

# Exámenes de detección de cáncer de mama

## La detección precoz puede salvarle la vida.



### ¿Qué es el cáncer de mama?

Es el crecimiento anormal de células (tumor) en las mamas.  
Es la segunda causa de muerte relacionada con el cáncer en las mujeres.

### Conozca su riesgo

Cualquier persona puede tener cáncer de mama. Aunque es más frecuente en las mujeres, los hombres también pueden tenerlo.

#### FACTORES DE RIESGO QUE SE NO PUEDEN CAMBIAR:

- Edad y raza.
- Tejido mamario denso.
- Período menstrual antes de los 12 años.
- Menopausia después de los 55 años.

#### FACTORES DE RIESGO QUE SE PUEDEN CAMBIAR:

- Tener sobrepeso.
- Hacer poca actividad física.
- Usar anticonceptivos orales (píldoras anticonceptivas).
- Tomar terapia de reemplazo hormonal durante la menopausia.

#### TAMBIÉN PUEDE TENER DE MAYOR RIESGO SI TIENE ANTECEDENTES DE:

- Cáncer de mama en la familia.
- Enfermedad en las mamas que no sea cáncer.
- Mutaciones genéticas (BRCA1, BRCA2).
- Terapia de radiación en las mamas o en el pecho.
- Embarazo a una edad avanzada o no haber tenido hijos.

### Los exámenes de detección pueden salvarle la vida.

La principal línea de defensa es el autoexamen mensual de las mamas. Llame a su médico o a su proveedor médico si nota algún cambio en las mamas. Los exámenes de detección también encuentran cambios en las mamas, por lo general antes de que tenga síntomas, como un bulto, dolor o hinchazón, secreción del pezón o formación de hoyuelos. Si tiene entre 40 y 54 años, programe una mamografía cada año. Si tiene historia familiar de cáncer de mama, es posible que necesite hacerse mamografías antes de los 40 años.

## Directrices para los exámenes de detección

### AUTOEXAMEN DE MAMA

**Mirar y palpar las mamas para detectar cualquier cambio**

Una vez al mes

### EXAMEN CLÍNICO DE LAS MAMAS

**Examen manual hecho por su proveedor médico**

20 a 39 años — Cada 1 a 3 años

Mayores de 40 años — Cada año

### MAMOGRAFÍA (2-D O 3-D)

**Radiografía de cada mama**

Mayores de 40 años — Cada año  
Su médico puede recomendarle que comience antes según su salud personal y su historia familiar.

Estas son directrices generales. Hable con sus proveedores médicos y siga sus recomendaciones.

## ¿Tiene preguntas?

Tenga en cuenta que cada plan es un poco diferente, así que, si tiene preguntas sobre costos y cobertura, llame al número en la parte de atrás de su tarjeta de identificación de miembro. Ese número es específico del plan y el modo más rápido de obtener respuestas correctas.

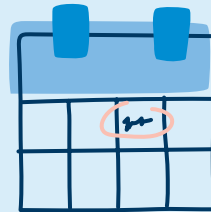
### Programe una mamografía hoy mismo.

**PUEDA SALVARLE LA VIDA.**

**Fecha:**

**Hora:**

**Lugar:**



**Cáncer de mama—  
2ª causa de muerte  
por cáncer en  
las mujeres.**

**¿Tiene más de 40 años?  
Es hora de hacerse un  
examen de detección.**

Esto es solo información general y no es una recomendación relacionada con sus circunstancias específicas. Esta información no pretende sustituir la recomendación, el diagnóstico ni el tratamiento médicos profesionales. Siempre pida asesoramiento a su médico o a otro proveedor médico calificado si tiene preguntas o preocupaciones sobre una condición.

Los servicios médicos descritos aquí están cubiertos según los términos de su acuerdo de beneficios. La cobertura de la red varía según el plan. Consulte el material para miembros para obtener información. Si tiene alguna pregunta, llame al número de Servicios para miembros en la parte de atrás de su tarjeta del seguro.

Los beneficios médicos o la administración de los beneficios médicos pueden suministrarse mediante Highmark Blue Shield, Highmark Benefits Group o Highmark Health Insurance Company, que son todos licenciarios independientes de Blue Cross Blue Shield Association.

El administrador de reclamos/la aseguradora cumple las leyes federales aplicables de derechos civiles y no discrimina por motivos de raza, color, país de origen, edad, discapacidad ni sexo.

**ATENCIÓN:** Si usted habla español, servicios de asistencia lingüística, de forma gratuita, están disponibles para usted. Llame al número en la parte posterior de su tarjeta de identificación (TTY: 711).

请注意：如果您说中文，可向您提供免费语言协助服务。请拨打您的身份证背面的号码（TTY：711）。