



Problemas y afecciones benignas en los senos

Muchas mujeres tienen bultos u otros síntomas que afectan los senos. Algunos de estos problemas o afecciones pueden ser benignos, lo que quiere decir que no son cancerosos. Muchas afecciones benignas desaparecen por sí solas o se tratan fácilmente. Algunas afecciones que son de tipo **benigno** pueden hacer que aumente su riesgo de contraer cáncer en el futuro. Es posible que deba hacerse pruebas u exámenes de seguimiento con su **obstetra-ginecólogo** u otro profesional de atención médica.

Este folleto explica

- el tejido normal del seno
- problemas benignos comunes en los senos
- el diagnóstico, tratamiento y seguimiento

Tejido normal del seno

Los senos están formados por glándulas mamarias, grasa y tejido fibroso. Este tejido fibroso está compuesto por fibras microscópicas y es lo que le da forma a los senos.

Cada seno tiene de 15–20 secciones que se llaman lóbulos. Cada lóbulo contiene muchos lobulillos pequeños. Los lóbulos terminan en decenas de diminutas glándulas mamarias que pueden producir leche. Los lóbulos, lobulillos y las glándulas mamarias están unidos por tubos delgados que se denominan conductos.

El tejido del seno reacciona a los cambios normales en los niveles de las **hormonas** durante el **ciclo menstrual**. Es normal que los senos se sientan hinchados, más sensibles al tacto o dolorosos en ciertos momentos (consulte “Dolor en los senos”).

Los senos también cambian durante el embarazo, la lactancia y la **menopausia**. Tal vez observe cambios en los senos si usa anticonceptivos hormonales, como las píldoras anticonceptivas, o **terapia hormonal** para los síntomas de la menopausia. Es importante reconocer cómo se ven y sienten los senos normalmente. Si

observa algún cambio, dígaselo a su obstetra-ginecólogo o a otro profesional de atención médica (consulte el cuadro “Familiarización con los senos”).

Problemas benignos comunes en los senos

Hay muchos problemas benignos comunes en los senos. Algunos de los problemas comunes son dolor, bultos o masas, infección, secreción de los pezones y cambios en la piel.

Dolor en los senos

Muchas mujeres tienen dolor en los senos. El tratamiento depende del tipo de dolor que presente.

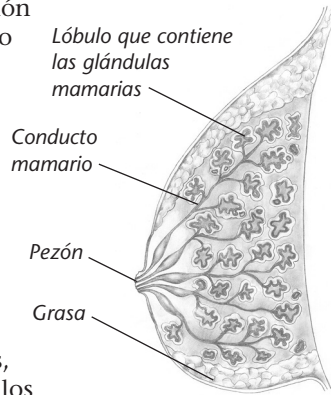
Dolor cíclico en los senos. Este tipo de dolor en los senos está relacionado con el ciclo menstrual, los anticonceptivos hormonales o la terapia hormonal para la menopausia. Los síntomas pueden consistir en dolor agudo, ardor o picazón. Uno de los senos puede estar más adolorido que el otro. En muchas mujeres, los síntomas empeoran inmediatamente antes de que comience el período menstrual y mejora después de que comienza el sangrado menstrual. Aunque el dolor cíclico en los senos no está asociado con cáncer, es buena idea que su obstetra-ginecólogo u otro profesional de atención médica la examine. Las siguientes

Familiarización con los senos

Es importante saber cuál es el aspecto normal de los senos y cómo se sienten al palparlos. Saber qué es normal en los senos la ayudará a detectar los cambios que pueden indicar la presencia de un problema. Muchas de las mujeres a quienes se les diagnostica cáncer del seno notan ellas mismas el bulto antes de un examen clínico de los senos o una mamografía. Si observa alguno de los siguientes, comuníquese con su profesional de atención médica:

- Un bulto nuevo
- Cambios en la piel
 - Aumento de grosor
 - Hoyuelos
 - Enrojecimiento de origen desconocido
 - Descamación o enrojecimiento de los pezones
 - Úlceras
- Dolor (especialmente si ocurre en uno solo lugar o empeora)

Tejido del seno



medidas pueden ayudar a aliviar el dolor cíclico en los senos:

- Use un sostén (brassiere) que se ajuste bien a los senos.
- En las mujeres que usan un método anticonceptivo hormonal combinado y presentan dolor en los senos, usar este anticonceptivo continuamente puede aliviar los síntomas. Si toma píldoras hormonales combinadas, esto quiere decir no tomarse las píldoras sin hormonas y comenzar el siguiente kit de píldoras inmediatamente. En las mujeres que usan el anillo, esto quiere decir usarlo por cuatro semanas y luego colocar el siguiente justo después.
- Para aliviar el dolor, tome un medicamento de venta sin receta. Si el dolor es intenso, su obstetra-ginecólogo podría recetar medicamentos por un tiempo limitado.

