



Guía de preguntas y respuestas sobre los senos densos



**NATIONAL
BREAST
CANCER
FOUNDATION, INC.®**

Guía de preguntas y respuestas sobre los senos densos



Introducción

El tejido mamario denso es un tema del que muchas mujeres han oído hablar, pero quizá no sepan exactamente qué significa o cómo afecta su salud en general.

El tejido mamario denso puede aumentar el riesgo de desarrollar cáncer de mama y puede hacer que los bultos u otras irregularidades en los senos sean más difíciles de detectar. Por eso, es importante que las mujeres sepan qué es el tejido mamario denso y qué hacer si lo tienen. Esta guía explica el riesgo asociado con el tejido mamario denso, qué significa exactamente tener tejido mamario denso y qué pueden hacer las mujeres para favorecer la detección temprana si tienen tejido mamario denso.

Esta guía fue creada en colaboración con nuestros aliados de Parkland Hospital y UT Southwestern en Dallas, Texas. Agradecemos especialmente a Aeisha Y. Taylor, BSRB, RT (R)(CT)(M), ARRT, y a la Dra. Jennifer Schopp, radióloga especializada en imágenes mamarias y profesora adjunta de Radiología en UTSW y Parkland Hospital.

Esperamos que esta guía te ayude a tomar decisiones informadas y con confianza junto con tu equipo de atención médica sobre el cuidado de tu salud y tus necesidades de detección temprana.

Descargo de responsabilidad: Habla siempre con tu equipo de atención médica sobre cualquier factor de riesgo de cáncer de mama, incluido el tejido mamario denso, para determinar el método y la frecuencia de detección de cáncer de mama adecuados para ti.

Tabla de contenido

¿Qué son los senos densos?	4
¿Cómo saben las mujeres si tienen senos densos?	4
¿Qué tan comunes son los senos densos?	6
¿Qué contribuye a tener tejido mamario denso?	7
¿Los senos densos se sienten diferentes al realizar un autoexamen de los senos?	8
¿Tener senos densos aumenta la probabilidad de desarrollar cáncer de mama?	8
¿Se necesitan estudios adicionales si una paciente tiene senos densos?	9

¿Qué son los senos densos?

Cada seno tiene una composición diferente de tejido mamario o variaciones en la cantidad de tejido graso y fibroglandular. En términos generales, el tejido mamario puede describirse como no denso (con mayor cantidad de tejido graso) o denso (con menor cantidad de tejido graso y mayor cantidad de tejido fibroglandular). El tejido mamario denso simplemente significa que hay más tejido fibroglandular, el cual aparece de color blanco en una mamografía. Cuando una paciente tiene senos densos, una mamografía mostrará que una mayor parte del seno está compuesta por tejido mamario denso que por tejido graso.

¿Cómo saben las mujeres si tienen senos densos?

Hacerse una mamografía es la mejor manera de saber si tienes tejido mamario denso. Un radiólogo, un médico especializado en interpretar mamografías, analizará la proporción de tejido graso y tejido denso para determinar el nivel de densidad mamaria.

En una mamografía, el tejido graso aparece oscuro, mientras que el tejido mamario denso aparece blanco. El tejido mamario denso no es transparente como el tejido graso, lo que a menudo puede dificultar ver a través de él.

Los niveles de densidad mamaria se informan utilizando el Sistema de Informes y Datos de Imágenes de Mama, BI-RADS por sus siglas en inglés.

