



Universidad Internacional del Mar

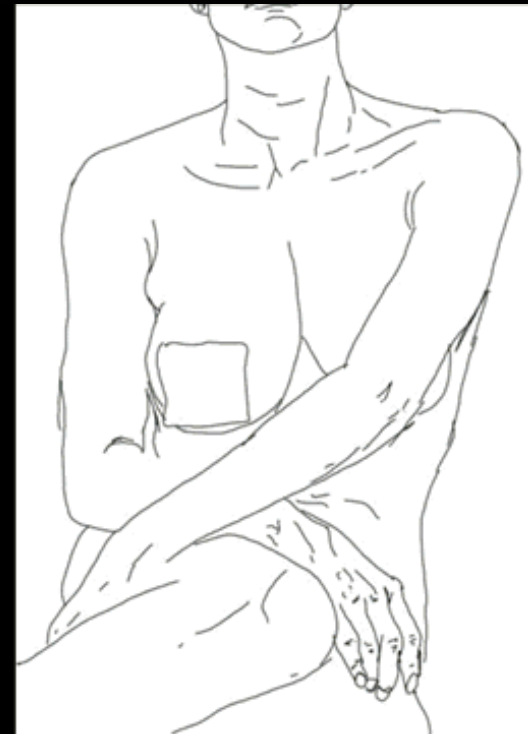


Cursos de verano de la Universidad de Murcia

Ayuntamiento de San Pedro del Pinatar



Instituto
Universitario
Investigación
Envejecimiento



La Mamografía en la lucha contra el cáncer de Mama

HÁBITOS
SALUDABLES
EN EL
ENVEJECIMIENTO

11 ingredientes para la mejor prevención.

Código Europeo Contra el Cáncer*

1 **No fumes.**
Si fumas, déjalo lo antes posible.
Si no puedes dejar de fumar, nunca fumes en presencia de no fumadores, especialmente si son niños.

2 **Evita la obesidad.**

3 Realiza alguna **actividad física** de intensidad moderada todos los días.

4 Aumenta el consumo de **frutas, verduras y hortalizas**: come al menos **5 raciones al día**. Limita el consumo de alimentos que contienen grasas de origen animal.

6 **Evita la exposición excesiva al sol.** Es especialmente importante proteger a niños y adolescentes. Las personas que tienen tendencia a sufrir quemaduras deben protegerse del sol durante toda la vida.

5 Si bebes alcohol, ya sea vino, cerveza o bebidas de alta graduación, **modera el consumo** a un máximo de dos consumiciones o unidades diarias si eres hombre, o a una si eres mujer.

7 **Aplica estrictamente la legislación** destinada a prevenir cualquier exposición laboral a sustancias que pueden producir cáncer. Cumple todos los consejos de salud y de seguridad sobre el uso de estas sustancias. Aplica las normas de protección radiológica.

8 Las mujeres a partir de los 25 años deberían someterse a **pruebas de detección precoz** de cáncer de cuello de útero.

9 Las mujeres a partir de los 50 años deberían someterse a una **mamografía** para la detección precoz de cáncer de mama.

10 Los hombres y las mujeres **a partir de los 50 años** deberían someterse a pruebas de detección precoz de cáncer de colon.

11 Participa en **programas de vacunación** contra el virus de la hepatitis B.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE HACERTE UNA MAMOGRAFÍA?

- 1 de cada 8 mujeres desarrollará un cáncer de mama.
- La mamografía es la forma más eficaz de detectar a tiempo un cáncer de mama.
- La mamografía es una prueba sencilla y no dolorosa.



¿QUIÉN DEBERÍA HACERSE UNA MAMOGRAFÍA?

1

Las mujeres con edades comprendidas entre 45/50 y 70 años deben realizarse mamografías periódicamente (cada 1-2 años). Todas las mujeres deben acudir aún cuando no tengan síntomas.

2

Aquellas mujeres con más de 35-40 años y con riesgo elevado de cáncer de mama (antecedentes familiares o personales de cáncer de mama, alteraciones genéticas, etc.). En este caso será su ginecólogo quien le recomiende la realización de la mamografía y su periodicidad.

3

Cualquier mujer, que independientemente de su edad, tenga síntomas y se lo indique su **médico**.



4

Recuerde que la autoexploración es importante porque le ayuda a conocer su cuerpo, pero NUNCA puede sustituir a la mamografía.

● 1 de cada 8 mujeres desarrollará un cáncer de mama.

AUTOEXPLORACIÓN MAMARIA

El autoexamen de mama se recomienda con el objetivo de que la mujer conozca su propio cuerpo y así detectar a la mayor brevedad posible cualquier alteración.

Recuerda que la autoexploración es importante porque te ayuda a conocer tu cuerpo, pero **NUNCA** puede sustituir a la mamografía.



Antes del Examen

1

Trate de marcar su mamografía para la semana después de su período menstrual, cuando sus senos están menos doloridos.

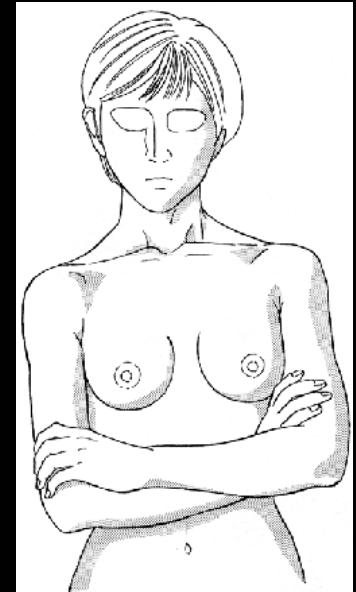
2

Vista un traje de dos piezas para el examen; así sólo tendrá que sacarse la parte superior. No use desodorante debajo del brazo, talcos, pomadas o cremas en el área de su pecho el día del examen, pues dichos productos podrán aparecer en las imágenes de rayos X y hacer que resulten difíciles de interpretar.

