

# Are You DENSE?

*exposing the best-kept secret®*  
[www.areyoudense.org](http://www.areyoudense.org)

## ¿Tiene tejido mamario denso?

### Sacar a la luz el gran secreto

- ◆ La densidad de la mama es uno de los indicadores más sólidos de la falla de mamografías en la detección del cáncer.
- ◆ Dos tercios de las mujeres antes de la menopausia y un cuarto de las mujeres después de la menopausia tienen tejido mamario denso.
- ◆ Las mujeres que tienen tejido mamario extremadamente denso corren un riesgo de 4 a 6 veces mayor de contraer el cáncer de mama.

### ¿CÓMO DETERMINO SI TENGO TEJIDO MAMARIO DENSO?

Un radiólogo puede determinar la densidad de las mamas de una mujer al evaluar una mamografía. Solicite una copia del informe de la mamografía a su médico primario. Asegúrese que es el informe creado **por el radiólogo** y no una carta. Lea detenidamente el informe. Busque descripciones de su tejido mamario. A partir del 1° de octubre de 2009 inclusive, Connecticut es el primer estado que requiere que cada informe de mamografía entregado a una paciente incluya información sobre la densidad de las mamas.

### ¿QUÉ DEBO HACER SI TENGO TEJIDO MAMARIO DENSO?

Consulte a su médico sobre hacerse un ultrasonido o una imagen de resonancia magnética (MRI por sus siglas en inglés) de las mamas. Las Secciones **38a-503** y **38a-530** de los Estatutos Generales de Connecticut requieren que las compañías aseguradoras cubran una evaluación completa con ultrasonido de toda una mama o mamas si una mamografía demuestra tejido mamario denso o heterogéneo según el BIRADS (Breast Imaging Reporting and Data System) establecido por el American College of Radiology (ACR). Para determinar las leyes del seguro de su estado, llame a su representante del estado o departamento de salud pública.

### Recuerde:

- ◆ Inspeccione regularmente sus mamas y pídale a su médico que haga una evaluación completa de las mamas cada año. Se deberá notificar a su médico cualquier cambio o preocupación.
- ◆ Hágase una mamografía. Una mamografía distingue la densidad de las mamas de una mujer.

Los radiólogos usan dos escalas BIRADS (Breast Imaging Reporting and Data System) para clasificar los informes de la mamografía.

La siguiente escala (ACR) BIRADS categoriza la densidad de la mama:

<b>1</b>	<b>CASI TOTALMENTE GRASA:</b> <i>la mamografía es muy eficaz, capaz de detectar tumores muy pequeños</i>
<b>2</b>	<b>DENSIDADES DISPERSAS DE TEJIDO FIBROGLANDULAR:</b> <i>leve reducción de la sensibilidad</i>
<b>3</b>	<b>TEJIDO HETEROGÉNEO DENSO:</b> <i>reducción moderada de la sensibilidad</i>
<b>4</b>	<b>TEJIDO EXTREMADAMENTE DENSO:</b> <i>importante reducción de la sensibilidad</i>

Pregúntele a su médico qué categoría de densidad del tejido mamario tiene. En la mayoría de los casos, el informe de la mamografía que usted recibe **no incluye** esta información.

La otra escala BIRADS caracteriza las conclusiones que se **ven** en la mamografía. En la actualidad, la mayoría de los informes de mamografía hacen referencia a esta escala BIRADS\*:

<b>0</b>	<b>EVALUACIÓN INCOMPLETA;</b> <i>se necesitan más imágenes</i>
<b>1</b>	<b>NEGATIVO</b>
<b>2</b>	<b>RESULTADO BENIGNO</b>
<b>3</b>	<b>RESULTADO BENIGNO PROBABLE;</b> <i>se sugiere seguimiento con intervalo corto</i>
<b>4</b>	<b>ANORMALIDAD SOSPECHOSA;</b> <i>deberá considerarse una biopsia</i>
<b>5</b>	<b>ALTAMENTE SOSPECHOSA O MALIGNIDAD;</b> <i>deberá hacerse una biopsia</i>

*Una mujer con tejido mamario denso no puede basarse solamente en la escala BIRADS\* anterior para determinar la presencia del cáncer de mama.*

[www.areyoudense.org](http://www.areyoudense.org)

# El gran secreto

por Nancy M. Cappello, Ph.D. *Mi historia*

Recibí el diagnóstico de cáncer de mama en etapa 3c el 3 de febrero de 2004. Menos de un 48% de las personas con cáncer de mama en etapa 3c viven luego de cinco años. Lo que aprendí desde mi diagnóstico es que **1)** tengo tejido mamario denso y no tenía conocimiento de su importancia, ya que los tumores en las mujeres con tejido denso a menudo no se detectan con solamente hacer una mamografía (los tumores son blancos en una mamografía y el tejido denso es blanco, por lo tanto, no existe contraste para detectar el tumor) y **2)** el informe de la mamografía que envía el radiólogo al médico primario, que incluye información más detallada sobre las mamas de una mujer, no es el mismo informe que recibe la mujer luego de hacerse una mamografía.