Dolor no cíclico en los senos. El dolor no cíclico en los senos no está relacionado con el ciclo menstrual. Generalmente ocurre en uno de los senos en un área específica. Es posible que sienta dolor todo el tiempo, o que sea intermitente.

No siempre se sabe con exactitud qué produce el dolor que no es cíclico. Algunas afecciones benignas que pueden causar este tipo de dolor consisten en lesiones, infección, medicamentos y tamaño grande de los senos. En casos raros, puede ocurrir dolor no cíclico en los senos a causa de cáncer del seno. Si presenta dolor no cíclico en los senos, acuda a su obstetra-ginecólogo o a otro profesional de atención médica. Le podrían recomendar un examen por imágenes de los senos (consulte “Diagnóstico”).

Bultos y masas

Hay muchos tipos distintos de bultos en los senos y casi todos son benignos. Si palpa un bulto o masa en el seno, comuníquese con su obstetra-ginecólogo u otro profesional de atención médica para que le haga un examen físico de los senos. Esto se denomina examen clínico del seno. Generalmente se recomienda hacer un examen por imágenes para identificar mejor el bulto o la masa. También podría ser necesario hacer un análisis adicional de las **células** obtenidas del bulto (**biopsia**) (consulte “Diagnóstico”).

En general, las masas benignas en los senos se dividen en tres tipos según los tipos de células que posean: 1) **sin actividad proliferativa**, 2) **proliferativa sin atipia** e 3) **hiperplasia atípica**.

Sin actividad proliferativa. Una masa sin actividad proliferativa tiene células normales. Un ejemplo de este tipo de masa es un **quistes**. Un quiste es un saco lleno de líquido. Generalmente, son muy pequeños y muy comunes, ya que ocurren en alrededor de un tercio de las mujeres entre los 35–50 años. La mayoría de los quistes no aumentan el riesgo de que una mujer presente cáncer del seno y desaparecen sin tratamiento. Si los quistes son grandes o producen incomodidad, es

posible drenar el líquido por medio de un procedimiento que se llama **aspiración con aguja fina**.

Otro tipo de masa sin actividad proliferativa es un **fibroadenoma** simple. Estos son bultos sólidos bien definidos que ocurren con mayor frecuencia en las mujeres jóvenes y en las afroamericanas. Por lo general son pequeños (1–2 cm) y pueden ocurrir solos o en grupos. Los fibroadenomas simples generalmente se encogen o desaparecen por sí solos. Casi nunca hay que recurrir a una cirugía para extraerlos a menos que sean grandes o sigan creciendo.

Proliferativa sin atipia. En este tipo de masa del seno, el número de células aumenta de manera gradual, pero fuera de eso son normales. Este tipo de bulto aumenta levemente el riesgo de presentar cáncer del seno en el futuro a largo plazo. Un ejemplo de este tipo de bulto del seno es un fibroadenoma complejo. Un fibroadenoma se considera complejo cuando una biopsia revela ciertas características, como una mayor cantidad de células de lo habitual. Los fibroadenomas complejos por lo general se pueden extraer por medios quirúrgicos, aunque a veces se decide solo seguir examinándolos periódicamente para asegurarse de que no sigan creciendo. Esto quiere decir que tiene que acudir a su obstetra-ginecólogo o a otro profesional de atención médica para que le hagan exámenes habituales de detección de cáncer del seno.

Hiperplasia atípica. La hiperplasia es una afección en la que aumenta el número de ciertas células en los conductos o lóbulos mamarios. El término atipia quiere decir que bajo un microscopio estas células no ven normales. La hiperplasia atípica aumenta en gran medida el riesgo de presentar cáncer del seno en el futuro. Se recomienda extraer por cirugía las células y el área alrededor de ellas junto con seguimiento estrecho. También se podrían recomendar medicamentos para evitar que la afección vuelva a ocurrir.