3

Antes de su examen, se le pedirá que se desvista de la cintura hacia arriba y vista una bata de examen. Una tecnóloga en mamografías le realizará el examen. Las tecnólogas en mamografías son profesionales médicas especializadas con estudios en las áreas de posicionamiento y técnicas mamográficas.

Asegúrese de llevar el nombre, la dirección y el número de teléfono del médico que le pidió la mamografía.



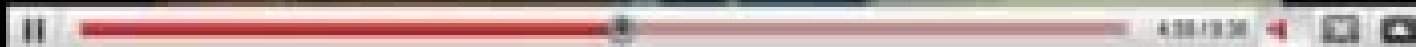
● La mamografía es la forma más eficaz de detectar a tiempo un cáncer de mama.

Realización de las mamografías



Antes de empezar, el técnico de rayos X debe:

- ✓ Preguntar a la mujer si se ha sometido a mamografías anteriormente y si tiene información previa o actual de sus mamas.
- ✓ Explicar el procedimiento del examen y la necesidad de tomar dos planos por cada mamografía, lo cual ayuda a detectar irregularidades y a reducir el número de citas para efectuar exámenes complementarios.
- ✓ Explicar por qué es necesario comprimir la mama. La compresión permite obtener mejores imágenes, reducir los desenfoques causados por el movimiento, expandir el tejido mamario y reducir la dosis de radiación.
- ✓ Estar al día sobre temas que puedan ser de interés para las mujeres, tales como los implantes de silicona o el tratamiento hormonal sustitutivo.
- ✓ Responder a todas las preguntas que la paciente pueda plantear e informar sobre el proceso y el plazo de recepción de los resultados.





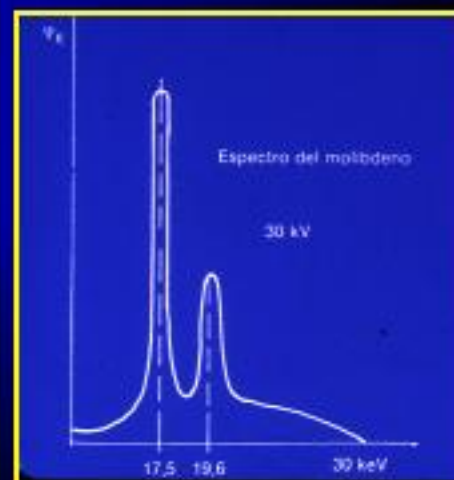
Bases de la Mamografía

Factores de la Imagen Radiológica

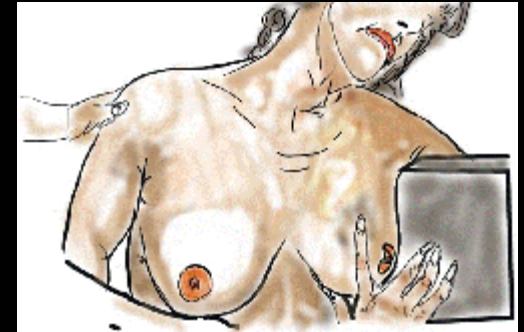
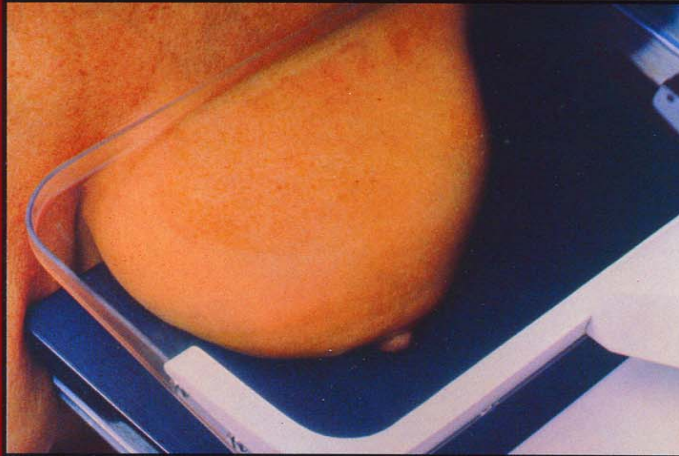
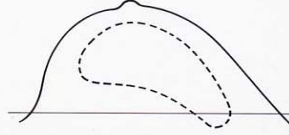
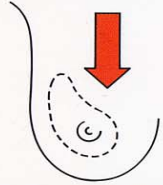
- ✓ Número atómico
- ✓ Densidad del tejido
- ✓ Espesor de la mama

ANODO
Mamógrafo

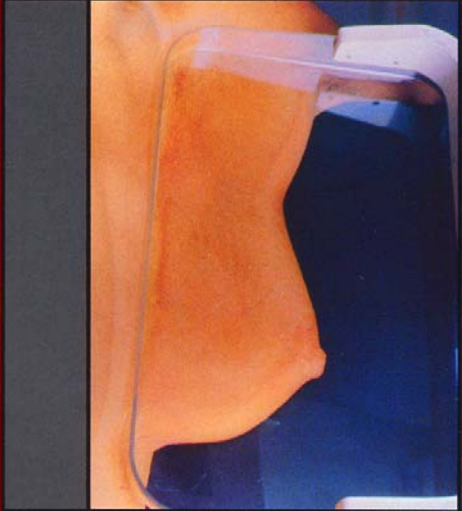
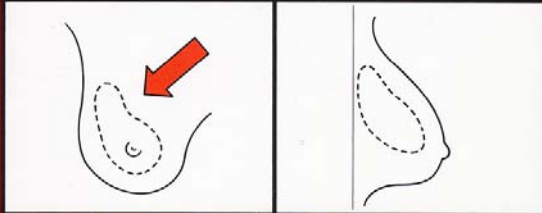
- Molibdeno
- Rodio

