

Cáncer de mama: ¿Está usted en riesgo?

El riesgo de cáncer aumenta en todas las personas a medida que envejecen. Dependiendo del tratamiento específico que ha recibido contra el cáncer infantil, usted puede tener un mayor riesgo de desarrollar cáncer de mama. Es importante entender ese riesgo para que usted tome medidas para proteger su salud.

¿Cuáles son los factores de riesgo?

Varios estudios han demostrado que **las mujeres que recibieron radiación en el pecho durante el tratamiento del cáncer en la infancia, adolescencia o la edad adulta joven** tienen un mayor riesgo de desarrollar cáncer de mama a medida que envejecen, en comparación con las mujeres de su misma edad en la población general. El riesgo de cáncer de mama secundario está relacionado con **la ubicación y dosis de radiación**. Las personas tratadas con dosis más altas de radiación tienen un riesgo mayor. Los investigadores están estudiando este problema para entender mejor los factores de riesgo y encontrar maneras de prevenir el cáncer de mama secundario.

¿Cuándo es probable que ocurra el cáncer de mama?

El riesgo de cáncer de mama secundario comienza a aumentar unos diez años después de la radioterapia y sigue aumentando a partir de entonces. Esto significa que si una mujer desarrolla cáncer de mama después de recibir radiación en el pecho por un cáncer durante su infancia o adolescencia, generalmente ocurre a una edad mucho más joven (por lo general de 30 a 40 años) que en las mujeres que desarrollan cáncer de mama primario (generalmente a los 50 años o después).

¿Qué puedo hacer para proteger mi salud?

La mayoría de las mujeres que recibieron radioterapia en el pecho durante la infancia, la adolescencia o la edad adulta joven **no** desarrollarán cáncer de mama. Si usted recibió radiación en el pecho, es importante entender que el riesgo **es** mayor para usted que para las mujeres de su edad que nunca han recibido radioterapia. Por lo tanto, la mejor manera de proteger su salud es tomar medidas para vigilar cuidadosamente sus senos. De esta manera, si se desarrolla un cáncer, se detectará en sus primeras etapas, cuando el tratamiento es más eficaz. También es importante informarle del historial de su tratamiento de cáncer a su médico, incluyendo la dosis de radiación en el pecho que recibió. Usted debe hacer arreglos para que su oncólogo o al centro oncológico un resumen escrito de su tratamiento contra el cáncer (ver el Enlace de la salud relacionado: “Introducción al seguimiento de largo plazo”).

¿Qué monitoreo se recomienda?

Si ha recibido radioterapia en el pecho, o axila, o irradiación corporal total (TBI) durante la infancia, la adolescencia o la edad adulta joven, debe:

1. Tener un examen clínico de los senos realizado por su proveedor de atención médica, por lo menos una vez al año hasta llegar a los 25 años de edad—y después cada 6 meses a partir de entonces.

2. Hacerse una mamografía y un MRI del pecho (examen de imágenes por resonancia magnética) anualmente, empezando a la edad de 25 años de edad, o a los 8 años después de haber recibido la radiación (lo último que ocurra).

Si su proveedor de atención médica no está familiarizado con estas recomendaciones de seguimiento para las mujeres que han recibido radioterapia en el pecho durante la infancia, la adolescencia o la edad adulta joven, te animamos a compartir este Enlace de la salud con ellos, y decirles que información adicional también está disponible en www.survivorshipguidelines.org.

¿Hay algo más que pueda hacer para minimizar el riesgo?

Los siguientes cambios de estilo de vida pueden ayudar a reducir el riesgo de desarrollar cáncer de mama, y también le ayudarán a mantenerse lo más saludable posible:

- Coma más frutas y verduras (se recomienda por lo menos 5 porciones al día).
- Haga ejercicio por lo menos 30 minutos por día en la mayoría de los días de la semana.
- Mantener un peso corporal saludable.
- Limita su consumo de alcohol a no más de una bebida por día.
- Evitar fumar o vapear.
- Si usted tiene un bebé, trate de amamantarlo por al menos cuatro meses.
- Si usted necesita terapia de reemplazo hormonal o pastillas anticonceptivas, discuta los riesgos y beneficios con su proveedor de atención médica.

Si tiene preguntas sobre su riesgo a desarrollar cáncer de mama y cómo puede proteger mejor su salud, asegúrese de hablar sobre esto con su médico.

Escrito por Melissa M. Hudson, MD, St. Jude Children's Research Hospital, Memphis, TN; y Wendy Landier, PhD, CPNP, Children's Hospital of Alabama, Birmingham, AL. Porciones adaptadas de *CCSS Newsletter*, invierno 2001, usado con licencia.

Revisado por Amelia DeRosa, RN, BSN, CPON; Kayla L. Foster, MD, MPH; y Christine Yun MSN, PNP, CPON®.

Traducido por Claudia Cornejo, BA y Sonia Dupré, PhD, Baylor College of Medicine, Houston, TX.

