

Cáncer de mama: ¿Está usted en riesgo?

Usted ha pasado con éxito el tratamiento del cáncer que experimentó durante la infancia o la adolescencia, y ahora sigue adelante con su vida por lo que la última cosa que desea que le recuerden es el riesgo de desarrollar otro cáncer durante la edad adulta. Por varias razones, 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 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 proveedor de atención médica pueda obtener 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. Realizarse un autoexamen de seno mensualmente. Reporte cualquier bulto o cambio a su médico de inmediato.

2. 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.
3. 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.
- Si usted tiene sobrepeso, pierda el exceso de peso.
- Limita su consumo de alcohol a no más de una bebida por día.
- Si usted fuma, deje de hacerlo.
- 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 Jacqueline N. Casillas, MD; Smita Bhatia, MD, MPH; Louis S. Constine, MD; Debra L. Friedman, MD; y Fran Wiley RN, MN.

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.

Información adicional para sobrevivientes del cáncer infantil esta disponible en www.survivorshipguidelines.org

Nota: A través de esta serie de "Health Links," el termino "cáncer infantil" es usado para designar cánceres pediátricos que pueden ocurrir durante la niñez, adolescencia o juventud. Las Health Links son diseñadas para dar información a sobrevivientes del cáncer pediátrico ya

sea que el cáncer haya ocurrido durante la niñez, adolescencia o juventud.

Advertencia y Notificación de los Derechos de Propiedad

Introducción a los Efectos a largo plazo y las Health Links: El “*Long-Term Follow-Up Guidelines for Survivors of Childhood, Adolescent, and Young Adult Cancers*” y las “*Health Links*” que lo acompañan fueron creados y desarrollados por el *Children's Oncology Group* en colaboración con el comité de *Late Effects Committee and Nursing Discipline*.

Para propósitos informativos: La información y el contenido de cada documento o series de documentos que han sido creados por el *Children's Oncology Group* relacionados con los efectos a largo plazo del tratamiento y cuidado del cáncer o conteniendo el título “*Long-Term Follow-Up Guidelines for Survivors of Childhood, Adolescent, and Young Adult Cancers*” o con el título de “*Health Link*”, ya sea en formato escrito o electrónico (incluyendo todo formato digital, transmisión por correo electrónico, o descargado de la página de internet), será conocido de ahora en adelante como “Contenido Informativo”. Todo Contenido Informativo debe ser usado con el propósito de informar solamente. El Contenido Informativo no debe sustituir el consejo médico, cuidado médico, diagnóstico o tratamiento obtenido de un doctor o un proveedor de salud.

A los Pacientes que sufren de Cáncer (si son menores de edad, a sus padres o guardianes legales): Por favor busque el consejo médico o de algún otro proveedor de salud calificado con cualquier pregunta que tenga acerca de alguna condición de salud y no se base solamente en el Contenido Informativo. El *Children's Oncology Group* es una organización de dedicada a la investigación médica y no provee de ningún tratamiento o cuidado médico al individuo.

A los doctores y otros proveedores de salud: El Contenido Informativo no está diseñado para sustituir su juicio clínico independiente, consejo médico, o para excluir otro criterio legítimo para la detección, consejería, o intervención para complicaciones específicas o el tratamiento del cáncer infantil. Asimismo el Contenido Informativo no debe excluir otras alternativas razonables a los procedimientos de cuidado de salud. El Contenido Informativo es proveído como una cortesía, pero no debe ser usado como la única guía en la evaluación de un sobreviviente de cáncer infantil. El *Children's Oncology Group* reconoce que ciertas decisiones concernientes al paciente son la prerrogativa del paciente, su familia, y su proveedor de salud.

Ningún respaldo de exámenes, productos, o procedimientos específicos es hecho en el Contenido Informativo, el *Children's Oncology Group*, o cualquier otra institución o miembro de el *Children's Oncology Group*.

Ningún reclamo en cuanto a la competencia: Aunque el *Children's Oncology Group* ha hecho todo lo posible por asegurar que el Contenido Informativo sea correcto y este completo cuando es publicado, ninguna garantía o representación, expresa o implícita, es ofrecida en cuanto a la certeza o relevancia del dicho Contenido Informativo.

No hay obligación o consenso de parte del *Children's Oncology Group* y sus afiliados a indemnizar. Esto protege al *Children's Oncology Group* y sus afiliados: Ninguna obligación es asumida por el *Children's Oncology Group* sus afiliados o miembros por daños que sean el resultado del uso, revisión, o acceso al Contenido Informativo. Usted está sujeto a los siguientes términos de indemnización: (i) “Agentes Indemnizados” incluye a los autores y contribuidores al Contenido Informativo, todos los oficiales, directores, representantes, empleados, agentes y miembros del *Children's Oncology Group* y sus afiliados; (ii) A usar, revisar o acceder el Contenido Informativo, usted está de acuerdo, a indemnizar, con sus recursos, defender y proteger de todo daño a los Agentes Indemnizados de toda pérdida, obligación, o daños (incluyendo el costo de abogados) resultando de cualquier y todos los reclamos, causas de acción, demandas, procedimientos, o demandas relacionadas a o a causa de la revisión o acceso al Contenido Informativo.

Derechos de Propiedad: El Contenido Informativo está sujeto a protección bajo las leyes de copyright y otras leyes que protegen la propiedad intelectual en los Estados Unidos y en el mundo entero. El *Children's Oncology Group* retiene los derechos de copyright exclusivos y otros derechos, títulos, e intereses al Contenido Informativo y reclama todos los derechos de propiedad bajo la ley. De ahora en adelante usted está de acuerdo en ayudar a el *Children's Oncology Group* a asegurar todos los derechos de copyright y propiedad intelectual para el beneficio del *Children's Oncology Group* tomando alguna acción adicional en una fecha futura, acciones que incluyen firmar formas de consentimiento y documentos legales que limitan diseminación o reproducción del Contenido Informativo.