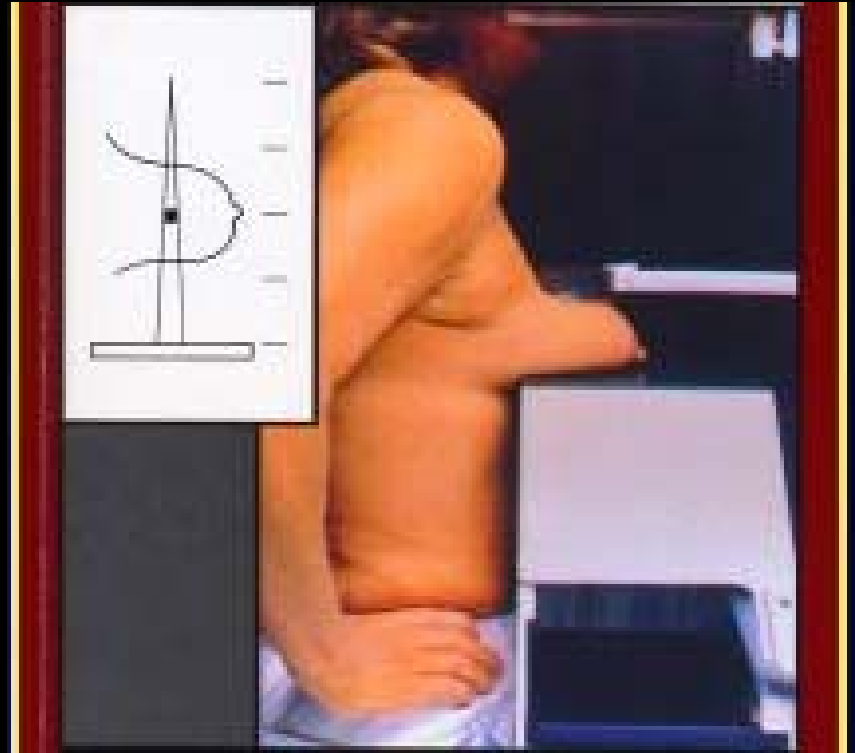


Cranio-Caudal
View



Medio-Lateral
Oblique View

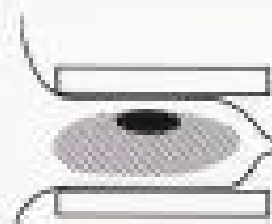




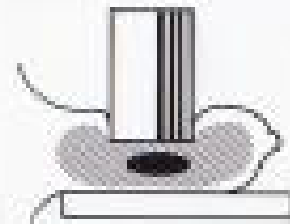
Microfocus Magnification View



Coned-Down Compression View



Contact



Coned-Down



Durante el Examen



La compresión puede resultar incómoda, pero no debe doler. Si la compresión le hace doler, avísele a la tecnóloga en mamografías para que ella la coloque en posición nuevamente para minimizar la incomodidad. La compresión dura apenas unos segundos. Si le preocupa la incomodidad, avísele a su médico. Se le podrá aconsejar que tome un analgésico suave de venta libre alrededor de una hora antes de su examen.

Se le pedirá que espere unos minutos mientras se procesan las películas radiológicas.

No se alarme si se le pide que vuelva para imágenes adicionales.

Después del Examen

Luego, se le entrega las películas de la mamografía a un radiólogo, que es un médico especializado en la interpretación diagnóstica de imágenes clínicas. De acuerdo con los reglamentos federales, el(la) radiólogo(a) debe contar con experiencia en la interpretación de imágenes mamográficas.



El radiólogo le enviará a su médico personal un informe con los resultados, y usted recibirá un resumen escrito del informe, redactado con términos laicos. Si no recibió los resultados en el plazo de un mes, entre en contacto con su médico o con el establecimiento de mamografías. Asegúrese de anotar la fecha y el establecimiento que realizó su mamografía, pues dicha información podrá ser necesaria para exámenes futuros.

¿CUÁLES SON LAS VENTAJAS DE LA MAMOGRAFÍA?



1

- Permite detectar lesiones en la mama hasta dos años antes de que se hagan palpables, lo que hace que los resultados en cuanto a la supervivencia mejoren. Si el tumor se diagnostica antes de que se haga invasivo (in situ) las posibilidades de curación son prácticamente del 100%.

