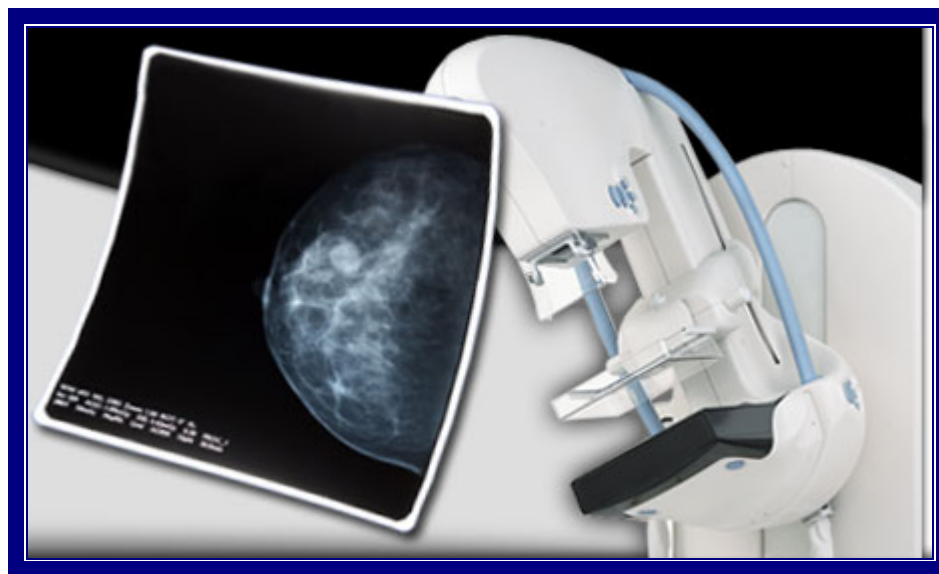


**¿Debo continuar haciéndome mamografías?
-Para las mujeres de 75 a 84 años de edad-**



***Esta es una herramienta para ayudarle a tomar esta decisión.
Necesitará un lápiz o pluma para completar partes de esta herramienta.***

¿Cuál es el propósito de esta herramienta?

- Los médicos no saben si las mamografías benefician a las mujeres de 75 años o más.
- Esta herramienta la ayudará a pensar si quiere o no **detener** o **continuar** haciéndose mamografías.
- Esta herramienta NO es para mujeres que han tenido cáncer de mama o que tienen dolor o síntomas en la mama.

Factores de riesgo de cáncer de mama en mujeres mayores de 75 años.

- La posibilidad de contraer cáncer de mama aumenta con la edad. Las mujeres de 75 años de edad y mayores tienen más probabilidades de contraer cáncer de mama que las mujeres más jóvenes. Pero los cánceres de mama a menudo crecen más lentamente en las mujeres mayores.
- Un historial familiar de cáncer de mama aumenta ligeramente la probabilidad de que una mujer de 75 años o más tenga cáncer de mama.
- Haber tenido una biopsia de mama (tejido extirpado de la mama) aumenta ligeramente la probabilidad de que una mujer de 75 años o más tenga cáncer de mama.

¿Por qué las mujeres se hacen mamografías?

- Las mujeres se realizan una mamografía para detectar el cáncer de mama en una etapa temprana antes de que cause problemas.
- Las mamografías no evitan que usted tenga cáncer de mama.
- Las mamografías no detectan todos los cánceres de mama.
- Los expertos piensan que un pequeño cáncer de mama detectado en una mamografía de una mujer mayor no habría causado problemas durante al menos 5 o 10 años. Algunos de los cánceres pueden nunca haber causado problemas.

¿Tengo buena salud como para hacerme una mamografía?

