



cancer.org | 1.800.227.2345

Información sobre el cáncer para mujeres

Algunos de los tipos de cáncer que afectan a las mujeres con más frecuencia son los cánceres de seno, colon y recto, endometrio, pulmón, cuello uterino, piel y ovario. Informarse sobre estos tipos de cáncer y lo que usted puede hacer para ayudar a prevenirlos o detectarlos en sus etapas iniciales (cuando son pequeños, no se han propagado y posiblemente sean más fáciles de tratar) puede ayudar a salvar su vida.

Cáncer de seno

El [cáncer de seno](#)¹ es el cáncer más común entre las mujeres en los Estados Unidos, excluyendo el cáncer de piel. Este cáncer puede ocurrir a cualquier edad, pero es más común que ocurra a medida que se envejece. Debido a ciertos factores, algunas mujeres pudieran tener una probabilidad mayor de desarrollar cáncer de seno en comparación con otras mujeres. Pero toda mujer debe saber sobre los riesgos de desarrollar cáncer de seno y lo que pueden hacer para ayudar a reducirlos.

Lo que usted puede hacer

La detección temprana del cáncer de seno, cuando es de menor tamaño, no se ha propagado y posiblemente sea más fácil de tratar, puede ayudar a prevenir la muerte por esta enfermedad. Las pruebas de detección habituales representan la manera más confiable para encontrar temprano el cáncer de seno.

La Sociedad Americana Contra El Cáncer recomienda lo siguiente para mujeres en riesgo promedio para el cáncer de seno:

Las **mujeres de 40 a 44 años** podrán decidir si desean de manera opcional comenzar sus exámenes anuales para la detección de cáncer de seno mediante mamogramas

(radiografías de los senos, también referidos como mastografías o mamografías) en caso de que así lo deseen.

Las **mujeres de 45 a 54 años** de edad deben someterse a un mamograma cada año.

Las **mujeres de 55 años y mayores** pueden cambiar a un mamograma cada 2 años, o pueden optar por continuar con su examen de detección anualmente.

Los exámenes de detección deben continuar siempre y cuando la mujer se encuentre en buen estado de salud y se espera que viva al menos 10 años más.

Todas las mujeres deben entender qué esperar cuando se hace un mamograma para la detección del cáncer de seno (lo que puede y no puede hacer el estudio). También debe familiarizarse con la manera natural en que lucen y se sienten sus senos e informar inmediatamente a su médico cualquier cambio que note en sus senos.

Debido al historial familiar, tendencia genética u otros factores, **aquellas mujeres con alto riesgo de cáncer de seno** deberán hacerse exámenes de detección con imágenes por resonancia magnética (MRI) junto con los mamogramas. Hable con un proveedor de atención médica sobre su riesgo de padecer cáncer de seno y el plan de pruebas de detección que sea más apropiado para usted.

Cáncer colorrectal

El [cáncer colorrectal](#)² es el que se origina en el colon o el recto. Entre los factores que aumentan el riesgo de cáncer colorrectal se incluye tener sobrepeso u obesidad, falta de actividad física, un alto consumo de carnes rojas y procesadas, fumar, un consumo elevado de alcohol, ser de una edad mayor y tener antecedentes médicos familiares o personales de pólipos y de cáncer colorrectal.

Lo que usted puede hacer

Las pruebas periódicas de detección del cáncer colorrectal son una de las armas más poderosas contra el cáncer colorrectal. La mayoría de los casos de cáncer colorrectal comienza con un pólipo (un pequeño crecimiento en el recubrimiento del colon o del recto). Las pruebas de detección a menudo pueden encontrar el cáncer colorrectal en sus etapas iniciales, cuando es de menor tamaño, no se ha propagado y posiblemente sea más fácil de tratar. Ciertas pruebas de detección también pueden ayudar a prevenir el cáncer colorrectal al encontrar y extraer los pólipos antes de que se vuelvan cancerosos.

La Sociedad Americana Contra El Cáncer recomienda lo siguiente para personas en riesgo promedio para el cáncer colorrectal:

Hombres y mujeres deben comenzar a hacer las pruebas de detección rutinarias a partir de los **45 años**.