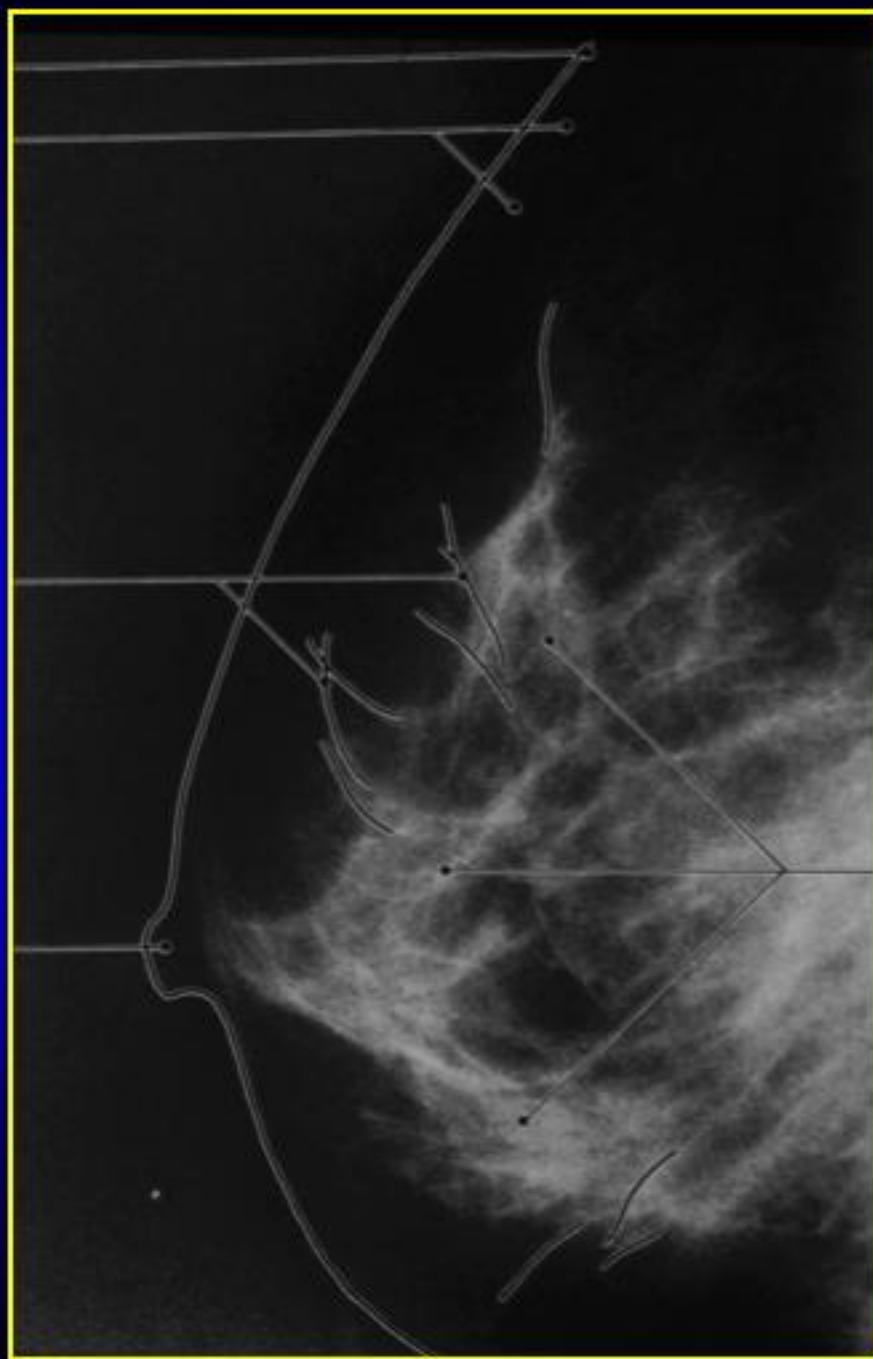
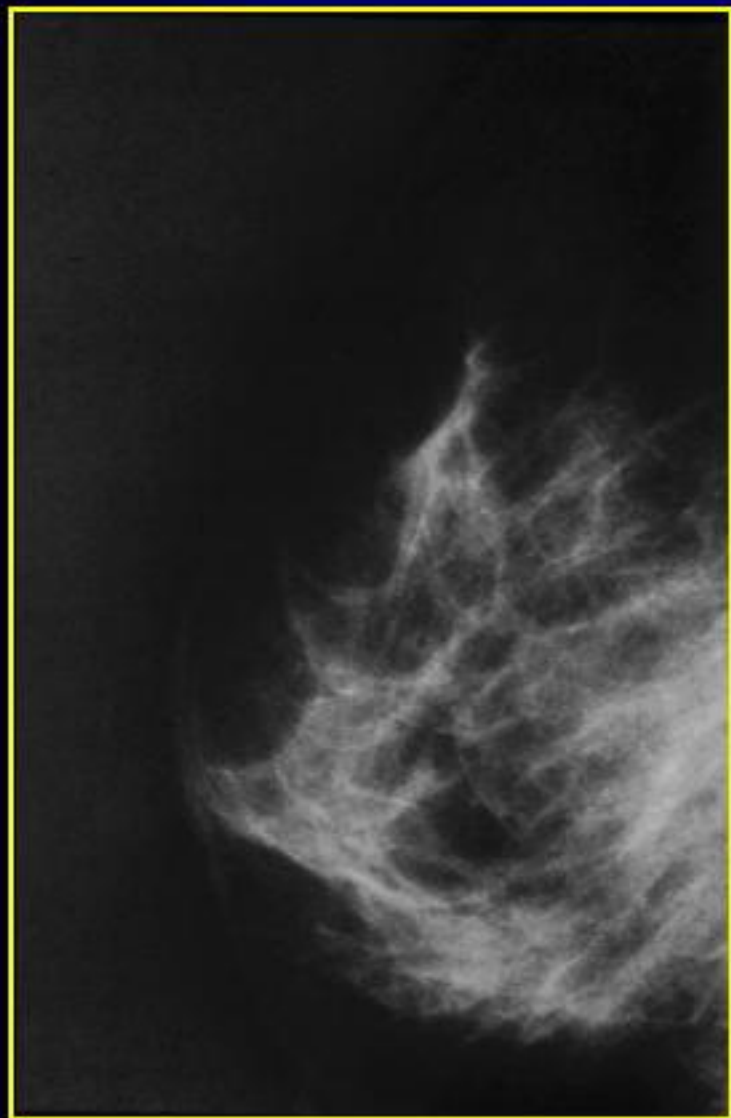
2

- Al diagnosticar el cáncer en las fases más tempranas, es posible aplicar tratamientos menos agresivos y con menos secuelas físicas y psicológicas.