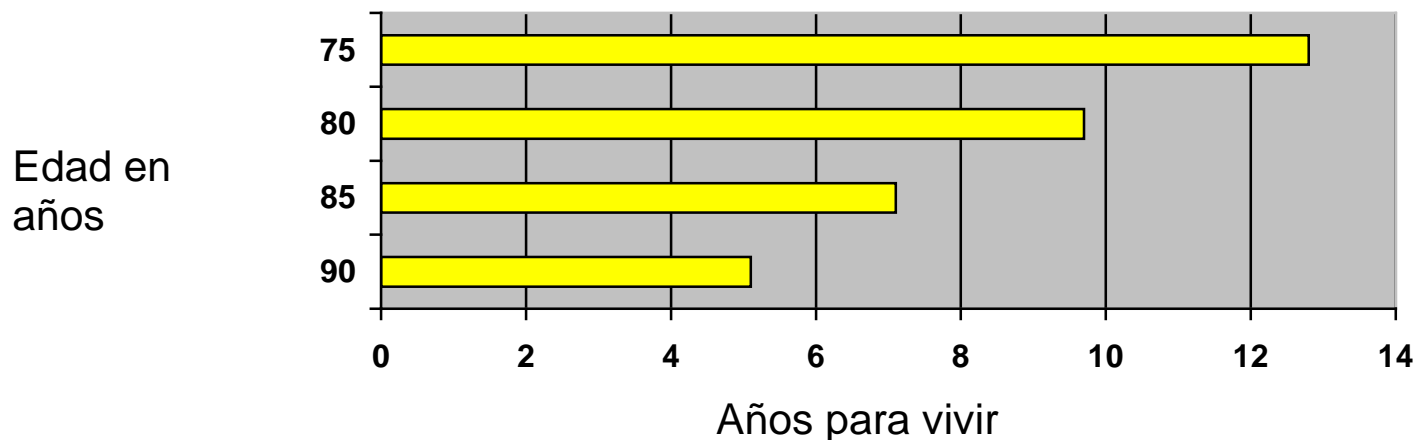
En promedio, una mujer de 75 años vivirá hasta los 88 años (13 años más)

En promedio, una mujer de 80 años vivirá hasta los 90 años (10 años más)

En promedio, una mujer de 85 años vivirá hasta los 92 años (7 años más)

En promedio, una mujer de 90 años vivirá hasta los 95 años (5 años más)

La siguiente gráfica muestra **en promedio** cuántos años más viven las mujeres en diferentes edades.



Su salud también afecta si usted puede beneficiarse de una mamografía. Responda las preguntas a continuación para saber más sobre si debe realizarse una mamografía según su salud.

Responda las 10 preguntas siguientes y **sume** sus puntos de ambas páginas para obtener más información sobre su salud.

1. ¿Cuántos años tiene?

Puntos:

75 – 79 0
80 – 84 2
85+ 4

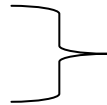


puntos
puntos
puntos

escriba sus puntos aquí----->

2. ¿Cuánto pesa?

Si pesa más de 130 libras 0 puntos
Si pesa menos de 130 libras 2



escriba sus puntos aquí----->
puntos

3. Diría usted que su salud es:

Excelente (0 puntos) Muy buena (0 puntos) Buena (1 punto) Regular (2 puntos) Mala (2 puntos)--> _____

4. ¿Alguna vez le ha dicho un médico o profesional de la salud que tuvo enfisema o bronquitis crónica o EPOC?

No (0 puntos) Sí (2 puntos) escriba sus puntos aquí ----->

5. ¿Alguna vez le ha dicho un médico o profesional de la salud que tuvo un cáncer? (No incluya cáncer de piel a menos que haya sido melanoma)

No (0 puntos) Sí (2 puntos) escriba sus puntos aquí ----->

6. ¿Alguna vez le ha dicho un médico o profesional de la salud que tenía diabetes? (incluyendo en el límite o pre-diabetes)

No (0 puntos) Sí (2 puntos) escriba sus puntos aquí ----->

Total de esta página _____
Continuar en la página

Aprendiendo sobre su salud (continuación)

7. Debido a un problema físico, mental o emocional, ¿necesita ayuda de otras personas con tareas domésticas o para ir de compras?

No (0 puntos)

Sí (2 puntos)

escriba sus puntos aquí ----->

8. Sola y sin usar ningún equipo especial, ¿qué tan difícil es para usted caminar un cuarto de milla (aproximadamente 3 cuadras de la ciudad)?