Infeción

El término que se le da a una infección en el tejido del seno es **mastitis**. Esta infección ocurre comúnmente cuando una mujer está amamantando y un conducto se obstruye con leche lo cual le impide drenarse adecuadamente. A veces pueden ocurrir infecciones por motivos que no están relacionados con un embarazo ni la lactancia.

Los síntomas de mastitis son semejantes a los de gripe, es decir, fiebre, dolor corporal y agotamiento. El seno estará enrojecido, hinchado, tibio y doloroso en un área específica. Si presenta estos síntomas, llame a su obstetra-ginecólogo o a otro miembro de su equipo de atención médica.

Puede aún amamantar a su bebé sin riesgo si tiene mastitis. De hecho, amamantar ayudará a acelerar su recuperación. Le podrían recetar un **antibiótico** que puede tomarlo con seguridad durante el tiempo que amamante para tratar la infección. Aplicar compresas tibias puede ser útil para aliviar el dolor.

Secreción de los pezones

Un síntoma benigno común de los senos es la secreción de los pezones. Este síntoma tiende a ocurrir en ambos senos y solo cuando se aprieta el seno o el pezón. Generalmente es de color blanco lechoso o verdoso. Las secreciones con sangre o transparentes son más preocupantes.

Durante el embarazo, es normal que ocurra secreción de los pezones a medida que los senos se preparan para producir leche. En las mujeres que no están embarazadas, puede ocurrir a causa de cambios hormonales. Algunos medicamentos pueden producir secreciones de los pezones. Acuda a su obstetra-ginecólogo o a otro profesional de atención médica si presenta cualquier tipo de secreción de los pezones. Es posible que le hagan un examen por imágenes de los senos.

Cambios en la piel

La piel de los senos se puede ver afectada por algunos problemas comunes de la piel, como psoriasis, eccema y reacciones alérgicas. Comúnmente pueden ocurrir infecciones por hongos en los pliegues de la piel debajo de los senos. Las mujeres con senos grandes tienen una mayor tendencia a presentar este problema. Algunos cambios en la piel de los senos plantean ciertas inquietudes sobre la presencia de cáncer. Estos cambios consisten en enrojecimiento, sensación tibia, hoyuelos en la piel y úlceras (pequeñas ampollas rojas y dolorosas). Otro motivo de inquietud es cuando ocurren alteraciones en los pezones, como presencia de costras, descamación, úlceras o pezones que cambian de forma. Hable con su obstetra-ginecólogo u otro profesional de atención médica si observa algún cambio en la piel.

Diagnóstico

Si tiene síntomas en los senos, su obstetra-ginecólogo u otro profesional de atención médica podría hacerle primero preguntas sobre cuándo comenzaron los síntomas, la gravedad de los mismos y si ha palpado una masa o un bulto. También le preguntará sobre sus factores de riesgo para el cáncer del seno. Su riesgo de cáncer del seno es uno de los factores que su profesional médico toma en cuenta cuando decide la estrategia de tratamiento.

Además de un examen clínico de los senos, es posible que necesite un examen por imágenes de los senos. Se pueden tomar imágenes de los senos con una **mamografía**, un **examen por ecografía (ultrasonido)** o una **imagen por resonancia magnética (MRI)**. Los tipos de imágenes que se hagan dependen de su edad. Puede ser necesario hacer una biopsia después del examen por imágenes.

Mamografía (mamograma)

Una mamografía es una radiografía del tejido del seno. Se hace con una máquina especial que aplana los senos para que se pueda visualizar la mayor cantidad de tejido posible con la menor radiación.

La **mamografía de detección** se usa para detectar cáncer del seno. El Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos recomienda que se les ofrezca a las mujeres una mamografía de rutina de detección anual a partir de los 40 años. La **mamografía de diagnóstico** se usa para obtener más información sobre una masa u otro signo o síntoma en los senos. Esta mamografía usa la misma tecnología de la mamografía de detección, pero generalmente se toman más imágenes del seno. Ciertas secciones del seno se pueden ampliar para proporcionar imágenes más detalladas de las áreas problemáticas.