De cada 1.000 mujeres a las que se les hace una mamografía, 996 no tienen cáncer de mama.

- La mamografía es la forma más eficaz de detectar a tiempo un cáncer de mama.

Densidades





- Nódulo
- Densidad
- Tamaño
- Forma
- Borde
- Tejidos vecinos



Nódulo

Densidad

Tamaño

Forma

Borde

Tejidos vecinos

Claramente benignas

Calcificaciones

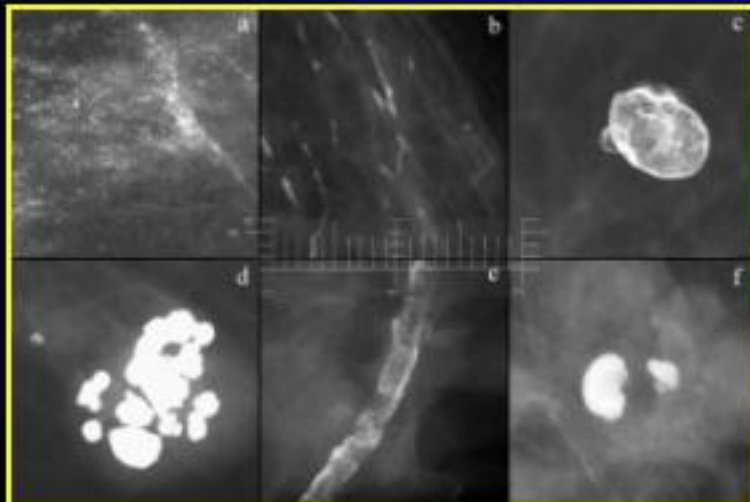
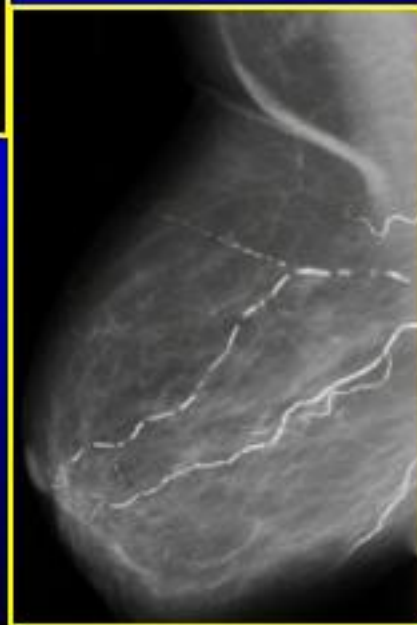
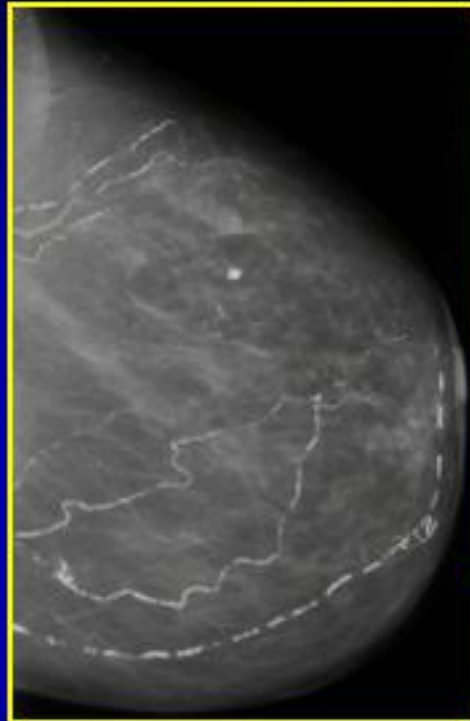
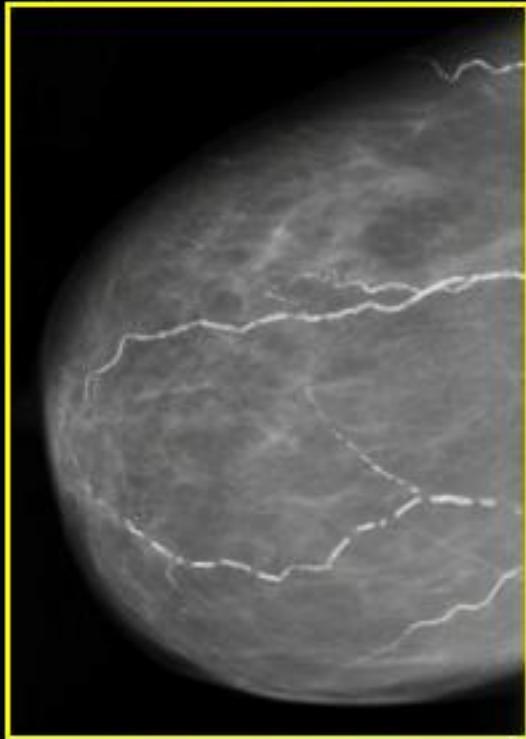
Tamaño