No es nada difícil (0 puntos)

Un poco difícil hasta muy difícil (3 puntos)

Sólo puedo hacerlo con un bastón o andador (3 puntos)

} --->

9. ¿Cuál describe mejor su consumo de cigarrillos?

Nunca fumé o fumó menos de 100 cigarrillos en su vida (0 puntos)

Antes fumaba (1 punto)

Actualmente fumadora (3 puntos)

} --->

10. Durante los últimos 12 meses, ¿cuántas veces fue hospitalizada durante la noche?

Nunca (0 puntos)

Una vez (1 punto)

Dos o mas (3 puntos)

}

escriba sus puntos aquí ----->

Ahora sume todos sus puntos de las preguntas 1-10 de AMBAS páginas:

Encierre en un círculo su puntuación y lea el comentario directamente debajo de su puntuación para saber qué significa:

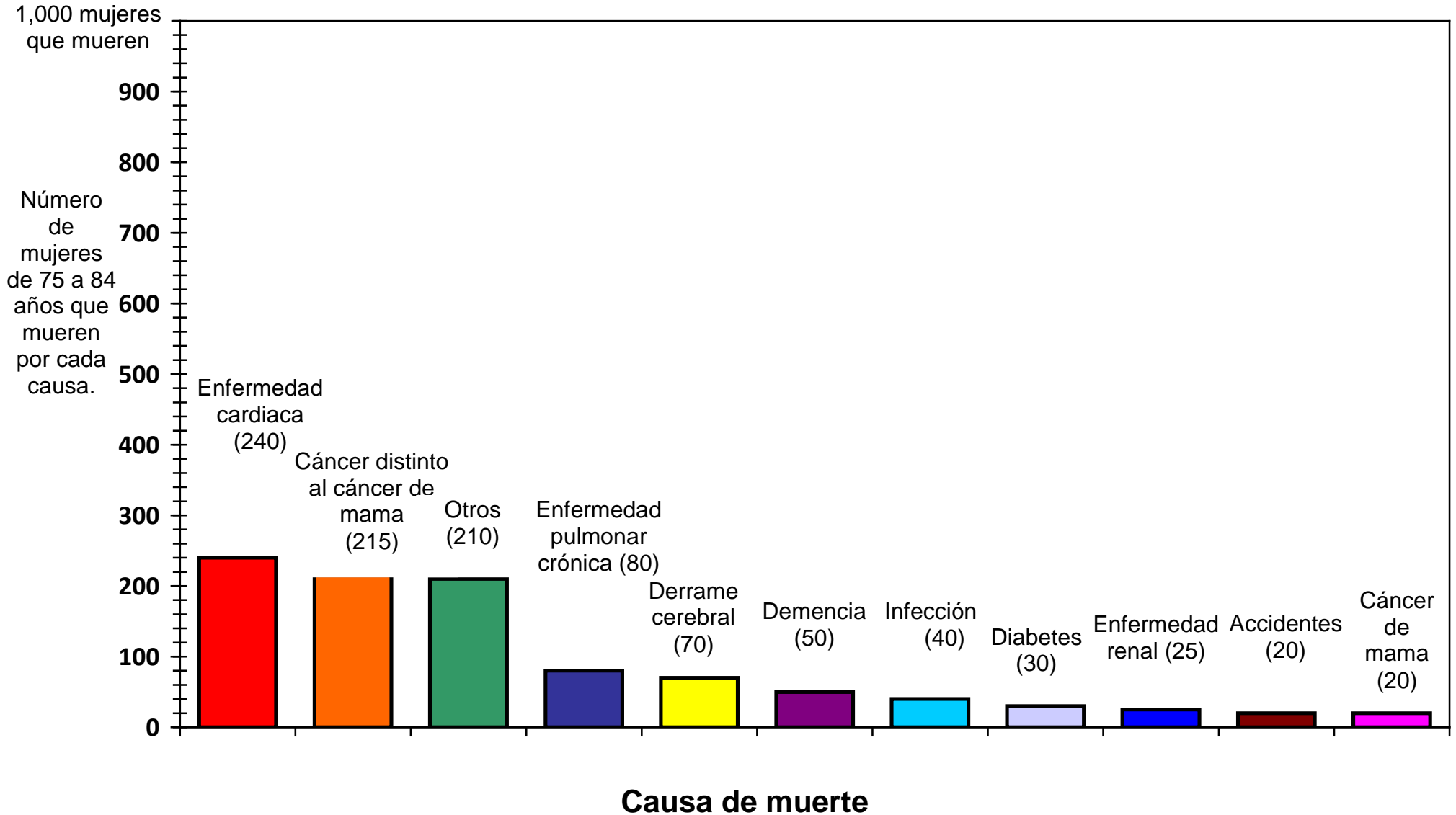
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 o más