Los niveles de densidad suelen registrarse en los informes de mamografía utilizando letras de la A a la D:

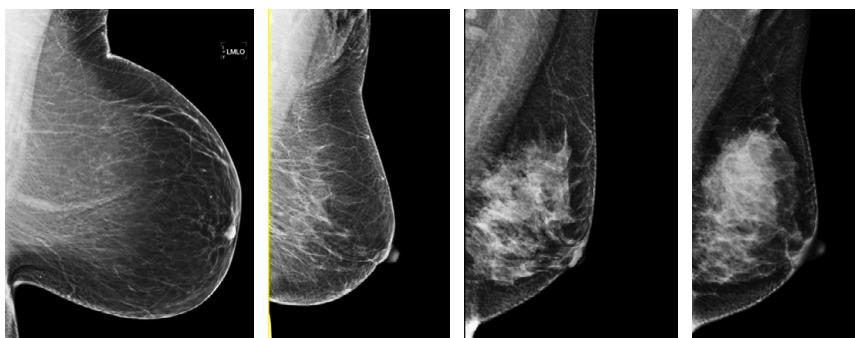
A: Casi completamente graso indica que los senos están compuestos casi por completo de tejido graso. Se observa en aproximadamente el 10% de las mujeres.

B: Áreas dispersas de densidad fibroglandular indica que hay algunas áreas dispersas de densidad, pero la mayor parte del tejido mamario no es denso. Se observa en aproximadamente el 40% de las mujeres.

C: Heterogéneamente denso indica que hay algunas áreas de tejido no denso, pero que la mayor parte del tejido mamario es denso. Se observa en aproximadamente el 40% de las mujeres.

D: Extremadamente denso indica que casi todo el tejido mamario es denso. Se observa en aproximadamente el 10% de las mujeres.

Por lo general, se considera que las mujeres con senos heterogéneamente densos, categoría C, y extremadamente densos, categoría D, tienen senos densos.



A

B

C

D

CAMBIOS EN LA LEGISLACIÓN SOBRE EL TEJIDO MAMARIO DENSO:

En marzo del 2023, la FDA anunció que los informes de mamografía enviados a las pacientes deben incluir la densidad mamaria, descrita como “no densa” o “densa”.

Si tu tejido mamario **no es denso**, el informe dirá: “El tejido mamario puede ser denso o no denso.”

El tejido denso dificulta detectar el cáncer de mama en una mamografía y también aumenta el riesgo de desarrollar cáncer de mama. Tu tejido mamario no es denso. Habla con tu equipo de atención médica sobre la densidad mamaria, los riesgos de cáncer de mama y tu situación individual.”

Si tu tejido mamario es **denso**, el informe dirá: “El tejido mamario puede ser denso o no denso. El tejido denso dificulta detectar el cáncer de mama en una mamografía y también aumenta el riesgo de desarrollar cáncer de mama. Tu tejido mamario es denso. En algunas personas con tejido denso, otros estudios de imagen, además de una mamografía, pueden ayudar a detectar cáncer. Habla con tu equipo de atención médica sobre la densidad mamaria, los riesgos de cáncer de mama y tu situación individual.”

Los informes de mamografía enviados a los proveedores de atención médica también deben incluir una evaluación general de la densidad mamaria utilizando las 4 categorías BI-RADS. Todos los centros de mamografía en Estados Unidos deben cumplir con esta norma a partir del 10 de septiembre del 2024.

Consejo: Sé tu mejor defensora. Pide copias de tus informes y registros médicos para entender mejor la salud de tus senos.

¿Qué tan comunes son los senos densos?

Según el Instituto Nacional del Cáncer, casi la mitad de las mujeres de 40 años o más que se realizan mamografías tienen senos densos.

Los senos cambian con el tiempo debido a las hormonas. Antes de tener hijos o antes de la menopausia, muchas mujeres tienen senos densos. Después de tener hijos o pasar por la menopausia, los senos cambian y tienden a volverse más grasos. Incluso una misma mujer puede

experimentar cambios en la densidad mamaria, pasando de densa a una densidad promedio o a mayor contenido graso. Por eso, es importante ser constante a lo largo de los años al preguntar sobre la densidad mamaria. La información que te compartieron hace 10 o 20 años puede que ya no siga siendo válida.

Consejo: Mantén la salud de tus senos como una prioridad a medida que tu cuerpo cambia.

¿Qué contribuye a tener tejido mamario denso?