Número

Forma

Disposición

Distribución



Malignas

Calcificaciones

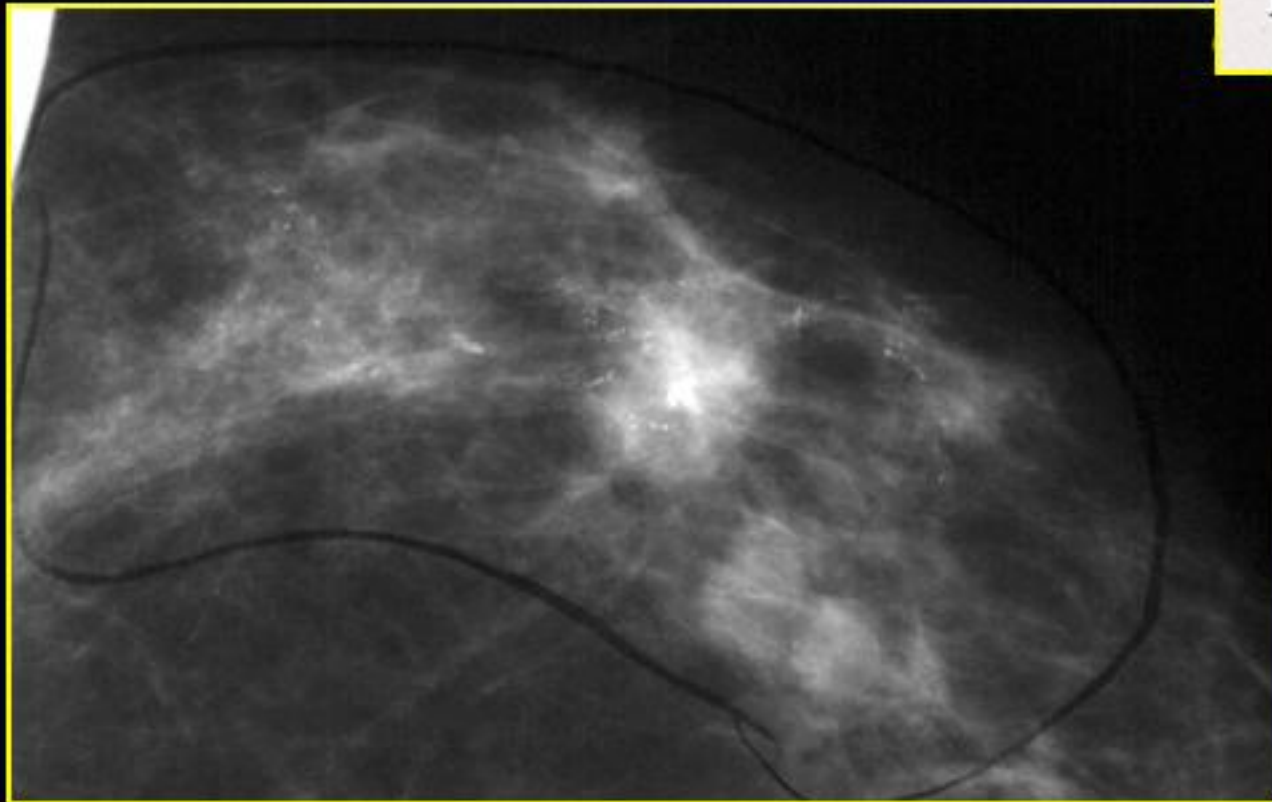
Tamaño


Número

Forma

Disposición

Distribución





A TRAVÉS
DE UNA MAMOGRAFÍA
SE VE LA VIDA.

Hazte una mamografía
a partir de los 45/50, y verás
todo lo que te queda por vivir.

Una mamografía sirve
para ver el 99,6 %
de las veces
que todo está bien.
Y el 0,4 % restante
para tomar
soluciones a tiempo.



aecc

Asociación Española
de Cáncer

www.muchoxvivir.org

19 de octubre. Día contra el Cáncer de mama.

Creo que todavía no sabes
cuánto **te quiero,**

así que te lo voy a decir
en 3 palabras...



Hazte una mamografía

- Una de cada 10 mujeres desarrollará un cáncer de mama.
- La mamografía es la forma más eficaz de detectar a tiempo un cáncer de mama.
- La mamografía es una prueba sencilla y no dolorosa.
- El diagnóstico precoz aumenta hasta el 90% las posibilidades de curación.