Una mamografía puede ayudarla a vivir más tiempo

Es poco probable que una mamografía le ayude a vivir más tiempo

Es poco probable que una mamografía le ayude a vivir más tiempo

A continuación se detallan las causas de muerte entre las mujeres de 75 a 84 años que mueren en los próximos 5 años.



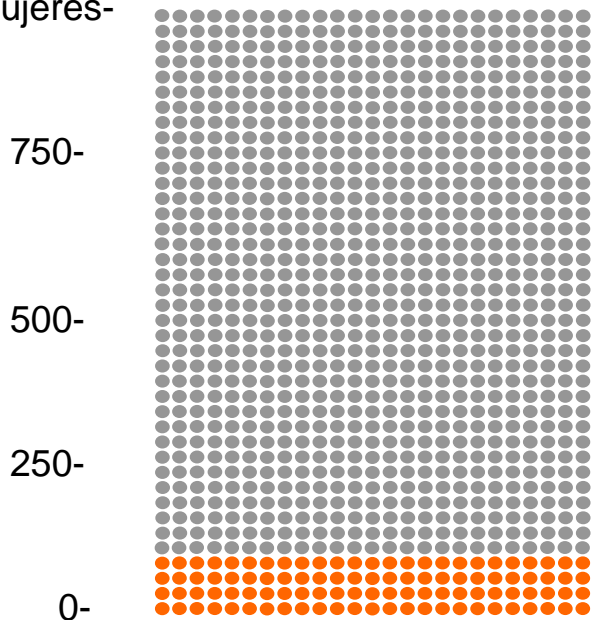
- **Muchas más mujeres de 75 años o más mueren de enfermedades del corazón que el cáncer de mama.**

Las siguientes tres páginas muestran lo que sucede a 1,000 mujeres de 75 a 84 años que CONTINÚAN haciéndose o que NO se realizan mamografías durante 5 años *POR FAVOR LEA LO SIGUIENTE*****

-En las gráficas siguientes, cada círculo representa 1 mujer de cada 1,000-

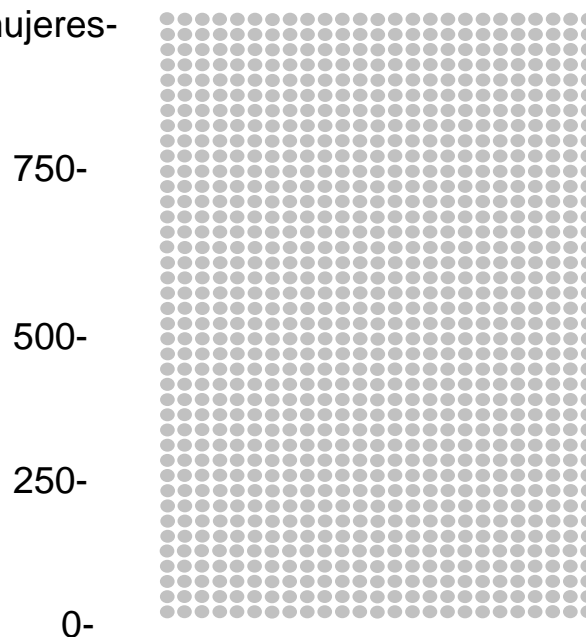
Mujeres de su edad que CONTINÚAN haciéndose mamografías

1000 mujeres-



Mujeres de su edad que NO se hacen mamografías

1000 mujeres-



- **100 falsas alarmas** – Estas mujeres tienen una mamografía anormal pero otros exámenes adicionales muestran que no tienen cáncer de mama. La mayoría de las mujeres encuentran que esta experiencia causa ansiedad.