Traducción revisada por Ricardo J. Flores, MD y Monica Gramatges, MD, Baylor College of Medicine, Houston, TX.

Baylor College of Medicine desea reconocer el apoyo de traduciendo los "Health Links" al Español que fue provisto por una subvención generosa del Cancer Prevention Research Institute of Texas (CPRIT) Numero de Subvención PP130070.

Podrá encontrar información médica adicional para los sobrevivientes al cáncer infantil en www.survivorshipguidelines.org

Nota: En esta serie denominada *Health Links* (*enlaces de salud*), el término "cáncer infantil" se utiliza para designar cánceres pediátricos que pueden manifestarse durante la infancia, la adolescencia o la edad adulta temprana. Health Links está diseñado para proporcionar información médica de los sobrevivientes de cáncer pediátrico, independientemente de si el cáncer se produjo durante la infancia, la adolescencia o la edad adulta temprana.

Exención de responsabilidad y aviso de derechos de propiedad

Introducción a las directrices de efectos tardíos y Health Links: Las pautas de seguimiento a largo plazo para sobrevivientes de cáncer en la infancia, la adolescencia o la edad adulta temprana, así como los Health Links que las acompañan, fueron desarrollados por Children's Oncology Group (Grupo de Oncología Infantil) como un esfuerzo colaborativo de Late Effects Committee (Comité de Efectos Tardíos) y Nursing Discipline (Disciplina de Enfermería), y las mantiene y actualiza Children's Oncology Group's Long-Term Follow-Up Guidelines Core Committee (Comité de Pautas Básicas de Seguimiento a Largo Plazo y sus grupos de trabajo asociados).

Para pacientes con cáncer (si son niños, sus padres o tutores legales): Consulte a un médico u otro proveedor de la salud calificado si tiene preguntas sobre una afección médica y no se base en el Contenido Informativo. Children's Oncology Group es una organización de investigación y no proporciona atención ni tratamiento médico individualizado.

Para médicos y otros proveedores de atención médica: El Contenido Informativo no está destinado a sustituir su juicio clínico independiente, asesoramiento médico ni a excluir otros criterios legítimos para la selección, el asesoramiento médico o la intervención para complicaciones específicas del tratamiento contra el cáncer infantil. El Contenido Informativo tampoco pretende excluir otros procedimientos de seguimiento alternativos razonables. El Contenido Informativo se proporciona como cortesía, pero no como única fuente de orientación para la evaluación de los sobrevivientes al cáncer infantil. Children's Oncology Group reconoce que las decisiones específicas de atención al paciente le corresponden al paciente, a la familia y al proveedor de atención médica.

El Contenido Informativo, Children's Oncology Group o una parte afiliada o un miembro de Children's Oncology Group no avalan ninguna prueba, producto o procedimiento específicos.

Ausencia de alegaciones de exactitud o integridad: Aunque Children's Oncology Group ha hecho todo lo posible por garantizar que el Contenido Informativo sea preciso y completo a partir de la fecha de publicación, no se ofrece ninguna garantía o declaración, expresa o implícita, en cuanto a la exactitud, confiabilidad, integridad, relevancia u oportunidad de dicho Contenido Informativo.

Ausencia de responsabilidad por parte de Children's Oncology Group y las partes relacionadas/acuerdo de indemnización e indemnidad para Children's Oncology Group y las partes relacionadas: Ni Children's Oncology Group ni ninguna parte afiliada o miembro de este asume ninguna responsabilidad por daños derivados del uso, la revisión o el acceso al Contenido Informativo. Usted acepta los siguientes términos de indemnización: (i) las "Partes Indemnizadas" incluyen a los autores y colaboradores del Contenido Informativo, todos los funcionarios, directores, representantes, empleados, agentes y miembros de Children's Oncology Group y las organizaciones afiliadas; (ii) al utilizar, revisar o acceder al Contenido Informativo, usted acepta, a su cargo, indemnizar, defender y mantener indemne a las Partes Indemnizadas de cualquier pérdida, responsabilidad o daño (incluidos los gastos y honorarios de los abogados) derivados de cualquier reclamo, acción legal, litigio, procedimiento o demanda relacionados con o derivados del uso, la revisión o el acceso al Contenido Informativo.

Derechos de propiedad: El Contenido Informativo está sujeto a protección en virtud de la ley de derechos de autor y otras leyes de propiedad intelectual en los Estados Unidos y en todo el mundo. Children's Oncology Group conserva derechos de autor exclusivos y otros derechos personales y reales sobre el Contenido Informativo y reclama todos los derechos de propiedad intelectual disponibles en virtud de la ley. Por la presente, usted acepta ayudar a Children's Oncology Group a asegurar todos los derechos de autor y derechos de propiedad intelectual en beneficio de Children's Oncology Group mediante la adopción de medidas adicionales en un momento posterior, lo que podría incluir la firma de consentimientos y documentos legales y limitar la difusión o reproducción del Contenido Informativo.