Otro tipo de mamografía se llama **tomosíntesis digital de los senos**. Este examen crea imágenes tridimensionales de los senos. Solo se usa en ciertos casos para fines de diagnóstico, no de detección.

Examen por ecografía (ultrasonido)

En un examen por ecografía, una máquina que usa ondas sonoras crea imágenes del interior de los senos. Para hacerla, se aplica gel al seno y se desplaza un instrumento portátil sobre este. Este examen puede revelar si las masas en los senos son sólidas o están llenas de líquido.

Imagen por resonancia magnética

Durante una imagen por resonancia magnética (MRI), se le coloca dentro de una máquina grande que usa un imán y ondas sonoras para crear imágenes. Esta máquina toma muchas fotos de los senos. Estas imágenes se combinan para generar fotos detalladas que brindan una vista clara de masas o áreas sospechosas.

Biopsia

Se podría recomendar una biopsia según los resultados de los exámenes por imágenes. Hay varios tipos de biopsias. El tipo que se realice depende de varios factores, como el tamaño y la ubicación de la masa o el área:

- **Biopsia con aguja fina (aspiración)**—Se usa una jeringa con aguja fina y hueca para extraer una pequeña muestra de tejido del bulto.
- **Biopsia con aguja gruesa**—Se usa una aguja más grande para extraer pequeños cilindros (núcleos) del tejido del seno.
- **Biopsia por escisión**—En esta técnica, un cirujano extrae tejido del seno con un escalpelo.

La mamografía, ecografía o MRI se puede usar para orientar el procedimiento de aspiración con aguja fina o la biopsia con aguja gruesa. Después de la biopsia, el tejido extraído se envía a un laboratorio para examinarlo. Los resultados de esta prueba pueden tardar varios días.

Tratamiento de seguimiento

Los resultados de los exámenes por imágenes, los resultados de las biopsias y otros factores, como su edad y riesgo de presentar cáncer del seno, se usan

para decidir el tipo de tratamiento. Para algunas de las masas del seno o áreas con células anormales, el médico podría recomendar extraerlas. A veces, esto se hace durante una biopsia. En algunos casos, es necesario recurrir a una cirugía para extraer la masa o el área.

Con otras afecciones, es posible que no sea necesario administrar tratamiento sino llevar un estrecho seguimiento. Se podrían hacer exámenes clínicos y exámenes por imágenes de los senos más frecuentes durante el transcurso de los próximos 1–2 años. Aunque los resultados de las imágenes y biopsias sean normales, se podrían tener que hacer exámenes y pruebas de seguimiento durante un tiempo para asegurarse de que la masa o afección no haya cambiado. Su médico le explicará el control de seguimiento recomendado según su edad, factores de riesgo y resultados de las pruebas. Para proteger su salud, es importante que siga estas recomendaciones y haga las preguntas que tenga.

Por último...

Los cambios en los senos pueden suceder a medida que cambian los niveles hormonales, o debido a su edad. Aunque estos cambios pueden a veces causar masas o bultos u otros síntomas, los problemas benignos casi siempre desaparecen por su cuenta o se pueden tratar fácilmente. Para ayudar a detectar los cambios en los senos, asegúrese de hacerse a tiempo los exámenes recomendados de detección y estar al tanto del aspecto normal de los senos y cómo se sienten estos normalmente al palparlos. Hable con su obstetra-ginecólogo o con otro profesional de atención médica de inmediato si observa algún cambio.

Glosario

Antibiótico: Medicamento que trata ciertos tipos de infecciones.

Aspiración con aguja fina: Procedimiento mediante el cual se usa una aguja y jeringa para extraer una pequeña cantidad de tejido. La muestra de tejido se examina posteriormente bajo un microscopio para determinar la presencia de células cancerosas.

Benigno: No canceroso.

Biopsia: Procedimiento quirúrgico menor mediante el cual se extrae una pequeña parte de tejido para posteriormente examinarlo bajo un microscopio en un laboratorio.

Biopsia con aguja gruesa: Biopsia mediante la cual se extrae una muestra de tejido con una aguja especial cortante.

Biopsia por escisión: Biopsia que realiza un cirujano con un escalpelo u otros instrumentos quirúrgicos.