Las personas con un buen estado de salud y que se espere que vivan por más de 10 años deberán continuar haciéndose las pruebas de detección rutinarias hasta cumplir los **75 años**.

Para las personas de **76 a 85 años**, la decisión de someterse a las pruebas de detección debe basarse en sus preferencias, expectativa de vida, estado general de salud y en los resultados de las pruebas de detección realizadas anteriormente.

Las personas **mayores de 85 años** ya no necesitan hacerse las pruebas de detección del cáncer colorrectal.

Pruebas basadas en heces fecales

- Prueba inmunoquímica fecal altamente sensible (FIT) cada año*, o
- Prueba de sangre oculta en heces fecales basada en guayacol (gFOBT) cada año*, o
- Prueba multidirigida de ADN en heces fecales (MT-sDNA)* cada 3 años.

Exámenes visuales del colon y del recto

- Colonoscopia cada 10 años, o
- Colonografía CT (colonoscopia virtual)* cada 5 años, o
- Sigmoidoscopia flexible* cada 5 años.

Si una persona decide someterse a una prueba que no sea la colonoscopia, y surge cualquier resultado anormal, se debe hacer una colonoscopia.

Puede que las personas con un riesgo elevado de cáncer colorrectal en función de sus antecedentes familiares y/o historial médico personal y otros factores requieran comenzar a hacer las pruebas de detección antes de los 45 años, hacer las pruebas con mayor frecuencia o someterse a otras pruebas en específico. Consulte con su proveedor de atención médica sobre su riesgo de cáncer colorrectal para saber cuándo debe comenzar las pruebas.

Se debe tener en cuenta las diferencias que hay entre las opciones de pruebas, pero lo más importante es hacer la prueba de detección, independientemente de la opción que escoja. Consulte con su proveedor de atención médica sobre las pruebas que pueden ser buenas opciones para usted, y con un representante de su seguro médico acerca de la cobertura

Cáncer de endometrio

El [cáncer endometrial](#)³ es el cáncer que ocurre en el endometrio, que es el revestimiento o capa interna del útero o matriz. El riesgo de cáncer de endometrio aumenta a medida que la mujer envejece. Las cosas que pueden afectar los niveles hormonales, como el tratamiento con estrógeno sin progesterona y tomar tamoxifeno como tratamiento del cáncer de seno o para reducir el riesgo, pueden aumentar la probabilidad de que una mujer llegue a tener cáncer endometrial. Haber tenido la primera menstruación a una edad temprana, la menopausia tardía, tener un historial de infertilidad o nunca haber tenido hijos, puede también aumentar el riesgo. Las mujeres con antecedentes personales o familiares de cáncer de colon hereditario sin poliposis (HNPCC), o síndrome del ovario poliquístico (PCOS), o aquellas que tienen obesidad, también están en mayor riesgo de cáncer de endometrio. Las mujeres que hayan tenido cáncer de seno o cáncer de ovario, puede que también estén en mayor riesgo de padecer cáncer endometrial.

Lo que usted puede hacer

Actualmente, no existen pruebas o exámenes de detección que puedan encontrar el cáncer de endometrio temprano en las mujeres que tienen un riesgo promedio y no presenten síntomas de esta enfermedad. La Sociedad Americana Contra El Cáncer recomienda que, al llegar a la menopausia, todas las mujeres deben ser informadas de los riesgos y los síntomas del cáncer endometrial. Las mujeres deberán informar a su proveedor de atención médica sobre cualquier secreción, manchado o sangrado vaginal que sea inusual, es decir, que empeore, que ocurra entre ciclos menstruales o que suceda después de la menopausia.

La Sociedad Americana Contra El Cáncer recomienda también que a las mujeres que tengan o que sean propensas a padecer cáncer de colon hereditario sin poliposis (HNPCC o síndrome de Lynch) se les ofrezca cada año las pruebas mediante biopsia endometrial a partir de los 35 años.

Las mujeres deberán hablar con su proveedor de atención médica sobre cualquier riesgo de cáncer endometrial y sobre hacerse exámenes pélvicos de rutina. Es importante saber que la prueba de Papanicolaou es muy eficaz en detectar el cáncer

de cuello uterino. Y en ocasiones puede detectar algunos casos de cáncer de endometrial en etapa inicial, pero no es una prueba que tenga ese propósito.

