

Línea Directa y Programa de Apoyo Estatal contra el Cáncer de Mama de Adelphi NY 800-877-8077

breast-cancer.adelphi.edu



Prepárese para las Visitas al Médico con estas Preguntas Importantes.



Acerca de la Mamografía y la Mamografía Digital

- ¿Cuándo debo ir a la primera mamografía?
- ¿Qué pasa si tengo antecedentes familiares de cáncer de mama?
- ¿Qué es una mamografía digital?
- ¿En qué se diferencia una mamografía digital de una mamografía en película tradicional?
- ¿Tiene ventajas hacerse una mamografía digital?
- ¿Mi seguro cubrirá una mamografía digital?

Cómo asegurarse de que le hagan su Mamografía en un Centro de Calidad

Elija un Centro que responda SÍ a estas 5 preguntas.

1. ¿Está el centro acreditado por el Colegio Americano de Radiología (ACR)?
2. ¿El centro proporciona mamografías como parte de su práctica regular?
(Nota: La ACR sugiere elegir un centro que realice al menos 10 mamografías por semana).
3. ¿La persona que realiza la mamografía es un tecnólogo registrado?
4. ¿El radiólogo que lee la mamografía está especialmente capacitado para hacerlo?
5. ¿El mamógrafo se calibra al menos una vez al año?

Las respuestas a las siguientes preguntas le ayudarán a prepararse para el procedimiento y los pasos que seguirán.

1. ¿Debo prepararme para mi mamografía? ¿Hay algún producto que deba evitar antes de una mamografía?
2. ¿Qué mostrará la mamografía?
3. ¿Quién recibe el informe de mi mamografía?
¿Se puede enviar también a los otros médicos que me atienden? ¿Podrían enviarme una copia del informe?
4. ¿Cuánto tiempo tardaré en recibir el informe de la mamografía?
5. ¿Cuáles son los siguientes pasos si mi mamografía muestra un problema?
6. ¿Cuál es el mejor momento para programar una mamografía?
7. ¿Mi seguro médico cubrirá la mamografía?

Acerca de la Resonancia Magnética de Mama

Las respuestas a estas preguntas le ayudarán a determinar si la resonancia magnética de mama es adecuada para usted.

1. ¿Qué es una resonancia magnética de mama?
2. ¿Soy candidata para una resonancia magnética de mama? ¿Por qué sí o por qué no?
3. ¿Mi seguro cubrirá una resonancia magnética de mama? ¿Necesito autorización previa? ¿Qué puedo hacer si mi seguro no cubre el costo de una resonancia magnética de mama?

Si usted encuentra un Bulto en su Mama

- ¿Puede usted referirme a un centro de mamografía acreditado para realizarme una mamografía?
- ¿Se puede aspirar este bulto (extraer líquido o células con una aguja)?
- ¿Qué tal una biopsia? ¿Por qué? ¿Por qué no? ¿De qué tipo?
- ¿Puede recomendarme un médico especializado en problemas mamarios para realizarme más pruebas y/o tratamientos?
- ¿Sería recomendable el ultrasonido?
- ¿Qué afecciones no cancerosas pueden causar bultos en los senos?
- **Consejo útil:** Si se recomienda un período de espera, considere obtener una segunda opinión de un especialista.

Acerca de la Biopsia de Mama

Las respuestas a estas preguntas le ayudarán a comprender los procedimientos involucrados.

1. ¿Qué tipo de biopsia me harán? ¿Por qué? ¿Se extirpará todo el bulto o solo una parte?
2. ¿Se puede aspirar el bulto con una aguja (drenar el líquido o extraer una pequeña cantidad de células)?
3. ¿Qué tan confiable es una biopsia con aguja?
4. ¿Cuánto tiempo durará la biopsia o aspiración?
5. ¿Estaré despierta durante la biopsia o aspiración y puede realizarse de forma ambulatoria?
6. ¿El tejido cicatricial de la biopsia obstaculizará futuras mamografías?

Las respuestas a las siguientes preguntas le ayudarán a prepararse para los resultados de la biopsia.