Células: Las unidades más pequeñas en las estructuras del cuerpo; los componentes básicos de todas las partes del cuerpo.

Ciclo menstrual: El proceso mensual de cambios que ocurren para preparar el cuerpo de la mujer para un posible embarazo. El ciclo menstrual se define desde el primer día de sangrado menstrual de un ciclo hasta el primer día del siguiente ciclo de sangrado menstrual.

Examen por ecografía (ultrasonido): Examen que usa ondas sonoras para examinar estructuras internas.

Fibroadenoma: Tipo de masa sólida y benigna en los senos.

Hiperplasia atípica: Problema médico en el que aumenta el número de ciertas células en los conductos o lóbulos del seno las cuales no se ven normales bajo un microscopio.

Hormonas: Sustancias que elaboran las células o los órganos del cuerpo y que controlan las funciones de las células o los órganos. Un ejemplo es el estrógeno que controla el funcionamiento de los órganos reproductores femeninos.

Imagen por resonancia magnética (MRI): Método para examinar los órganos y las estructuras internas empleando un campo magnético potente y ondas sonoras.

Mamografía: Técnica de imágenes que usa radiografías del seno para detectar cáncer del seno. La imagen que se crea se llama mamografía.

Mamografía de detección: Mamografía que se usa para detectar cáncer del seno. El Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos recomienda que se les ofrezca a las mujeres una mamografía de rutina de detección anual a partir de los 40 años.

Mamografía de diagnóstico: Tipo de mamografía que se usa para examinar un bulto u otro problema médico en el seno y detectar la presencia de cáncer.

Mastitis: infección del tejido del seno.

Menopausia: Período en la vida de la mujer cuando cesa la menstruación; se define como la ausencia de períodos menstruales durante un año.

Obstetra-ginecólogo: Médico con capacitación, destrezas y educación especiales en la salud de la mujer.

Proliferativa sin atipia: Término que describa una masa benigna del seno en la que aumenta el número de las células pero de lo contrario son normales.

Quiste: Saco o bolsa pequeña llena de líquido.

Sin actividad proliferativa: Término que se usa para describir una masa benigna en los senos que contiene células normales.

Terapia hormonal: Tratamiento en el que se administra estrógeno, y a menudo progestina, para aliviar algunos de los síntomas que se producen debido a niveles reducidos de estas hormonas.

Tomosíntesis digital de los senos: Tipo de tecnología de mamografía que crea imágenes tridimensionales de los senos.

Este Folleto Educativo para Pacientes fue elaborado por el Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (American College of Obstetricians and Gynecologists). Diseñado para ayudar a los pacientes, presenta información actualizada y opiniones sobre temas relacionados con la salud de las mujeres. El nivel de dificultad de lectura de la serie, basado en la fórmula Fry, corresponde al grado escolar 6to a 8vo. El instrumento de Evaluación de Idoneidad de Materiales (Suitability Assessment of Materials [SAM]) asigna a los folletos la calificación "superior". Para asegurar que la información es actualizada y correcta, los folletos se revisan cada 18 meses. La información descrita en este folleto no indica un curso exclusivo de tratamiento o procedimiento que deba seguirse, y no debe interpretarse como excluyente de otros métodos o prácticas aceptables. Puede ser apropiado considerar variaciones según las necesidades específicas del paciente, los recursos y las limitaciones particulares de la institución o tipo de práctica.

Derechos de autor mayo del 2017 por el Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (American College of Obstetricians and Gynecologists). Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación podrá reproducirse, almacenarse en un sistema de extracción, publicarse en Internet, ni transmitirse de ninguna forma ni por ningún método, sea electrónico, mecánico, de fotocopiado, grabación o de cualquier otro modo, sin obtener previamente un permiso por escrito del editor.

ISSN 1074-8601

Las solicitudes de autorización para hacer fotocopias deben dirigirse a: Copyright Clearance Center, 222 Rosewood Drive, Danvers, MA 01923.

Para pedir Folletos de Educación de Pacientes en paquetes de 50, sírvase llamar al 800-762-2264 o hacer el pedido en línea en sales.acog.org.

The American College of Obstetricians and Gynecologists

409 12th Street, SW

PO Box 96920

Washington, DC 20090-6920