



Después del cáncer de mama:

Lo que *necesita saber* acerca
de su salud ginecológica



La verdad acerca de la
relación entre el cáncer
de ovario y el cáncer de mama.



The Susan
G. Komen
Breast Cancer
Foundation



Cómo

El cáncer de mama es

el tipo de cáncer más común que afecta a la mujer. Se diagnostican más de 200,000 nuevos casos cada año. El diagnóstico temprano de cáncer de mama mejora sus probabilidades de supervivencia. Un mejor tratamiento también le ayudará a sobrevivir el cáncer de mama. Con la supervivencia surge la necesidad de aprender a lidiar con la menopausia y el envejecimiento. Los médicos con frecuencia aconsejan de manera diferente a las mujeres que han padecido de cáncer de mama. Esto se debe a que sus problemas son distintos a los de otras mujeres.

Este folleto describe algunas de las posibles complicaciones que

cuidarse

podría desarrollar como sobreviviente del cáncer de la mama. Incluye consejos de médicos especialistas en cánceres ginecológicos (que afectan el sistema reproductivo femenino). Estos médicos reciben primero formación como



médicos ginecólogos. Luego dedican años al estudio de la ciencia, el diagnóstico y tratamiento de los cánceres ginecológicos.

Sus conocimientos acerca del cáncer y de la salud femenina les permiten hacer sugerencias muy importantes.



cuidarse

La importancia de los antecedentes familiares

¿Si tuve cáncer de mama, corro el riesgo de tener algún otro tipo de cáncer femenino?

Como sobreviviente del cáncer de mama, es posible que usted corra mayor riesgo de padecer también otros tipos de cáncer. Entre los factores de riesgo comunes se cuentan el envejecimiento, el aumento de peso durante la madurez o los errores genéticos que una hija puede heredar de su padre o madre. Cada gen tiene un código único que indica cómo funcionará ese gen. A veces, los genes no funcionan bien debido a un error en su código. Cuando esto sucede, se dice que se ha producido una mutación. La mutación a menudo hace que una mujer desarrolle cáncer de mama o de ovario. Es posible que usted corra mayor riesgo de tener una mutación si tiene alguno de los siguientes antecedentes:

- Antecedentes personales o familiares de cáncer de mama antes de los 40 años
- Antecedentes personales o familiares de cáncer de mama por línea paterna y materna
- Antecedentes personales o familiares de cáncer de mama y cáncer de ovario

Hasta ahora, sólo se han relacionado unos pocos genes con el cáncer de mama. Estos genes representan solamente entre el 5 y el 10% de todos los casos de cáncer de mama. BRCA1 y BRCA2 son los dos genes más comunes. Probablemente son responsables de más del 90% de los casos de cáncer de mama hereditario. Las mutaciones del gen BRCA son más comunes en determinados grupos étnicos, como los judíos asquenazís. La realidad es que el 90% de las mujeres que tiene cáncer de mama no lo hereda de su madre ni de su padre. Aparte del hecho de ser mujer, la mayoría de ustedes probablemente no tiene factores de riesgo conocidos. Debería conversar con su médico sobre cómo disminuir su riesgo de padecer cáncer de mama. Una buena

pregunta para hacerle es cuál es la prueba de detección de cáncer mas apropiada para usted.

¿En qué consisten las pruebas genéticas y cómo sé si son adecuadas para mí?

Las pruebas genéticas son un proceso de varios pasos.

Este proceso incluye un estudio detallado de los antecedentes familiares tanto maternos como paternos. Un asesor en genética le ayudará luego a decidir si la prueba es apropiada para usted. La prueba genética no es como una mamografía o la prueba de Papanicolaou, que están diseñadas para todas las mujeres. Sólo es adecuada para las mujeres que podrían correr un alto riesgo de portar una mutación en sus genes.

