama está dividida en cuatro partes o cuadrantes. Explore sucesivamente los cuatro cuadrantes de cada mama del modo siguiente:



05

#### LADO IZQUIERDO

Tumbada en la cama, levante el brazo izquierdo y ponga la mano debajo de la cabeza y con la mano derecha con los dedos juntos y estirados, vaya palpando sucesivamente los cuatro cuadrantes.



06

#### LADO DERECHO

Levante el brazo derecho y con la mano izquierda reconozca los cuatro cuadrantes de su mama derecha. Explore las axilas detenidamente con las puntas de los dedos ligeramente curvados.