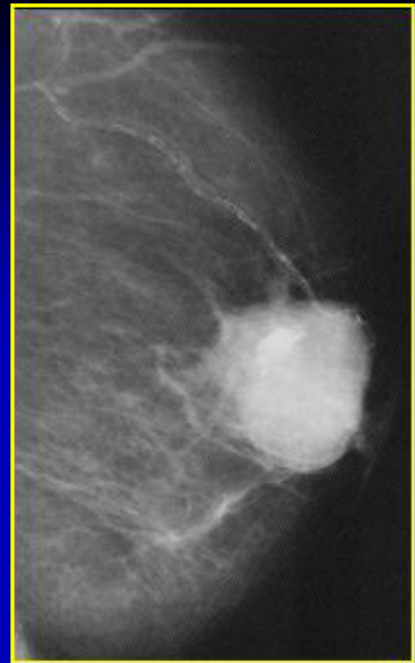


aecc
Contra el Cáncer

19 de Octubre

Día Contra el Cáncer de Mama



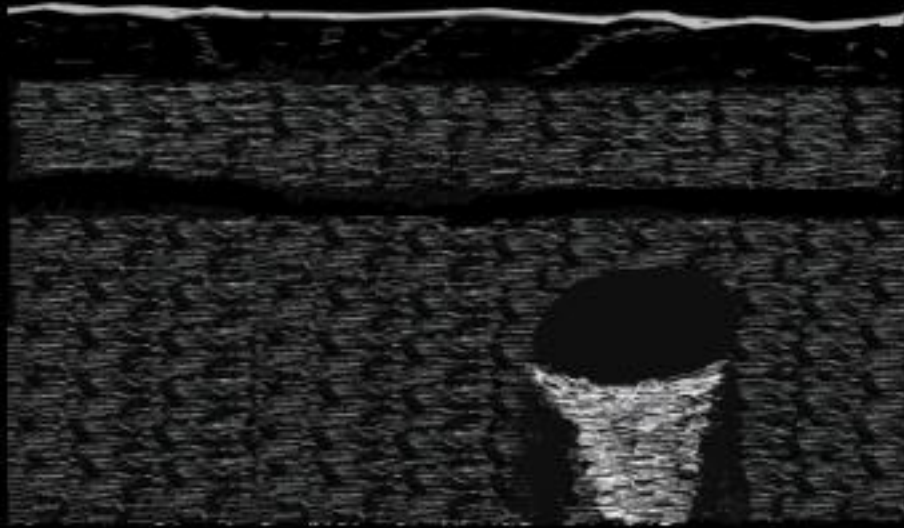


**SEMIOLÓGIA
ECOGRÁFICA**

LÍQUIDO

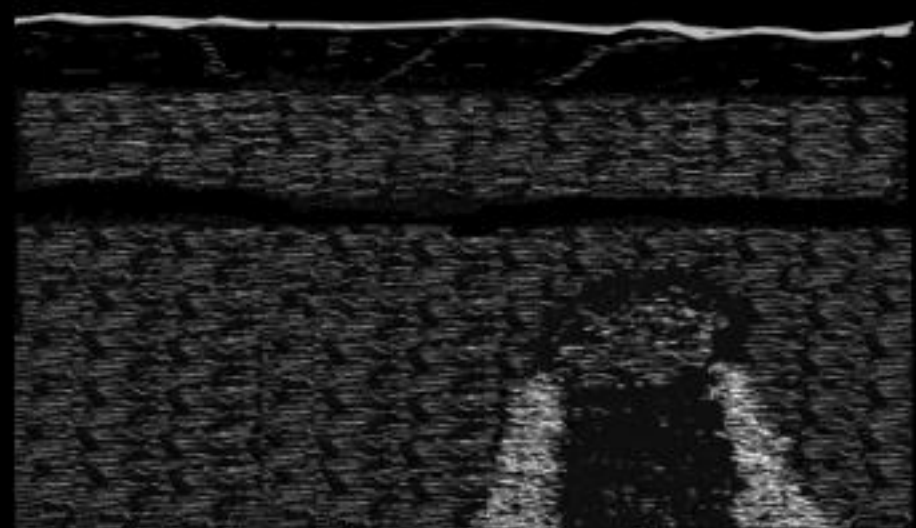


SÓLIDO



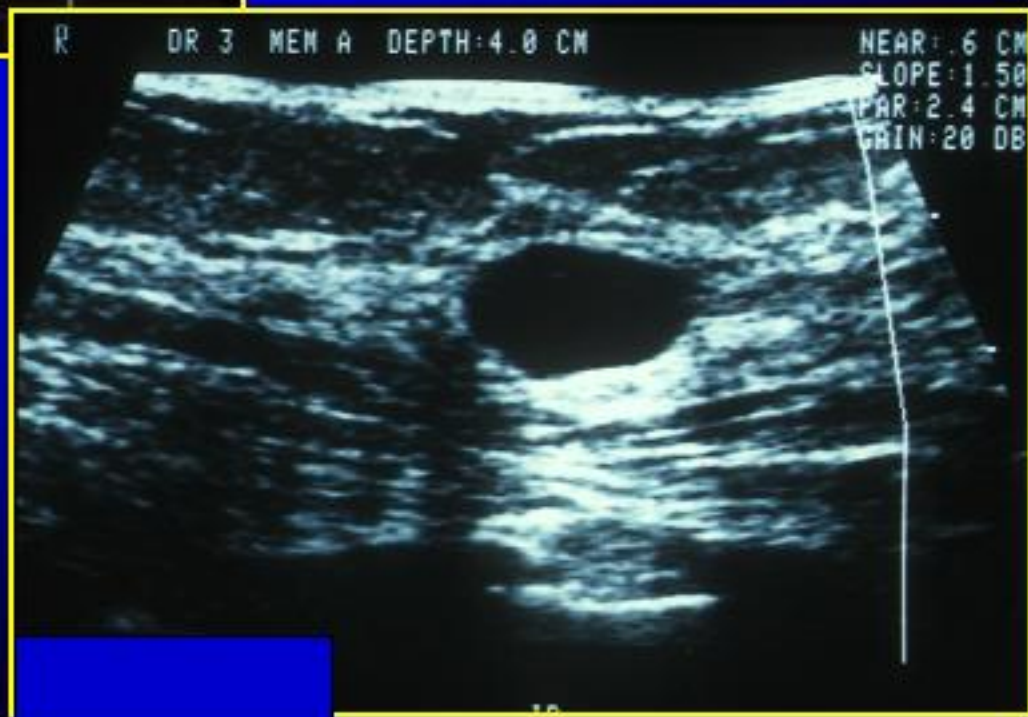
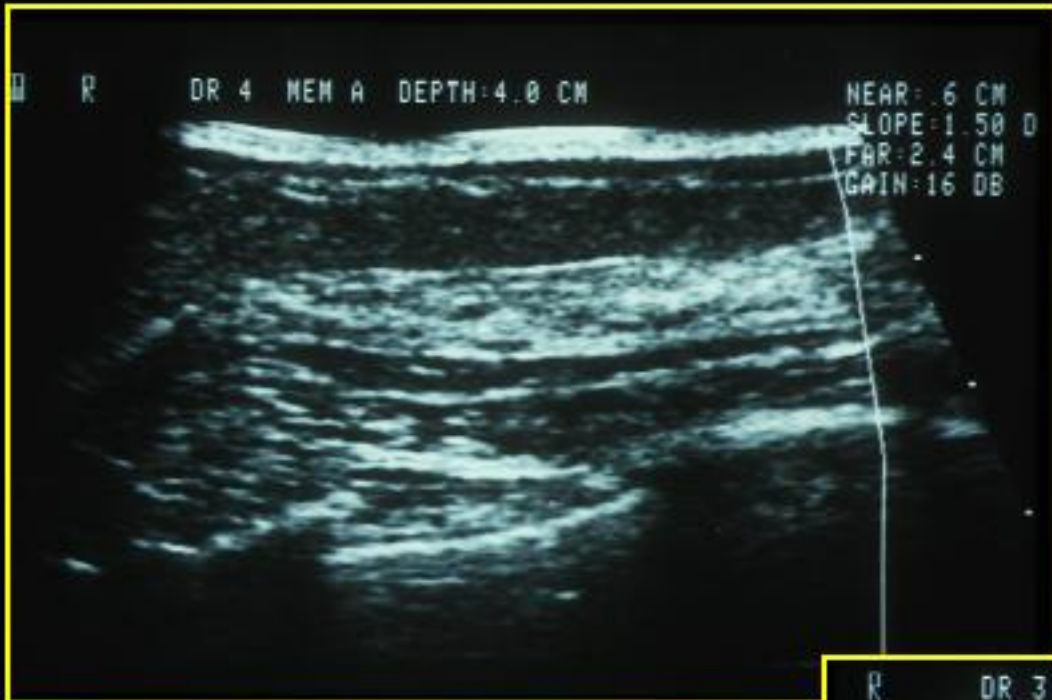
Refuerzo posterior