La American Society of Clinical Oncology (Sociedad Americana de Oncología Clínica) recomienda proponer la prueba de predisposición genética cuando:

- La persona tiene marcados antecedentes familiares de cáncer
- El cáncer aparece a temprana edad
- Hay probabilidades de que la prueba demuestre que la persona tiene una mutación específica
- La persona ha tenido una consulta con un asesor genético calificado y considera que es importante realizar esta prueba
- Los resultados cambiarán la actitud de la persona para enfrentar el cáncer

Sólo un proveedor de atención médica puede solicitar la prueba del gen BRCA. Las pruebas genéticas comienzan verdaderamente con el asesoramiento del especialista en genética y un análisis de sangre. El médico interpreta los códigos de los genes BRCA1 y BRCA2 para determinar si hay errores. Si hay una mutación, otros miembros de la familia pueden someterse a la prueba para ver si tienen esa mutación específica. Los judíos asquenazís se pueden hacer la prueba para detectar tres errores de codificación genética que se presentan a menudo en esa población. La prueba genética no debería ser el único curso de acción a tomar sino que debe hacerse junto con el asesoramiento genético de un experto que pueda evaluar el riesgo de cáncer. Ser portadora de una mutación genética no significa que usted tenga cáncer o que desarrollará la enfermedad; solamente aumenta su riesgo de desarrollar cáncer de mama o de ovario.

¿Afectará mi tratamiento contra el cáncer mi paso por la menopausia?

Usted corre el mismo riesgo que las demás mujeres que atraviesan por la menopausia. Luego de un tratamiento contra el cáncer, puede experimentar una menopausia inducida por el tratamiento o una menopausia natural. El tratamiento contra el cáncer de mama a menudo puede interrumpir su ciclo menstrual. La duración de esta interrupción puede variar. Puede ser temporal o permanente, según su edad y el tipo de tratamiento que reciba. La terapia con tamoxifeno podría empeorar los sofocos de la menopausia. Es importante que hable de su ciclo menstrual y sus síntomas con su médico.

La enfermedad cardíaca y la osteoporosis son dos de las principales causas de enfermedades no relacionadas con el cáncer y muerte en las mujeres. La terapia de reemplazo de estrógeno podría ayudar a combatir la enfermedad cardíaca y también brinda protección contra las fracturas óseas. Sin embargo, en general se aconseja evitar la terapia de reemplazo hormonal, ya que algunos médicos consideran que puede aumentar el riesgo de reincidencia del cáncer de mama.

Actualmente, usted cuenta con muchas más opciones de tratamiento contra la osteoporosis, la enfermedad cardíaca y otros síntomas de la menopausia. Además de la terapia de reemplazo de estrógeno, existen opciones no hormonales para el tratamiento de la osteoporosis y la enfermedad cardíaca. Algunas medidas importantes para reducir su riesgo son mantener valores normales de presión arterial y colesterol. También es importante llevar una vida saludable. Hacer actividad física, llevar una dieta equilibrada y mantener un peso ideal reducirá su riesgo. Usted puede hablar con su médico acerca de las distintas opciones de tratamiento para elaborar un plan adecuado para usted.

¿Debe mi atención médica ginecológica ser diferente debido a mis antecedentes de cáncer de mama?

Es importante que se someta a exámenes de rutina, entre ellos un examen ginecológico y una prueba de Papanicolaou cada año. Si está tomando tamoxifeno, es importante que hable con

su médico acerca de los efectos secundarios. El tamoxifeno puede provocarle sofocos, sequedad vaginal y periodos menstruales irregulares si se encuentra en la etapa premenopáusica.

El tamoxifeno también puede tener varios efectos sobre los órganos femeninos como quistes ováricos, engrosamiento de la pared del útero (endometrio) y, en raros casos, cáncer de endometrio. Las mujeres que toman tamoxifeno y que desarrollan problemas de útero a menudo experimentan manchado o sangrado vaginal anormales. Si usted tiene estos síntomas, su médico podría indicarle una ecografía pélvica o realizar una biopsia del endometrio. El médico toma una muestra de la pared del útero para averiguar a qué se debe el sangrado. Las ecografías o biopsias no son necesarias sólo porque usted está tomando tamoxifeno. Puesto que las mujeres premenopáusicas que toman tamoxifeno pueden quedar embarazadas es importante abordar el tema de la anticoncepción. Un número cada vez mayor de mujeres que retrasan el inicio de su maternidad está desarrollando cáncer de mama. Estas mujeres premenopáusicas deben hablar con sus médicos acerca de la posibilidad de un embarazo después de un cáncer de mama.

¿Cuáles son las señales y los síntomas de los cánceres ginecológicos a los que debo prestar atención?