Cáncer de pulmón

El [cáncer de pulmón](#)⁴ es con mayor frecuencia causado por la exposición a sustancias químicas y a otras partículas en el aire. Aunque el [hábito de fumar](#)⁵ es la causa principal, no todas las personas con cáncer de pulmón son fumadoras. Puede que algunas de las personas lo sean y puede que otras nunca hayan fumado en lo absoluto.

Lo que usted puede hacer

No se pueden prevenir todos los cánceres de pulmón. Sin embargo, existen medidas que puede tomar que podrían reducir su riesgo. Si no fuma, no empiece a hacerlo, y evite respirar el humo de otras personas que fuman. Si usted o un ser querido fuma, llame a la Sociedad Americana Contra El Cáncer al **1-800-227-2345** para obtener ayuda para [abandonar el hábito](#)⁶.

La Sociedad Americana Contra El Cáncer recomienda la prueba de detección para ciertas personas en alto riesgo de padecer cáncer de pulmón. Si usted fuma o solía hacerlo, tiene entre **55 y 74 años** y su estado general de salud es relativamente bueno, usted podría beneficiarse de una tomografía computarizada de baja dosis realizada cada año, como prueba de detección del cáncer de pulmón. Hable con su proveedor de atención médica sobre su riesgo de cáncer de pulmón y de cómo abandonar el hábito si aún fuma, así como de los posibles beneficios, limitantes y daños potenciales que conlleva hacerse la prueba de detección del cáncer de pulmón.

Cáncer de cuello uterino

La infección crónica con ciertos tipos del [virus del papiloma humano \(VPH\)](#)⁷ es el factor de riesgo más importante para el cáncer [de cuello uterino](#)⁸. El VPH se puede contraer a través el contacto directo piel-a-piel, tal como sucede con el sexo vaginal, anal y oral con alguien con esta infección. Entre otros factores de riesgo para el cáncer de cuello uterino se incluye el hábito de fumar, un sistema inmunitario debilitado, tener una infección con clamidia, tener sobrepeso, exponerse a o tomar ciertos tratamientos hormonales y no hacer las pruebas de detección del cáncer de cuello uterino.

Lo que usted puede hacer

No fume y tome medidas que le ayuden evitar la exposición al VPH como el uso de condones. Las vacunas contra el VPH pueden proteger contra ciertas infecciones del VPH asociadas al cáncer.

La Sociedad Americana Contra El Cáncer recomienda las vacunas de rutina contra el VPH para niños y niñas de **9 a 12 años**. Los niños y jóvenes adultos entre los **13 y 26 años** que no hayan sido vacunados o que no hayan completado todas las dosis deberán acudir a vacunarse lo antes posible. La vacunación en las edades en las que se recomienda ayudará a prevenir más casos de cáncer que la vacunación a edades mayores. Si usted tiene entre **27 y 45 años**, hable con su médico para determinar si la vacunación contra el VPH podría ser de beneficio para usted.

Hacer las pruebas programadas de rutina para la detección del cáncer puede ayudar a encontrar cambios en el cuello uterino que pueden ser tratados antes de que se conviertan en cáncer. Las pruebas para la detección del cáncer de cuello uterino son la prueba del VPH y la prueba de Papanicolaou. La prueba del VPH busca infecciones con los tipos de VPH que pueden evolucionar en precáncer y cáncer de cuello uterino. Hacer las pruebas programadas de rutina para la detección puede ayudar a encontrar el cáncer de cuello uterino en etapa temprana, cuando podría ser más fácil de tratar.