Cada persona tiene una composición genética diferente y una predisposición que influye en si tendrá senos densos o senos con mayor contenido graso. La mayoría de las personas comienzan con tejido mamario denso y, a medida que envejecen o experimentan cambios hormonales, el tejido denso se transforma en tejido graso.

Otros factores incluyen:

- **Genética:** se ha demostrado que el tejido mamario denso puede ser hereditario o estar influenciado por factores genéticos. Las mujeres deben conocer sus antecedentes familiares para ser proactivas en el cuidado de su salud.
- **Índice de masa corporal bajo:** perder peso puede aumentar la cantidad de tejido mamario denso en relación con la cantidad de tejido graso en los senos de una mujer. Esta también es un área de investigación en curso.
- **Terapia hormonal:** factores externos, como la terapia hormonal, pueden hacer que el tejido mamario denso se mantenga o aumente. Las mujeres que reciben terapia hormonal deben ser especialmente constantes con sus mamografías.

Consejo: Comparte esta guía con las mujeres de tu familia para comenzar la conversación sobre la salud de los senos.

¿Los senos densos se sienten diferentes al realizar un autoexamen de los senos?

Solo una mamografía puede mostrar si una mujer tiene senos densos. Sin embargo, a veces, cuando hay senos densos, los senos pueden sentirse abultados, lo que puede dificultar detectar una masa. Por eso, se recomienda que las mujeres practiquen técnicas de autoconocimiento de los senos en distintas posiciones, en la ducha, de pie y acostadas, para evaluar adecuadamente cualquier área de preocupación. Cualquier inquietud, específicamente una masa definida, un bulto o un área endurecida, debe comunicarse a un médico, ya que los estudios de imagen pueden aportar información sobre áreas sospechosas.

Consejo: Familiarízate con el autoconocimiento de los senos y el autoexamen visitando <https://www.nationalbreastcancer.org/es/recursos/autoexamen-de-senos/>

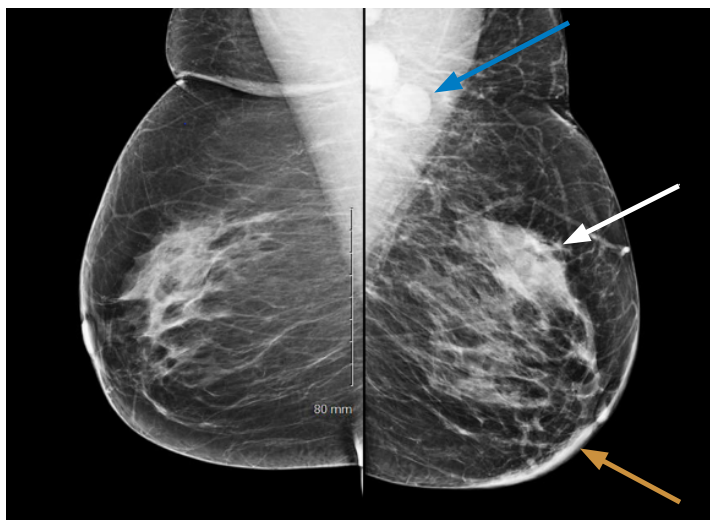
¿Tener senos densos aumenta la probabilidad de desarrollar cáncer de mama?

La densidad mamaria afecta el riesgo de cáncer de mama en las mujeres de dos maneras:

- La densidad mamaria puede dificultar la detección de un cáncer subyacente en una mamografía.
- La densidad mamaria es un factor de riesgo independiente para el cáncer de mama.

La densidad mamaria se refiere a la cantidad relativa de tejido denso, que aparece blanco en una mamografía, en comparación con la cantidad de tejido graso, que aparece oscuro en una mamografía. A medida que aumentan las áreas blancas en la mamografía, el tejido mamario denso puede dificultar la detección del cáncer de mama, ya que los cambios anormales en los senos y el cáncer también aparecen blancos en una mamografía.

A continuación se muestran 2 imágenes de una mamografía, que muestran el seno derecho y el izquierdo. La flecha blanca en el seno señala un cáncer, que es muy sutil dentro del tejido fibroglandular. En este caso, también hay ganglios linfáticos prominentes, señalados con la flecha azul, y engrosamiento de la piel, señalado con la flecha dorada.