0 falsas alarmas – 0 las mujeres se hacen una mamografía para no experimentar una falsa alarma.

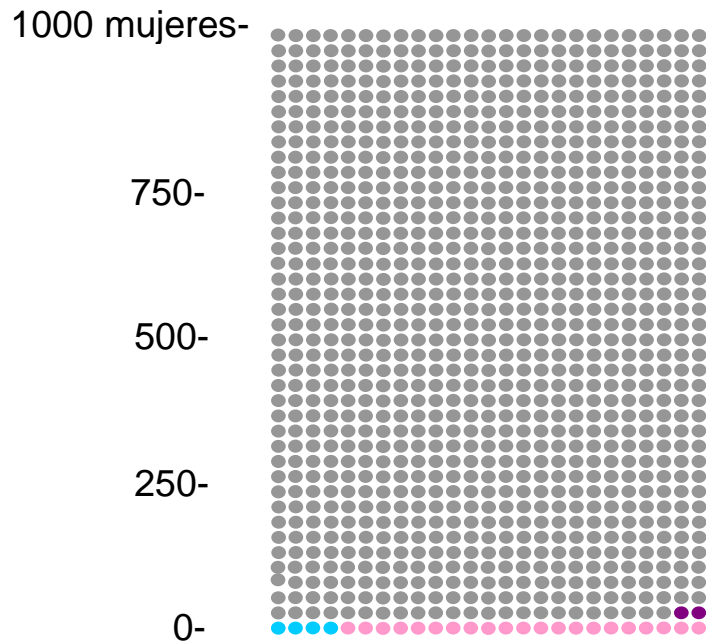
Las pruebas adicionales incluyen:

Mamografías adicionales Ecografías de mama Biopsias de mama



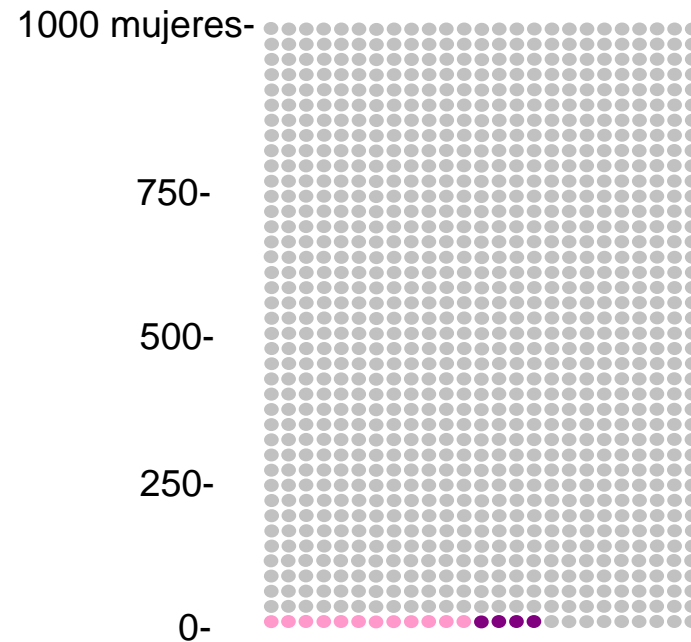
¿Qué más les sucede a 1,000 mujeres de 75 a 84 años de edad que CONTINÚAN o NO se realizan mamografías durante 5 años?

Mujeres de su edad que **CONTINÚAN** haciéndose mamografías



- **4** son diagnosticadas con un precáncer
- **20** son diagnosticadas con un pequeño cáncer de mama
- **2** son diagnosticadas con cáncer de mama que se diseminó fuera de la mama
- **974** no están diagnosticadas con cáncer de mama

