

CÁNCER DE MAMA ¡EL SABER AYUDA!

Spanisch



krebsliga

Información – sobre la salud para
mujeres en el cantón de Zúrich

- Preguntas y respuestas
- ¿Qué puedo hacer yo misma?
- La autoexploración del pecho
- Radiografías del pecho: Mamografía
- Direcciones útiles

Indicación: Si se utiliza en este texto sólo el término médicos, nos referimos también a las mujeres médicos

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

¿Qué es el cáncer de mama?

El cáncer de mama es una enfermedad, que se origina por células del pecho. El cáncer de mama puede ser mortal.

¿En qué lugares se conoce el cáncer de mama?

En todo el mundo se enferman mujeres de cáncer de mama.

¿Cuántas mujeres enferman en el cantón Zúrich de cáncer de mama?

Seguro que son de 2 a 3 mujeres por día. Importante: ¡Muchas modificaciones o cambios dentro o fuera del pecho no son cáncer!

¿Por qué es importante detectar a tiempo el cáncer de mama?

El cáncer de mama detectado a tiempo se puede tratar mejor. Y las posibilidades de que se cure la enfermedad son mayores.

¿Cómo le viene a una mujer cáncer de mama?

Los motivos exactos de cómo y porqué le viene a una mujer el cáncer de mama no se conocen aún. Lo que sí es seguro es que: Ninguna mujer tiene culpa de contraer la enfermedad.

¿Se contagia el cáncer de mama?

No, el cáncer de mama no se contagia.

¿Qué aumenta el riesgo de desarrollar un cáncer de mama?

- Con la edad aumenta el riesgo de cáncer de mama
- Mujeres que tienen madres, hermanas y/o hijas con cáncer de mama, tienen más riesgo de contraer la enfermedad.
- La obesidad aumenta el riesgo en las mujeres después de la menopausia, o sea, en las mujeres que ya no tienen el ciclo menstrual.
- El fumar, tomar demasiado alcohol y hacer poco movimiento aumentan el riesgo de contraer cáncer. Y posiblemente también es así para el cáncer de mama.

¿Aumentan el riesgo de contraer cáncer de mama los tratamientos hormonales contra las molestias durante/después de la menopausia?

Sí, especialmente si una mujer toma hormonas durante un período de tiempo prolongado.

¿Les viene también a las mujeres jóvenes el cáncer de mama?

Sí, también a mujeres jóvenes les puede venir el cáncer de mama. Pero la experiencia dice que la mayoría de las mujeres que se enferman tienen más de 50 años.

¿Cómo noto yo que quizás tenga cáncer de mama?

Cuando se empieza a formar el cáncer de mama sólo lo puede detectar el médico con exámenes especiales (sobre todo con mamografías, o sea con radiografías del pecho). Más tarde se nota por ejemplo un bultito sin dolor en el pecho. O un pecho cambia de color, de forma o de tamaño. En ocasiones puede estar el pecho tirante o doler pero de distinta forma que cuando se va a tener la regla. Estos cambios pueden tener también otros motivos, que no tienen nada que ver con el cáncer.

¿Hay medicamentos para evitar el cáncer de mama?

Estos medicamentos no existen todavía. Pero se está investigando de manera intensiva.

¿Se pueden curar las mujeres que enferman de cáncer de mama?

En cada mujer es distinto. Pero sabemos que 4 de cada 5 mujeres que enferman aún viven después de 5 años. Las posibilidades de curación son mayores si la enfermedad se detecta temprano.

¿Enferman también hombres de cáncer de mama?

Sí, en el cantón de Zúrich son unos 5 a 6 hombres por año.

¿QUÉ PUEDO HACER YO MISMA?

Vaya a reconocerse con regularidad

Le recomendamos que a partir de los 50 años se haga reconocer los pechos por el médico cada dos años, mejor si lo hace el ginecólogo.

Déjese aconsejar en caso de que haya algún cáncer de pecho en la familia

¿Se ha enfermado su madre, hermana y/o su hija de cáncer de mama? Pregunte en este caso a su médico qué reconocimientos serían los mejores para Usted. Esta consulta la pagará, en principio, su seguro de enfermedad.

Contrólese Usted misma los pechos

Cuanto antes comience Usted a controlarse los pechos, mejor conocerá todos sus cambios. Muchos de ellos tienen que ver con el ciclo menstrual y con la edad. Para el control, los mejores días son los de después de la regla. Las mujeres que no la tienen, elijen un día fijo del mes.

RADIOGRAFÍA DEL PECHO: MAMOGRAFÍA

¿Qué es una mamografía?

La mamografía es una radiografía del pecho.

¿Para qué sirve la mamografía?

La mamografía sirve para ver los cambios en el pecho. Especialmente se hace para detectar pronto el cáncer de mama. Póngase en contacto con su médico y pregúntele por los costes.

¿Evita la mamografía el cáncer de mama?

No.

¿Son perjudiciales las radiaciones de la mamografía?

Todas las radiaciones pueden ser perjudiciales, pero en la mamografía son tan pequeñas, que no se cree que haya consecuencias para la salud.

¿Cuándo se hace una ecografía?

La ecografía es una posibilidad más de

reconocer el pecho. Se utiliza sobre todo en mujeres jóvenes.

¿Cuándo y con qué frecuencia tiene sentido hacer una mamografía?