La Sociedad Americana Contra El Cáncer recomienda lo siguiente para las personas con cuello uterino que estén en riesgo promedio de llegar a desarrollar este tipo de cáncer:

- **Las pruebas para la detección del cáncer de cuello uterino deberán comenzarse a partir de los 25 años.** Las personas menores de 25 años *no* deberán someterse a las pruebas.
- **Las personas entre los 25 y los 65 años** deberán hacerse una prueba primaria del virus del papiloma humano o VPH cada 5 años. Una prueba primaria del VPH es una prueba del VPH que se puede hacer por sí sola para la detección del cáncer. Si no se dispone de una prueba primaria del VPH, aún se consideran como buenas alternativas ya sea optar por una prueba conjunta (prueba que combina la prueba del VPH y la prueba de Papanicolaou) cada 5 años, o bien, hacer solo una prueba de Papanicolaou cada 3 años. *Lo más importante para recordar es hacer las pruebas programadas de rutina, independientemente de cuál sea la prueba elegida.*
- **Las personas mayores de 65 años** que se hayan sometido a sus pruebas programadas de rutina para el cáncer de cuello uterino en los últimos 10 años con resultados normales no deberán hacer más estas pruebas. Una vez que se hayan

suspendido las pruebas, no deberán ser retomadas. Aquellas personas con un historial de precáncer grave de cuello uterino deberán continuar realizándose las pruebas durante al menos 25 años después de dicho diagnóstico, incluso cuando la realización de estas pruebas continúe tras rebasar los 65 años.

- **Las personas cuyo cuello uterino haya sido extraído mediante cirugía** deberán dejar de hacer estas pruebas, salvo que la cirugía haya sido por motivos relacionados con cáncer de cuello uterino o alguna afección grave de precáncer.
- **Toda persona que haya sido vacunada contra el VPH** deberá continuar las recomendaciones sobre las pruebas de detección para su grupo de edad.

Cáncer de piel

Cualquiera puede tener [cáncer de piel](#)⁹, pero las personas de piel clara son más propensas a desarrollar esta enfermedad que las personas con piel más oscura. La mayoría de los [cánceres de piel de células basales y de células escamosas](#)¹⁰ se debe a la repetida exposición de la piel a los [rayos ultravioleta \(UV\)](#)¹¹ del sol sin protección, así como a fuentes artificiales, como las camas bronceadoras. El cáncer de piel de tipo melanoma es menos común que los otros tipos de cáncer de piel, pero es más peligroso debido a que es más propenso a crecer y propagarse. La gente que tiene otros tipos de cáncer de piel y las personas con algún familiar directo que haya tenido melanoma están a un mayor riesgo de desarrollar este tipo de cáncer de piel.

Lo que usted puede hacer

La manera más importante de reducir el riesgo de la mayoría de los casos de cáncer de piel es [limitar la exposición a los rayos UV del sol](#)¹² y de otras fuentes como las cabinas de bronceado. Cuando se encuentre al aire libre, trate de permanecer en la sombra, especialmente durante el mediodía. Al estar bajo el sol, use un sombrero de ala ancha, camisas de manga larga, gafas de sol y un bloqueador solar de amplio espectro que por lo menos tenga un factor de protección solar (SPF) de 30 en toda la piel que esté expuesta al sol. Si tiene hijos, protéjalos de la exposición al sol y no permita que lleguen a tener quemaduras solares. No use camas o lámparas de bronceado.

[Preste atención a todos los lunares y las manchas de su piel](#)¹³. Además, informe inmediatamente a su profesional de la salud cualquier cambio que note en su piel. Solicite que dentro de sus revisiones médicas de rutina se incluya una inspección minuciosa de la piel.

Cáncer de ovario

Aunque el [cáncer ovárico](#)¹⁴ puede ocurrir a cualquier edad, es más probable que ocurra entre las mujeres de una edad mayor. Las mujeres que nunca han tenido hijos o que tuvieron su primer hijo después de los 35 años de edad podrían estar en un mayor riesgo de llegar a tener este tipo de cáncer. Además, las mujeres que recibieron estrógeno solo como terapia de remplazo hormonal tienen también un riesgo aumentado de este cáncer. Las mujeres que tienen un historial médico o antecedentes familiares de cáncer colorrectal hereditario sin poliposis (también referido como síndrome de Lynch), cáncer de ovario o cáncer de seno, también tendrá un mayor riesgo de desarrollar cáncer ovárico. No obstante, las mujeres que no tienen ninguna de estas afecciones también pueden llegar a padecer cáncer de ovario.