Mujeres de su edad que **NO** se hacen mamografías



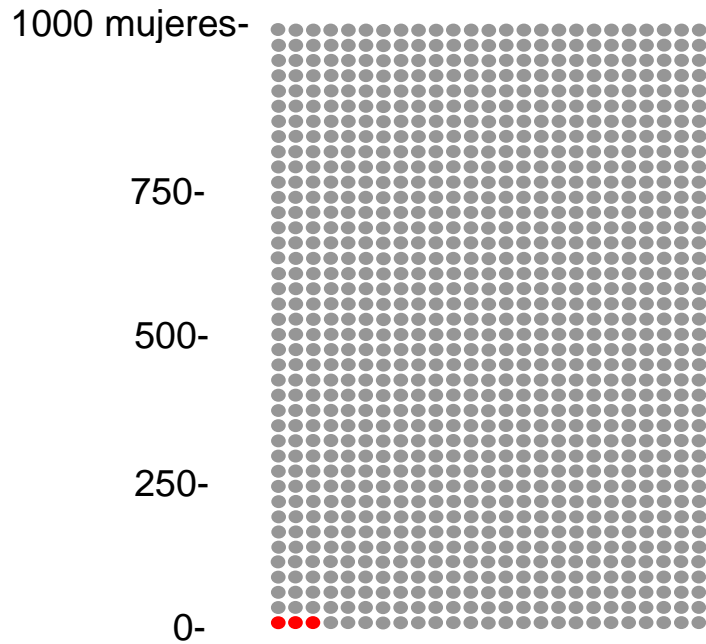
- **0** son diagnosticadas con precáncer
- **12** son diagnosticadas con un pequeño cáncer de mama
- **4** son diagnosticadas con cáncer de mama que se diseminó fuera de la mama
- **984** no son diagnosticadas con cáncer de mama

- Resumen:** - Las mujeres que se realizan una mamografía tienen más probabilidades de ser diagnosticadas con cánceres de mama pequeños.
- Algunos de estos cánceres de mama nunca habrían causado problemas, pero estas mujeres reciben tratamiento.
 - Dos mujeres más de cada 1,000 que no se hacen una mamografía son diagnosticadas con cáncer de mama que se ha diseminado fuera de la mama.

A continuación se muestra aproximadamente el número de mujeres de 75 a 84 años de cada 1,000 que morirá de cáncer de mama en los próximos 5 años

- Los médicos no están seguros de si hacerse una mamografía reduzca sus probabilidades de morir por cáncer de mama, algunos estudios sugieren los siguientes números:

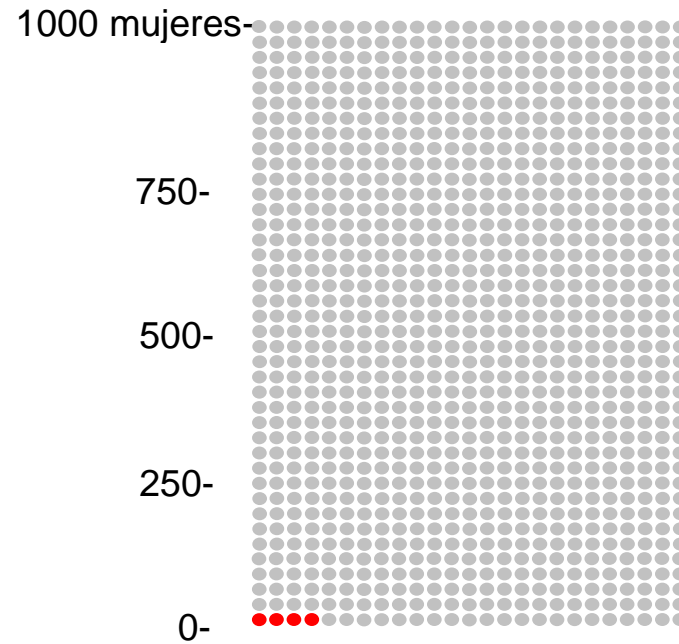
Las mujeres de su edad que **CONTINÚAN** haciéndose mamografías



● **3** mujeres mueren de cáncer de mama

● **997** mujeres no mueren de cáncer de mama

Mujeres de su edad que **NO** se hacen mamografías

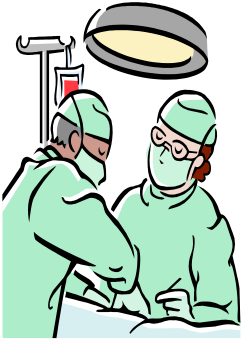


● **4** mujeres mueren de cáncer de mama

● **996** mujeres no mueren de cáncer de mama

- Resumen:** Una mujer menos de cada 1,000 puede morir de cáncer de mama tras decidir hacerse una mamografía.