La densidad mamaria en sí misma también es un factor de riesgo independiente para el cáncer de mama. Esto significa que las mujeres con senos densos tienen un mayor riesgo de desarrollar cáncer de mama que las mujeres sin senos densos, y ese riesgo es mayor cuanto mayor sea la densidad mamaria.

¿Se necesitan estudios adicionales si una paciente tiene senos densos?

Debido al aumento de factores de riesgo asociados con los senos densos, también ha aumentado la notificación sobre la densidad mamaria a pacientes y profesionales de la salud. Esto ha generado la necesidad de evaluar cuándo y cómo ofrecer de la mejor manera pruebas complementarias de detección a mujeres con senos densos.

Recuerda: A pesar de la preocupación por la posible dificultad para detectar cáncer en mujeres con tejido mamario denso, la mamografía se recomienda para todas las mujeres en edad de hacerse pruebas de detección, independientemente de la densidad mamaria y del riesgo de cáncer de mama. La mamografía por sí sola ha reducido la mortalidad por cáncer de mama gracias a la detección temprana de cánceres de mama, antes de que exista la posibilidad de propagación o metástasis.

Las mujeres que tienen senos densos y solo se realizan una mamografía pueden no estar recibiendo la mejor prueba de detección para su situación. Los estudios complementarios de imagen, como la tomosíntesis, o mamografías 3D, los ultrasonidos y las resonancias magnéticas, pueden ayudar a detectar cáncer en mujeres con senos densos.

Si una paciente tiene senos densos, debe revisar sus factores de riesgo de cáncer de mama con su médico y considerar opciones de pruebas complementarias de detección.

Consejo: Cada paciente y cada situación son diferentes.

Las mujeres con senos densos deben trabajar de cerca con su médico para determinar un plan de detección con el que ambas partes se sientan cómodas. Se recomiendan mamografías de detección anuales para todas las mujeres mayores de 40 años.

Fuentes:

- Tejido mamario denso: qué significa tener mamas densas. <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/mammogram/in-depth/dense-breast-tissue/art-20123968>
- Mamas densas: respuestas a las preguntas más frecuentes. <https://www.cancer.gov/types/breast/breast-changes/dense-breasts>
- Densidad de los senos e informe de la mamografía . <https://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/screening-tests-and-early-detection/mammograms/breast-density-and-your-mammogram-report.html>

Referencias:

1. Byng JW, Yaffe MJ, Jong RA, et al. Analysis of mammographic density and breast cancer risk from digitized mammograms. *RadioGraphics* 1998; 18:1587–1598
2. Vachon CM, van Gils CH, Sellers TA, et al. Mammographic density, breast cancer risk and risk prediction. *Breast Cancer Res* 2007; 9:217
3. Schreer I. Dense breast tissue as an important risk factor for breast cancer and implications for early detection. *Breast Care (Basel)* 2009; 4:89–92
4. Pinsky RW, Helvie MA. Mammographic breast density: effect on imaging and breast cancer risk. *J Natl Compr Canc Netw* 2010; 8:1157–1164; quiz, 1165
5. Boyd NF, Guo H, Martin LJ, et al. Mammographic density and the risk and detection of breast cancer. *N Engl J Med* 2007; 356:227–236
6. Wolfe JN. Breast patterns as an index for developing breast cancer. *AJR* 1976; 126:1130–1137
7. Checka C, Chun J, Schnabel F, Lee J, Toth H. The Relationship of Mammographic Density and Age: Implications for Breast Cancer Screening. *AJR* 2012: 198.
8. Boyd N, Dite G, Stone J, Gunasekara A, English D, McCredie M, Giles G, Trichler D, Chiarelle A, Yaffe M, Hooper J. Heritability of Mammographic Density, a Risk Factor for Breast Cancer. *New England Journal of Medicine* 2002:347.