1. Si tengo cáncer, ¿qué otras pruebas debo hacerme?
2. ¿Se realizarán pruebas de receptores de estrógeno o progesterona en el tejido biopsiado que se extraiga? ¿Qué información proporcionarán estas pruebas? ¿Se realizarán otras pruebas especiales en el tejido?
3. ¿Qué tan visible será la cicatriz de la biopsia?
4. ¿Existen efectos secundarios de una biopsia? De ser así, ¿cuáles son?
5. Después de la biopsia, ¿cuándo sabré si tengo cáncer o no?
6. Después de una biopsia, si se detecta cáncer, ¿cuánto tiempo puedo tomar para decidir qué tipo de tratamiento realizar?
7. ¿Por qué es necesaria una segunda opinión? ¿Adónde debo acudir? ¿Qué tipo de médico debo consultar?
8. ¿Qué necesito llevar para una segunda opinión? ¿Preparaciones/bloques patológicos originales? ¿Radiografías? ¿Escaneos?

Cuando se diagnostica el Cáncer de Mama

Las respuestas a estas preguntas le ayudarán a comprender su diagnóstico.

1. ¿Qué mostró mi biopsia?
2. ¿Qué tipo de cáncer de mama tengo?
3. ¿Cuáles fueron los resultados de mis análisis de estrógeno y progesterona? ¿Cuáles fueron los resultados de los demás análisis?
4. ¿Qué pruebas me harán antes de la cirugía para ver si el cáncer se ha propagado?
5. ¿Puedo obtener una copia del informe patológico de la biopsia para mis registros?
6. ¿Cómo clasificaría la etapa de mi cáncer en este momento?

Las respuestas a las siguientes preguntas le ayudarán a determinar el mejor tipo de tratamiento para usted.

1. ¿Cuáles son mis opciones de tratamiento? ¿Qué procedimientos me recomienda y por qué?
2. ¿Cuáles son los riesgos y beneficios potenciales de estos procedimientos?
3. ¿Me extirparán y analizarán los ganglios linfáticos durante la cirugía? ¿Soy candidata a una biopsia del ganglio centinela? ¿Por qué sí o por qué no?
4. Si no se realizaron pruebas durante la biopsia, pregunte: ¿Se realizarán pruebas de receptores de estrógeno y progesterona en el tejido extirpado durante la cirugía? ¿Qué indicarán estas pruebas? ¿Se realizarán otras pruebas especiales en el tejido?
5. ¿Soy candidata para una cirugía conservadora de mama (lumpectomía/mastectomía parcial)?
6. Si se recomienda una mastectomía, ¿soy candidata para una cirugía reconstructiva?
7. ¿Necesitaré tratamiento adicional con radioterapia, quimioterapia o terapia hormonal después de la cirugía? De ser así, ¿podría referirme con un oncólogo médico o a un oncólogo radioterapeuta? Si necesito quimioterapia o radioterapia, ¿esto afectará el momento de mi reconstrucción?
8. ¿Se puede realizar la reconstrucción mamaria en el momento de la cirugía y posteriormente? ¿Qué me recomendaría?
9. ¿Cuáles son los riesgos y beneficios potenciales involucrados?
10. Si decido no hacerme una reconstrucción, ¿cómo puedo obtener información sobre las prótesis mamarias? ¿Mi seguro las cubre?
11. ¿Cuánto tiempo tengo para tomar una decisión sobre el tratamiento?
12. ¿Qué es un ensayo clínico? ¿Existe algún ensayo clínico que esté inscribiendo pacientes con mi tipo de cáncer de mama? De ser así, ¿cómo puedo obtener más información?

13. ¿Podría recomendarme un especialista en cáncer de mama en otro hospital para una segunda opinión?

Las respuestas a las siguientes preguntas le ayudarán a prepararse para los resultados de su cirugía.

1. ¿Dónde quedarán las cicatrices quirúrgicas? ¿Se puede realizar la incisión considerando la estética de la cicatriz?
2. ¿Qué efectos secundarios físicos y emocionales puedo esperar después de la operación?

Acerca de la obtención de una segunda opinión

- No existe una única opción de tratamiento correcta. Cada mujer debe elegir la que mejor se adapte a sus necesidades en cada momento. La mejor opción se basa en la información.
- ¡Hágalo! Lleve sus diapositivas/bloques patológicos originales, radiografías, notas sobre su historial médico y el primer informe médico a un especialista de mama.
- Si es posible, seleccione un médico que no esté asociado con el mismo hospital de su primer médico. Lo que busca es una perspectiva nueva y objetiva. Un médico que trabaje en un hospital universitario podría estar vinculado a una facultad de medicina y estar más al tanto de las nuevas técnicas e información.
- No se preocupe si el primer médico se molesta o se enoja porque usted quiere una segunda opinión. La mayoría de los médicos aceptan este tipo de consulta. Si los dos médicos están de acuerdo, perfecto. Si no están de acuerdo, consulte con un tercero. Recuerde: le conviene obtener la mayor información posible durante este tiempo.
- Si las películas son “sospechosas”, necesitará una biopsia para saber con certeza qué está sucediendo en su mama.