A continuación se presentan los tratamientos ofrecidos a las mujeres con cáncer de mama. Es importante pensar si estaría dispuesta a ser tratada antes de hacerse una mamografía.

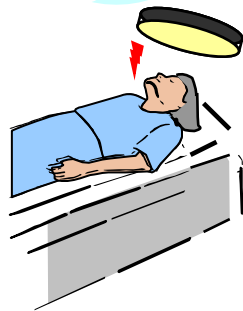


CIRUGÍA:

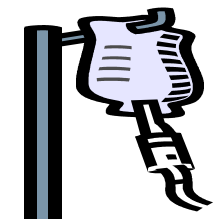
- **Cirugía para conservar la mama (lumpectomía):** Sólo el bulto de cáncer de mama se extrae de la mama. A la mayoría de las mujeres mayores les va bien después de esta cirugía.
- **Mastectomía:** Extirpación quirúrgica de la mama. Algunas mujeres mayores experimentan dolor, infección, hinchazón en el brazo e incluso la muerte después de una mastectomía.



PASTILLAS: Las píldoras de terapia hormonal generalmente se toman durante 5 años para prevenir que el cáncer de mama regrese. Estas pastillas pueden causar sofocos, dolor en los huesos, osteoporosis o fatiga en algunas mujeres.



RADIOTERAPIA: El uso de radiación de alta energía para deshacerse de las células cancerosas. La radiación generalmente requiere transporte a un centro médico 5 días a la semana durante varias semanas. La radiación puede causar fatiga y dolor en las mamas.



QUIMIOTERAPIA: Un medicamento que se administra en un centro médico para matar las células cancerosas. Estos medicamentos pueden causar efectos secundarios como sentirse cansada o infecciones. Pocas mujeres de 75 años o más son tratadas con quimioterapia.

A continuación se presentan algunas de las ventajas y desventajas de hacerse una mamografía. Verifique \checkmark los puntos que son importantes para usted cuando decida si desea hacerse una mamografía o no. Agregue más marcas de verificación \checkmark si un punto es más importante para usted que otros puntos.

Ventajas de hacerse una mamografía

____1. Es más probable que una mamografía encuentre cáncer de mama cuando es pequeña, lo que mejora mis posibilidades de sólo necesitar una cirugía menor.

____2. Tener una mamografía puede disminuir mis posibilidades de morir de cáncer de mama, pero esto no es seguro

____3. Tener una mamografía puede ayudarme a sentirme bien conmigo mismo y con mi salud.

Otras ventajas que le interesan

Desventajas de realizar una mamografía

____1. Una mamografía puede encontrar un cáncer de mama que nunca hubiera causado problemas o síntomas en mi vida.

____2. Tener una mamografía puede aumentar la cantidad de pruebas (mamografías, ecografías y biopsias de mama adicionales) o tratamientos (cirugías, radiación, quimioterapia, píldoras) que me hagan. Algunas de estas pruebas o tratamientos pueden dañar a las mujeres mayores.

____3. Tener una mamografía puede ser incómodo o hacerme sentir ansiosa.

Otras desventajas que le importan

¿En el próximo año se va hacer una mamografía?

Coloque una marca de verificación  en uno de los cuadros a continuación:

Si está segura de que desea una mamografía, marque la casilla hasta la **IZQUIERDA**.

Si está segura de que **NO** quiere una mamografía, marque la casilla que se encuentra a la **DERECHA**.

Si no está segura, marque una casilla en algún punto intermedio.

En el próximo año:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Me haré una mamografía

No estoy decidida

NO me haré una mamografía

Ahora, puede querer hablar con su médico sobre lo que ha aprendido de esta herramienta.

* Los artículos presentados en este folleto son los mejores disponibles en la literatura médica. Última actualización: 8/2016.