Sombras laterales



Sombra posterior

Refuerzos laterales





En la gran mayoría de los casos la mamografía sirve para confirmar que no existe ningún problema maligno en la mama.

De cada 1.000 mujeres a las que se les hace una mamografía, 996 no tienen cáncer de mama.

¿Qué es el diagnóstico precoz?

Hablamos de **diagnóstico precoz, screening o cribado** cuando, gracias a distintas técnicas diagnósticas de fácil realización, los tumores pueden ser detectados aunque no han dado síntomas y la persona cree que está sana.

¿Qué prueba es la que se lleva a cabo en un screening de cáncer de mama?

La **MAMOGRAFÍA**. Consiste en la realización de una radiografía especial de las mamas con un aparato de rayos X (**mamógrafo**). **Es la prueba más eficaz para detectar precozmente el cáncer de mama.**

Es una prueba sencilla y generalmente NO ES DOLOROSA, aunque dependiendo de la sensibilidad de cada mujer, la presión sobre la mama puede resultar molesta.

La dosis de radiación empleada en la mamografía es mínima, por lo que resulta inofensiva.

El mamógrafo puede estar ubicado en un centro sanitario o en una unidad móvil que permite que se desplace por las distintas ciudades y pueblos para llegar más fácilmente a toda la población.

¿Por qué son tan importantes las recomendaciones de la Unión Europea?

La calidad de la atención al cáncer de mama que las mujeres europeas reciben actualmente no es uniforme y varía en función del país y de la región.

La Resolución de 2006 del Parlamento Europeo sobre el cáncer de mama en la Unión Europea ampliada y la primera Resolución de 2003 reivindican el derecho de todas las mujeres europeas a recibir una atención igualitaria y de alta calidad, en consonancia con lo recogido en las recomendaciones europeas. El objetivo es reducir la mortalidad por cáncer de mama en toda la Unión Europea y reducir la disparidad en los índices de supervivencia entre los países.

El Parlamento Europeo ha considerado que las medidas más eficaces para reducir las diferencias en la atención sanitaria y en los índices de mortalidad son los programas poblacionales de cribado mamográfico y la creación de unidades especializadas en patología mamaria, así como la formación y los procedimientos de auditoría para garantizar el cumplimiento de los estándares de calidad.

La eficacia del cribado mamográfico depende del buen estado de los equipos, de la competencia de la persona encargada de su funcionamiento y de la persona que interpreta los resultados. La eficacia de los programas de cribado también reduce los posibles efectos negativos de esta técnica, como puede ser la ansiedad.

El cribado mamográfico debería ofrecerse cada dos años a todas las mujeres de entre 50 y 69 años de edad, dentro del marco del sistema público de salud, según las recomendaciones de la Agencia Internacional para la Investigación del Cáncer (IARC) y las Recomendaciones del Consejo Europeo para el cribado del cáncer.

Las recomendaciones europeas establecen estándares claros de calidad para todos los aspectos relacionados con el cribado y el diagnóstico y dedican capítulos específicos a la disciplina correspondiente. Aunque estas recomendaciones se centran en el cribado mamográfico de las mujeres asintomáticas, también se proporcionan recomendaciones para mujeres con síntomas de cáncer de mama.

El cumplimiento de las normas para una alta calidad en todos los aspectos de los programas de cribado mejorará la atención de las mujeres que participan en los programas y de todas las mujeres con lesiones mamarias que necesiten tratamiento.



