

Salud mamaria: concientización temprana, bienestar de por vida

Sala de prensa de OSF HealthCare

Matt Sheehan, coordinador de Relaciones con los Medios

IMPRIMIR GUIÓN

En mayo de 2023, funcionarios federales redactaron una innovadora recomendación para que las mujeres se realicen el estudio habitual de detección de cáncer de mama, conocido como mamografía. En esa nueva orientación presentada por el Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de Estados Unidos (United States Preventive Services Task Force, USPSTF), se redujo la edad de 50 a 40.

El cáncer de mama es el tipo de cáncer más común en mujeres en Estados Unidos, de acuerdo con la Sociedad Americana contra el Cáncer (American Cancer Society, ACS). Constituye cerca del 30 % de los nuevos casos de cáncer en mujeres cada año.

Banesa Chavez, enfermera registrada de práctica avanzada de OSF HealthCare, afirma que la intervención temprana es clave para la prevención de la muerte por cáncer de mama.

“El beneficio de los estudios de detección es la posibilidad de detectarlo y tratarlo antes”, agrega Chavez. “Los resultados son mucho mejores cuando el cáncer se detecta en las etapas más tempranas”.

Además de consultar con un especialista de salud mamaria, Chavez dice que hay formas de realizar autoexámenes de mama en casa. Añade que es vital mantenerse atento a todos los signos y síntomas y consultar con un proveedor médico si se detecta algo preocupante.

“Si tienen dolor o secreciones”, dice Chavez. “Las mujeres deberían realizarse autoexámenes todos los meses”.

Si no saben cómo realizarse un autoexamen de mama, pueden leer la [Introducción a los autoexámenes de mama \(Breast self-checks 101\) en la Sala de prensa de OSF](#).

Según Chavez, las nuevas recomendaciones de exámenes de detección de cáncer de mama deberían ser un motivo por el que mujeres más jóvenes presten atención a cualquier bulto o protuberancia que puedan ver o sentir en las mamas.

“El hecho de que no tengan 40 o 50 años, no significa que deban ignorar las anomalías y cambios en las mamas”, dice Chavez. “Vengan a vernos. Hay otras cosas que podemos hacer, además de las mamografías, para detectar lo que está sucediendo con los cambios en las mamas. Especialmente si hay antecedentes familiares de cáncer de mama, es importante no ignorar los síntomas”.

Los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) informan que todos los años se diagnostican cerca de 240 000 casos de cáncer de mama en mujeres y cerca de 2100 en hombres. Cerca de 42 000 mujeres y 500 hombres en EE. UU. mueren a causa de esta enfermedad todos los años.

[Las recomendaciones de OSF HealthCare para mamografías están disponibles aquí.](#)