Apenas dos meses antes de mi diagnóstico de cáncer en etapa avanzada, me hice una mamografía y el informe que recibí indicó que todo estaba perfecto. Durante mi examen anual unos pocos meses después, mi médico palpó un “borde” en mi mama derecha y pidió una mamografía y una imagen por ultrasonido. La mamografía no indicó nada pero *el mismo día*, la imagen por ultrasonido detectó un tumor grande de 2,5 cm. Debido a que el cáncer se detectó en una etapa avanzada, me hicieron una mastectomía y soporté un tratamiento agresivo de quimioterapia y radiación. Desde mi diagnóstico, sentí la necesidad de contar **EL GRAN SECRETO** sobre el tejido mamario denso y su significado ya que las mamografías tienen limitaciones y las mujeres con tejido mamario denso corren más riesgo de contraer el cáncer de mama.

*El Dr. Thomas Kolb en su investigación de 11.130 mujeres encontró que suplementar la mamografía con un ultrasonido aumenta significativamente la detección del cáncer en mujeres con tejido mamario denso. La evaluación adicional del ultrasonido aumentó el número de mujeres diagnosticadas con cáncer invasivo no palpable en un 42%. Si bien la mamografía detectó un 98% de los casos de cáncer en mujeres con tejidos grasos, **solamente** encontró un 48% en mujeres con las mamas más densas.*

(American Medical Association: 19 de septiembre de 2002)

*“He visto repetidamente casos en los que el ultrasonido ha encontrado lo que la mamografía ignoró en mujeres que no corrían riesgo y que tenían mamas densas.” Dra. Wendie Berg, Radióloga e Investigadora Principal de estudio en gran escala para determinar los beneficios de la evaluación con ultrasonido.*

(Marnell Jameson, Los Angeles Times: 14 de junio de 2004, pág. F.1.)

*El cáncer aparece cinco veces más a menudo en mujeres con mamas extremadamente densas que en las que tienen la mayor cantidad de tejido graso, demuestra el estudio, indicando la importancia de un factor de riesgo que raramente se explica a las pacientes. “Ha sido ignorado hasta alcanzar un nivel increíble,” dijo el líder del estudio, el Dr. Norman Boyd del Princess Margaret Hospital en Toronto. El cree que la densidad de la mama tiene tanta importancia como una edad avanzada y mutaciones peligrosas de los genes del cáncer para aumentar el riesgo de que una mujer tenga cáncer de mama.*

(Jeff Donn, The Associated Press: 2007)

*La adición de una sola evaluación por ultrasonido a una mamografía aumentó la detección de cánceres de mama que son pequeños y con nódulos negativos.*

(Berg et al, JAMA: 2008)

## PREMIOS

Un reconocimiento formal de la **Asamblea General de Connecticut** por el “*extraordinario compromiso con la promoción de la detección temprana del cáncer de mama a través de una exitosa campaña legislativa y de información pública y por el coraje de transformar una tragedia personal en una fuerza positiva.*”

El **Distinguido Premio Angel** de la **American Cancer Society** por la tarea de informar al público sobre el tejido denso y sus factores de riesgo.

**Falk Foundation for Excellence** por informar a las mujeres sobre el serio problema en la detección inicial del cáncer de mama.

**La historia de la Dra. Cappello y la tarea de Are You Dense, Inc. ha aparecido en numerosos artículos y segmentos en los medios de comunicación. Es una búsqueda disertante que comparte el diagnóstico de un cáncer en etapa avanzada con pasión y con humor. Su poderoso mensaje ayuda a las mujeres a convertirse en defensoras de su propia salud.**

*Hay demasiadas mujeres que no conocen la densidad de sus mamas, creen en los resultados de la mamografía cuando no encuentra resultados de importancia y corren el riesgo de recibir el diagnóstico del cáncer de mama avanzado.*

**Esté al tanto de sus mamas.**

**La detección temprana es la clave para la supervivencia.**

**Por favor, ayúdeme a revelar este GRAN SECRETO sobre las limitaciones de las mamografías en la detección del cáncer en mujeres con tejido mamario denso.**

**Para más información comuníquese con:  
Nancy M. Cappello, Ph.D.**

(203) 232-9570

[www.areyoudense.org](http://www.areyoudense.org)

[nancy@areyoudense.org](mailto:nancy@areyoudense.org)