Consejos Útiles

- La mayoría de las aseguradoras cubren una segunda opinión. Algunas la exigen. Consúltelo.
- Lleve su cuaderno a cada cita con el médico.
- Mantenga registros de todas sus visitas, incluidos los nombres, las fechas, las preguntas que hizo y las respuestas que recibió.
- Recuerde llevar a casa todos sus informes y radiografías del consultorio. ¡Ahórrese la molestia de tener que volver a buscarlos!
- El cáncer de mama tarda muchos años en desarrollarse. El tiempo “extra” —incluso varias semanas— que requiere obtener una segunda opinión no influirá significativamente en el resultado de su caso, pero sí podría influir significativamente en el médico, el hospital y el tratamiento que elija.
- Puede llamar a los hospitales de su elección y solicitar referencias a especialistas relacionados con ellos.
- Si bien no existe una lista formal de especialistas de mama, hay médicos cuyas prácticas se ocupan principalmente del cuidado de las mamas.
- Si no tiene cobertura de seguro, intente obtener una segunda opinión de otro médico en una clínica gratuita o de otro médico privado que trabaje con una escala de tarifas variables.

Acerca de la Reconstrucción Mamaria

Las respuestas a estas preguntas le ayudarán a comprender la cirugía reconstructiva.

1. ¿Cuáles son los tipos de cirugía reconstructiva? ¿Qué tipo de especialista la realiza?
2. ¿Qué tipo es mejor para mí y por qué (implante salino, implante de gel, colgajo)?
3. ¿Mi seguro cubrirá el costo de este tipo de cirugía reconstructiva?
4. ¿Qué posibilidades hay de rechazo y/o infección de cualquier implante?
5. ¿Existen otros riesgos o efectos secundarios a considerar?
6. ¿Qué se puede hacer si la operación no tiene éxito?
7. ¿Cuál es el mejor momento para la reconstrucción? ¿Al mismo tiempo que la mastectomía? ¿Algún tiempo después de la cirugía? ¿Después de la quimioterapia? ¿Antes o después de la radioterapia?
8. Si no opto por la reconstrucción, ¿qué prótesis o formas mamarias hay disponibles?
9. ¿Mi seguro cubrirá el costo de una prótesis?

Las respuestas a las siguientes preguntas le ayudarán a prepararse para la reconstrucción y el seguimiento.

1. ¿Cuántas operaciones se necesitan? ¿Cuánto tiempo de hospitalización requiere cada una?
2. ¿Cuánto tiempo se necesita para la recuperación después de cada cirugía? ¿Hay algún medicamento que se deba evitar antes de la cirugía?
3. ¿Hay mucho dolor después de la cirugía? ¿Por cuánto tiempo?
4. ¿Se necesitan sostenes especiales después de la cirugía? ¿Dónde puedo comprarlos?
5. ¿Cómo se verá y se sentirá la reconstrucción? ¿Cómo se verá la mama reconstruida en comparación con mi mama sana? ¿Es necesario hacerle algo a la mama sana?
6. ¿Puede mostrarme fotos de la reconstrucción? ¿Puedo hablar con pacientes que se hayan sometido a una reconstrucción similar?
7. ¿Podré detectar una posible recurrencia después de una cirugía reconstructiva?
8. ¿Qué técnicas están disponibles, es decir, radiografías o ecografías?

Después de la Cirugía de Mama

Las respuestas a estas preguntas le ayudarán a desempeñar un papel activo en su recuperación.

1. ¿Hay ejercicios especiales que yo deba hacer? ¿Qué tipo me recomienda? ¿Por cuánto tiempo debo continuarlos?
2. ¿Debo tomar alguna precaución? Por ejemplo, si me extirparon ganglios linfáticos, ¿debo evitar inyecciones, afeitarme, tomarme la presión, sacarme sangre o cortarme las cutículas durante la manicura en el brazo afectado?
3. ¿Cuándo podré volver a mi rutina normal (como conducir, volver al trabajo, etc.)?
4. ¿Qué problemas específicos debo reportarle?
5. ¿Cómo puedo obtener una copia del informe de patología del hospital de mi cirugía y del análisis de los ganglios linfáticos para mis registros?
6. ¿Qué es el linfedema? ¿Qué precauciones debo tomar para evitarlo?
7. ¿Dónde puedo encontrar un grupo de apoyo para el cáncer de mama?