Lo que usted puede hacer

Actualmente, no se disponen de pruebas de detección para el cáncer de ovario para las mujeres que no estén a un riesgo mayor de desarrollar esta enfermedad. Una prueba de Papanicolaou no detecta el cáncer ovárico, pero un examen pélvico deberá formar parte de la revisión médica de rutina para toda mujer. También hay algunas pruebas que podrían usarse en las mujeres que tienen un alto riesgo de padecer cáncer ovárico. Usted deberá consultar inmediatamente con su proveedor de atención médica si presenta cualquiera de estos síntomas por más de unas semanas:

- Hinchazón abdominal (vientre) con pérdida de peso
- Problemas digestivos (incluyendo gases, pérdida del apetito y abultamiento)
- Dolor pélvico o abdominal
- Sensación constante de querer orinar

Consulte con su proveedor de atención médica sobre su riesgo de cáncer de ovario y pregúntele si existen pruebas que puedan ser adecuadas para usted.

Qué otras medidas puede tomar para reducir su riesgo de cáncer

- Mantenerse libre de tabaco
- Logre y mantenga un peso saludable.
- Manténgase activo(a) realizando actividades físicas de forma habitual.
- Siga un patrón de alimentación saludable que incluya muchas frutas, verduras, y granos integrales, y en el que se limite o evite el consumo de carnes rojas y procesadas, así como de alimentos altamente procesados.

- Lo mejor es no beber alcohol. En caso de hacerlo, las mujeres deberán no tomar más de una (1) bebida por día.
- Proteja su piel.
- Conozca sus riesgos, su historial médico y el de su familia.
- Acuda al médico para que le hagan revisiones médicas de rutina que incluyan pruebas para la detección del cáncer.

Hyperlinks

1. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-seno.html
2. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-colon-o-recto.html
3. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-endometrio.html
4. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-pulmon.html
5. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/causas-del-cancer/tabaco-y-cancer.html
6. www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/mantengase-alejado-del-tabaco.html
7. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/causas-del-cancer/agentes-infecciosos/vph.html
8. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-cuello-uterino.html
9. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel.html
10. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel-de-celulas-basales-y-escamosas.html
11. www.cancer.org/cancer/cancer-causes/radiation-exposure/uv-radiation.html
12. www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/protejase-del-sol/proteccion-contrarayos-ultravioleta.html
13. www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/protejase-del-sol/examenes-de-deteccion-de-la-piel.html
14. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-ovario.html
15. <mailto:permissionrequest@cancer.org>

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con

amplia experiencia en contenidos médicos.

American Cancer Society (ACS). *Cancer Facts & Figures 2019*. Atlanta, Ga: American Cancer Society; 2019. Accessed at <https://www.cancer.org/research/cancer-facts-statistics/all-cancer-facts-figures/cancer-facts-figures-2019.html> on May 6, 2019.

Centers for Disease Control and Prevention (CDC). *Cancer and women*. Accessed at <https://www.cdc.gov/cancer/dcpc/resources/features/womenandcancer/index.htm> on May 6, 2019.

Jemal A, Ward EM, Johnson CJ, Cronin KA, Ma J, Ryerson AB, Mariotto A, Lake AJ, Wilson R, Sherman RL, Anderson RN, Henley SJ, Kohler BA, Penberthy L, Feuer EJ, Weir HK. Annual Report to the Nation on the Status of Cancer, 1975-2014, Featuring Survival. *J Natl Cancer Institute*. 2017; 109(9): 1-19.

Smith RA, Andrews KS, Brooks D, Fedewa SA, Manassaram-Baptiste D, Saslow D, Wender RC. Cancer screening in the United States, 2019: A review of current American Cancer Society guidelines and current issues in cancer screening. *CA: Cancer J Clin*. 2019; 69(3): 184-210.

Última revisión médica completa: agosto 1, 2019 Actualización más reciente: julio 30, 2020

La información médica de la La Sociedad Americana Contra El Cáncer está protegida bajo la ley *Copyright* sobre derechos de autor. Para solicitudes de reproducción, por favor escriba a permissionrequest@cancer.org (<mailto:permissionrequest@cancer.org>)¹⁵.

cancer.org | 1.800.227.2345