Si tiene alguno de los siguientes síntomas, debe consultar a su médico de inmediato:

- Un cambio en los hábitos intestinales o urinarios
- Sangrado vaginal anormal
- Secreción vaginal entre periodos, en el caso de mujeres que todavía menstrúan
- Sangrado vaginal o manchado, en el caso de mujeres posmenopáusicas
- Indigestión persistente o hinchazón abdominal
- Dolor persistente en la zona pélvica
- Un engrosamiento o nódulo en cualquier lugar que provoque dolor o pueda verse o sentirse

*pruebas de
detección y
seguimiento*



Cúidese

Si usted es una de las mujeres que ha sobrevivido a un cáncer de mama, debe visitar tanto a su ginecólogo como a su médico especialista en cáncer. Necesita asesoramiento especial acerca de las pruebas de detección y seguimiento del cáncer. Sus médicos pueden evaluar sus factores de riesgo relativos a la enfermedad

cardíaca y la osteoporosis. Las nuevas investigaciones y terapias disponibles le ofrecen más opciones de tratamiento. Ahora resulta mucho más fácil cuidar su salud general y ginecológica. Hable con su médico sobre las pautas a seguir.



Acerca de la Gynecologic Cancer Foundation (Fundación del Cáncer Ginecológico)

La Fundación del Cáncer Ginecológico fue fundada en 1991 por la Society of Gynecologic Oncologists (Sociedad de Oncólogos Ginecólogos) como una organización de beneficencia sin fines de lucro destinada a recaudar fondos para respaldar programas de ayuda para las mujeres que tienen o están en riesgo de tener algún tipo de cáncer ginecológico. Los programas de la GCF ofrecen educación acerca de los distintos tipos de cáncer ginecológico y las formas de prevenirlos, detectarlos y tratarlos. Además, la GCF apoya la investigación y formación innovadoras sobre el cáncer ginecológico en colaboración con el National Cancer Institute (Instituto Nacional del Cáncer). Para comunicarse con la GCF, visite el sitio Web www.thegcf.org o llame a nuestra línea directa de información: 1-800-444-4441.

investigación

y apoyo



Acerca de The Susan G. Komen Breast Cancer Foundation (Fundación Susan G. Komen Contra el Cáncer de Mama)

La Fundación Susan G. Komen Contra el Cáncer de Mama fue fundada en 1982 por Nancy Brinker para honrar la memoria de su hermana, Susan G. Komen, que murió víctima del cáncer de mama a los 36 años. Actualmente, la Fundación es una organización internacional que cuenta con una red de voluntarios que trabajan a través de asociaciones afiliadas locales y los eventos Komen Race for the Cure para erradicar el cáncer de mama como enfermedad potencialmente mortal mediante la promoción de la investigación, educación, detección y tratamiento. La Fundación implementa uno de los programas de becas más innovadores e integrales que existen actualmente para el cáncer de mama. Además de financiar la investigación, la Fundación y sus asociaciones afiliadas financian programas comunitarios de educación sobre la salud mamaria y pruebas de detección y proyectos de tratamiento para el cáncer de mama para personas con necesidades médicas.

Gynecologic Cancer Foundation (Fundación del Cáncer Ginecológico)

230 W. Monroe, Suite 2528
Chicago, IL 60606
Tel: 312.578.1439
Fax: 312.578.9769
Correo electrónico: info@thegcf.org

Women's Cancer Network (sitio Web):

www.wcn.org
(Determine su riesgo de desarrollar cáncer ginecológico y cáncer de mama.)

Línea directa gratuita de información sobre el cáncer ginecológico:

1.800.444.4441

The Susan G. Komen Breast Cancer Foundation (Fundación Susan G. Komen Contra el Cáncer de Mama)

5005 LBJ Freeway, Suite 250
Dallas, TX 75244
Tel: 972.855.1600
Fax: 972.855.1605
www.komen.org

Línea de ayuda nacional gratuita para el cáncer de mama:

1.800.I'M AWARE® (1.800.462.9273)

National Alliance for Hispanic Health

1501 16th Street, NW
Washington, DC 20036
Tel: 202.387.5000
Fax: 202.797.4353
www.hispanichealth.org
Correo electrónico: sufamilia@hispanichealth.org

Su Familia: The National Hispanic Family Health Helpline

1.866.783.2645

La línea telefónica nacional para la salud de la familia hispana ofrece información gratuita, confiable y confidencial sobre salud tanto en español como en inglés. Nuestros especialistas bilingües en información de salud le brindarán información básica sobre una gran variedad de temas de salud y le referirán a un proveedor de servicios de salud en su comunidad.



The Susan G. Komen Breast Cancer Foundation