Las respuestas a las siguientes preguntas le ayudarán a prepararse para las visitas de seguimiento al médico.

1. Si se está considerando una terapia adicional, ¿puede referirme con un oncólogo médico?
2. Al finalizar la terapia adicional, ¿quién será responsable de mi seguimiento? ¿Con qué frecuencia debo regresar para un examen? ¿Con qué frecuencia debo hacerlo para obtener análisis de laboratorio o radiografías?
3. ¿Qué pruebas se realizarán en estos momentos?
4. ¿Qué nos dirán las pruebas?
5. ¿Qué tipo de médico debo consultar para mi seguimiento a largo plazo?

Acerca de la Radioterapia

Las respuestas a estas preguntas le ayudarán a comprender el motivo de la radioterapia.

1. ¿Por qué se recomienda la radioterapia y qué tipo?
2. ¿Puede explicarme la radioterapia parcial de mama? ¿Soy candidata? ¿Por qué sí o por qué no?
3. ¿Cree que el tamaño, la ubicación y el tipo de cáncer de mama que tengo responderán a la radioterapia?
4. ¿Cuáles son los posibles efectos secundarios a corto y largo plazo de la radioterapia?
5. ¿Habrá algún problema con el daño a la piel y posible reconstrucción futura?

Las respuestas a las siguientes preguntas le ayudarán a prepararse para el tratamiento.

1. ¿Cuánto dura cada tratamiento? ¿Cuánto dura la serie completa?
2. ¿Qué tan pronto debo comenzar el tratamiento?
3. ¿Quién será responsable de mis tratamientos de radiación? ¿Quién los administrará?
4. ¿Dónde se realizarán estos tratamientos?
5. ¿Puedo venir sola o me debe acompañar un amigo o familiar?

Las respuestas a las siguientes preguntas le ayudarán a prepararse para los efectos del tratamiento en su estilo de vida.

1. ¿Qué efectos secundarios debo esperar y cuánto tiempo podrían durar?
2. ¿Cuáles son los riesgos de este tratamiento? ¿Existen posibles efectos secundarios a largo plazo?
3. ¿Cuáles son las precauciones o prohibiciones durante el tratamiento (cremas para la piel, lociones, afeitado de axilas, etc.)?
4. ¿Puedo continuar con mis actividades normales durante el tratamiento (trabajo, relaciones sexuales, deportes, etc.)? ¿Después del tratamiento?
5. ¿Estará cubierto el costo del tratamiento por mi seguro médico?
6. ¿Con qué frecuencia se requieren controles y pruebas una vez finalizado el tratamiento?
7. ¿Se necesitarán otras terapias?

Acerca de la Quimioterapia

Las respuestas a estas preguntas le ayudarán a comprender el motivo de la quimioterapia.

1. ¿Por qué está indicada la quimioterapia en mi caso?
2. ¿Mi historial médico afecta mis decisiones?
3. ¿Cuál es la importancia de la afectación de los ganglios linfáticos?
4. ¿Cuántos ganglios linfáticos cancerosos tengo? ¿Cuántos me extirparon?
5. Si mis ganglios linfáticos no están afectados, ¿debería considerarse igualmente la quimioterapia o la terapia hormonal?

Las respuestas a las siguientes preguntas le ayudarán a comprender los medicamentos involucrados y sus efectos.

1. ¿Qué medicamentos tomaré?
2. ¿Por qué ha elegido estos medicamentos en particular para mí?
3. ¿Qué se supone que hacen los medicamentos?
4. ¿Cuáles son los riesgos a corto y largo plazo?
5. Si quiero quedar embarazada, ¿qué medidas especiales debo tomar antes de comenzar la quimioterapia para preservar mi fertilidad?
6. ¿Cuáles son los posibles efectos secundarios de este tipo de quimioterapia? ¿Son permanentes?
7. ¿Existen medicamentos para las náuseas? ¿Hay alguna dieta especial que me ayude?
8. ¿Qué efectos secundarios debo comunicarle al médico inmediatamente?

Las respuestas a las siguientes preguntas le ayudarán a prepararse para su tratamiento y seguimiento.