Cuando existe un riesgo (por ejemplo un bulto en el pecho o cáncer de pecho en la familia), suele aconsejar el médico hacer una mamografía. Por regla general la paga el seguro de enfermedad. A veces aconseja el médico también a mujeres entre los 50 y 69 años el hacer una mamografía cada dos años, aunque no tengan demasiado riesgo. Los gastos entonces no los paga el seguro, a no ser que se tenga un seguro complementario, que sí los pagaría. Pídale Usted información a su seguro o a su médico. Más información encontrará también en el folleto «Cáncer de mama detectado a tiempo por la mamografía». (Se puede pedir a la liga contra el cáncer).

SERVICIOS DE ASESORAMIENTO (GRATUITOS)

en alemán, francés, italiano, inglés

Liga contra el cáncer de Zúrich (Krebsliga Zürich)

- Consultorio en Zúrich
Teléfono 044 388 55 00
www.krebsliga-zh.ch
- Consultorio en Winterthur
Teléfono 052 212 39 39

Consultorio para personas con riesgo de cáncer genéticamente condicionado

- Universitätsspital Zürich
Telefon 044 255 22 14

Consultorio por teléfono o internet

- **Teléfono del cáncer** de la Liga Suiza (Krebsliga Schweiz) contra el cáncer,
Teléfono 0800 11 8811
- **Servicio de información médica**
Teléfono 044 388 55 22
Todos los martes por la tarde de 14 a 17 horas contestan médicos a sus preguntas sobre enfermedades de cáncer al teléfono
- **helpline@swisscancer.ch**
- **www.krebsforum.ch**

AUTOEXPLORACIÓN DEL PECHO



Ponerse delante del espejo. Las manos en las caderas.
Observar: ¿Hay algún cambio anormal en el color, en la forma o en el tamaño del pecho?



Ponerse delante del espejo. Cruzar las manos detrás, de la cabeza.
Observar: ¿Hay algún cambio anormal en el color, en la forma o en el tamaño del pecho?



Ponerse delante del espejo. Cruzar las manos detrás de la cabeza.
Girar el cuerpo hacia la izquierda, luego hacia la derecha.
Observar: ¿Hay algún cambio anormal en el color, en la forma o en el tamaño del pecho?



Palpar con la punta de los dedos el pecho derecho y luego el izquierdo.
¿Se nota algún bultito?



Palpar con la punta de los dedos la axila derecha y luego la izquierda.
¿Se nota algún bultito?

Si encontrara Usted algún cambio en el pecho o fuera de él, le recomendamos que haga una cita con su médico, o mejor con el ginecólogo. Esta visita, en principio, la paga su seguro de enfermedad. ¡No se haga aún problemas!

9 de cada 10 cambios en los pechos no son cáncer.

MUY CERCA DE USTED

La liga contra el cáncer de Zúrich (Krebsliga Zürich)

está ahí para personas que tienen preguntas sobre el cáncer

Ofrecemos de manera gratuita

- en alemán, francés, italiano, inglés
- consultorio e información en preguntas alrededor del cáncer
- consultorio con preguntas sobre el seguro
- en alemán
- consultorio por teléfono con un médico (todos los martes por la tarde – 044 388 55 22)
- ayuda para buscar información importante en internet
- la utilización de nuestra biblioteca con libros sobre el tema cáncer
- el envío de informaciones, folletos y libros a su domicilio

Personas enfermas de cáncer

y sus familiares encuentran aquí consul-

torio gratuito y apoyo. Les ayudamos también por teléfono, personalmente en el consultorio o en su casa.

Visítenos

o telefónee – estamos aquí para ayudarle. Nos encontrará muy cerca de Usted:

Zúrich, Tel. 044 388 55 00
Klosbachstrasse 2, 8032 Zúrich
www.krebsliga-zh.ch
info@krebsliga-zh.ch

Winterthur, Tel. 052 212 39 39
Brühlgartenstrasse 1, 8400 Winterthur

Pedido de folletos

Tel. 044 388 55 00, Fax 044 388 55 11
info@krebsliga-zh.ch
Este folleto se encuentra en alemán, albanés, bosnio-croata-serbio, italiano, portugués, español y turco

Pie de imprenta

Publicado por Krebsliga Schweiz, Effingerstrasse 40, Postfach 8219, 3001 Bern, Telefon 031 389 91 00, Fax 031 389 91 60, E-Mail info@swisscancer.ch, www.swisscancer.ch

Texto Katja Ceesay-Egli, lic. phil., Instituto para medicina social y preventiva de la universidad de Zúrich (ISPMZ), y Margaretha María Hubler, lic. phil., Liga contra el cáncer de Suiza (Krebsliga Schweiz), en colaboración con la Liga contra el cáncer de Zúrich (Krebsliga Zürich)

Consejería especializada PD Dr. phil. II Nicole Probst-Hensch y Dr. med. Karin Faisst, ambos del Instituto para medicina social y preventiva de la universidad de Zúrich (ISPMZ), Dr. med. Daniel Schaetti, médico especialista en ginecología y ayuda al parto FMH, Meilen

Coordinación para la traducción Oficina especializada en prevención de adicciones y promoción de la salud interculturales (Fachstelle für interkulturelle Suchtprävention und Gesundheitsförderung)

Traducción Francisca Oliver

Fotografía 7Pictures, Gümliigen

Dibujos crivellis, Zúrich

Creación Fruitcake, Worb

Impreso J. Künzle AG, Zúrich

© 2007

Krebsliga Schweiz, Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zúrich, Kantonale Krebsligen



krebsliga zürich