1. ¿Qué tan pronto se debe iniciar la quimioterapia?
2. ¿Cómo y dónde se administrará la quimioterapia?
3. ¿Cuánto dura cada tratamiento? ¿Cuánto dura la serie completa?
4. ¿Puedo seguir trabajando, haciendo ejercicio, etc. durante estos tratamientos?
5. ¿Necesitaré ser ingresado en el hospital durante el curso de mi quimioterapia?
6. ¿Puedo venir solo para el tratamiento o me debe llevar un amigo o familiar?
7. ¿Existen lugares a los que pueda recomendarme para obtener ayuda con el transporte?
8. **¿Hay otras precauciones especiales que debo tomar antes, durante o después de la quimioterapia?**
 - ¿Puede la quimioterapia afectar mi salud bucal/dental? ¿Hay algo que deba hacer antes de la quimioterapia?
 - ¿Mi seguro médico cubrirá el tratamiento? Si pierdo el cabello, ¿cubrirá el costo de una peluca?
 - ¿Cuál es el mejor momento para comprar una peluca?
 - Una vez finalizados los tratamientos, ¿con qué frecuencia necesitaré ver al oncólogo?
 - ¿Me dará una lista completa por escrito de los medicamentos y las dosis para mis registros?
 - ¿Existen alimentos especiales que me ayudarán a controlar los efectos secundarios?
 - ¿Puede usted recomendarme un nutriólogo?

Acerca de la Terapia Hormonal

Las respuestas a estas preguntas le ayudarán a comprender el motivo del tratamiento hormonal.

1. ¿Qué tratamientos hormonales me recomiendan y por qué?
2. ¿Qué se supone que hacen los tratamientos hormonales?
3. ¿Cuáles son los efectos secundarios a corto y largo plazo de este tratamiento hormonal?
4. ¿Cuáles son los riesgos del tratamiento hormonal?

Las respuestas a las siguientes preguntas le ayudarán a prepararse para el tratamiento en sí.

1. ¿Cuándo debo iniciar la terapia hormonal? ¿Cuánto tiempo estaré tomando los tratamientos hormonales?
2. ¿En qué forma y con qué frecuencia se administrará el tratamiento?
3. ¿Me administrarán la terapia hormonal junto con otras formas de tratamiento?
4. ¿El costo del tratamiento hormonal está cubierto por mi seguro médico?
5. ¿Hay algo que pueda hacer o tomar para minimizar los efectos de la menopausia prematura?

Acerca del Bienestar y la Medicina Complementaria

Las respuestas a estas preguntas le ayudarán a comprender la medicina complementaria.

1. ¿Qué es la medicina complementaria?
2. ¿Cuáles son algunas modalidades complementarias que pueden ser útiles? (es decir, imágenes guiadas, terapia de masajes, yoga, reiki, meditación, nutrición, acupuntura).
3. ¿Dónde puedo encontrar un médico certificado o autorizado que comprenda las necesidades especiales de las pacientes con cáncer?
4. ¿Mi seguro cubrirá tratamientos de bienestar complementarios?

Acerca de los Grupos de Apoyo

Los grupos de apoyo para el cáncer de mama ofrecen a las participantes la oportunidad de compartir sentimientos, experiencias y conocimientos, y de recibir apoyo de otras personas en una situación similar. Existen diferentes tipos de grupos de apoyo.

Las siguientes preguntas pueden ayudarle a decidir si un grupo de apoyo es para usted y qué tipo de grupo satisface sus necesidades.

1. ¿Es un grupo de apoyo para mí?
2. ¿Quiero un grupo dirigido por profesionales o por pares?
3. ¿Preferiría un grupo que se reúne durante un período de tiempo definido con las mismas personas o un grupo que es continuo y al que las personas se unen en diferentes momentos?
4. ¿Quiero reunirme semanalmente, quincenalmente o mensualmente?
5. ¿Preferiría un grupo informal o uno en el que se fomente la asistencia regular?
6. ¿Quiero un grupo sólo para personas con cáncer de mama o un grupo de apoyo general para personas con cáncer?
7. ¿Preferiré un grupo específico para la etapa de la enfermedad (recién diagnosticado, postratamiento, cáncer avanzado) o preferiría estar con personas en distintas etapas?
8. ¿Quiero un grupo que sea gratuito o estoy dispuesta a pagar una tarifa?

Llame a la línea directa de Adelphi de cáncer de mama al 800.877.8077 y obtenga ayuda para encontrar un grupo en su área que satisfaga sus necesidades, o consulte el calendario actual de los grupos de apoyo que ofrece nuestro programa.