

Información sobre el cáncer para mujeres

- [Cáncer de seno](#)
- [Cáncer colorrectal](#)
- [Cáncer de pulmón](#)
- [Cáncer de cuello uterino](#)
- [Cáncer de endometrio](#)
- [Cáncer de ovario](#)
- [Cáncer de piel](#)
- [Qué otras medidas puede tomar para reducir su riesgo de cáncer](#)

Algunos de los tipos de cáncer que afectan a las mujeres con más frecuencia son los cánceres en senos, colon y recto, pulmones, cuello uterino, endometrio, ovarios y piel. 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 más común entre las mujeres en los Estados Unidos, después del cáncer de piel. También conforma la segunda causa principal de muerte por cáncer (después del cáncer de pulmón). Alrededor de 1 de cada 8 mujeres desarrollará cáncer de seno invasivo en el transcurso de su vida.

Este cáncer puede ocurrir a cualquier edad, pero es más común que ocurra a medida que se envejece. Puede que algunas mujeres presenten 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

Hacer a las pruebas de detección.

Las pruebas de detección rutinarias permiten la detección de cáncer cuando es de menor tamaño, no se ha propagado y es más fácil de tratar.

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.

Si se va a realizar una mamografía para detectar el cáncer de mama, debe saber:

- Qué debe esperar
- Lo que las pruebas pueden y no pueden determinar
- Cómo se ven y se sienten normalmente sus senos para que pueda informarle a un proveedor de atención médica sobre cualquier cambio.

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 cáncer que se origina en el colon o en el recto. Entre los factores que aumentan el riesgo de cáncer colorrectal se incluye la falta de actividad física, un alto consumo de carnes rojas y procesadas, presentar exceso de peso, fumar, consumir bebidas con alcohol y tener antecedentes médicos familiares o personales de pólipos y de cáncer colorrectal.

Lo que usted puede hacer

Hacer a las pruebas de detección.

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. La mayoría de los casos de cáncer colorrectal comienza con un pólipo que consiste de un pequeño crecimiento en la región del colon o del rectal. Extirpar un pólipo puede evitar que se convierta en cáncer.

La American Cancer Society recomienda lo siguiente para personas en riesgo promedio para el cáncer colorrectal:

- **Todos deberán empezar a hacerse las pruebas de detección rutinarias a partir de los 45 años.**
- Las personas con un buen estado general de salud y que se espera que vivan por más de 10 años deberán continuar haciéndose las pruebas de detección rutinarias **hasta los 75 años.**
- Para las personas de **76 a 85 años**, la decisión de someterse a las pruebas de detección debe basarse en preferencias, expectativa de vida, estado de salud y en los resultados de pruebas de detección previas.
- Las personas **mayores de 85 años** ya no necesitan hacerse las pruebas de detección del cáncer colorrectal.

Pruebas para la detección del cáncer colorrectal

Pruebas basadas en heces fecales

- Examen inmunoquímico fecal (FIT) * cada año, **o**
- Examen de sangre oculta en heces con base de guayacol (gFOBT) * cada año, **o**
- Prueba de ADN en las 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 se somete a una prueba que no sea colonoscopia, y en el resultado se revela cualquier anomalía, entonces será necesario continuar con una colonoscopia.

Si usted tiene un riesgo elevado de cáncer colorrectal en función de sus antecedentes familiares y otros factores, puede que requiera 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.

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. Si no tiene seguro o no puede pagar las pruebas de detección del cáncer, [puede buscar opciones de detección gratuitas y de bajo costo](#).³

Cáncer de pulmón

El [cáncer de pulmón](#)⁴ es el segundo tipo de cáncer más común en mujeres en los EE.UU. y la principal causa de muerte por cáncer.

Lo que usted puede hacer

Hacer a las pruebas de detección.

La American Cancer Society recomienda una tomografía de baja dosis (LDCT) cada año como prueba de detección del cáncer de pulmón tomografía computarizada de para las personas:

- **Cuya edad sea entre 50 y 80 años** y fuma o solía fumar

Y

- **Presenta al menos un historial de tabaquismo de 20 paquetes-año** (un paquete-año equivale a fumar un paquete de cigarrillos al día durante un año. Por

ejemplo, una persona podría tener un historial de 20 paquetes-año si fuma 1 paquete al día durante 20 años o si fuma 1 paquetes al día durante 10 años).

Antes de decidir hacerse una prueba de detección, las personas deben hablar con su proveedor de atención médica sobre el propósito de la prueba, cómo se realiza, los beneficios, las limitaciones y los daños potenciales de hacer la prueba. A las personas que todavía fuman se les debe asesorar sobre cómo dejar de fumar y ofrecerles recursos para ayudarlas a abandonar el hábito.

Evitar el consumo de tabaco y la exposición.

No se pueden prevenir todos los cánceres de pulmón. Sin embargo, existen medidas para tratar de reducir su riesgo.

- Si no fumas, ¡no empieces hacerlo! También debe evitar respirar el humo que producen otras personas que fuman.
- Si fuma, llame a la American Cancer Society al 1-800-227-2345 o visite [Empoderado para dejar de fumar](#)⁵ para obtener ayuda para dejar de fumar.

Aunque el hábito de fumar es la causa principal, no todas las personas con cáncer de pulmón fuman. Otras formas que ayudan a disminuir el riesgo:

- Evitar el consumo de todos los productos del tabaco.
- Mantenerse alejado del humo de segunda mano.
- Evitar o limitar la exposición a sustancias químicas cancerígenas que pueden encontrarse en el hogar o el lugar de trabajo.

Cáncer de cuello uterino

El virus del papiloma humano (VPH) es la causa de casi todas los casos de [cáncer de cuello uterino](#).⁶ El VPH es una infección muy común que se puede transmitir durante el contacto piel a piel con partes infectadas del cuerpo, no solo durante las relaciones sexuales. La mayoría de las personas no saben que tienen VPH y eliminan el virus por sí solas. Sin embargo, se sabe que algunos tipos de VPH causan cáncer. **Las personas de cualquier género u orientación sexual pueden contraer y transmitir el VPH.**

Lo que usted puede hacer

Reciba las vacunas.

La vacuna contra el VPH protege contra los tipos de VPH que causan el 90% de los cánceres de cuello uterino, así como otros cánceres, incluidos los de vagina, vulva, pene, boca y garganta.

La American Cancer Society recomienda que todos los niños reciban la vacuna contra el VPH entre **edades de 9 y 12 años**, cuando la vacuna funciona mejor. Pero los niños y los adultos jóvenes aún pueden recibir la vacuna **hasta los 26 años**.

La vacunación a las edades recomendadas ayudará a prevenir más cánceres que la vacunación a edades más avanzadas. **Si tiene entre 27 y 45 años**, hable con su médico para saber si la vacuna contra el VPH podría beneficiarle.

Hacer a las pruebas de detección.

Hacer las pruebas de detección de rutina puede ayudar en detectar cambios en el cuello uterino que pueden ser tratados antes de que se conviertan en cáncer. Las pruebas para detectar el cáncer de cuello uterino son la prueba del VPH y la prueba de Papanicolaou. Las pruebas de VPH buscan tipos de VPH que pueden causar precánceres y cánceres de cuello uterino. La prueba de Papanicolaou examinan las células extraídas del cuello uterino para detectar cambios que podrían ser cancerosos o precancerosos. Las pruebas rutinarias para la de detección de cáncer cuello uterino ayudan a encontrar el cáncer en sus etapas iniciales, cuando es pequeño, no se ha propagado y es más fácil de tratar.

La American Cancer Society recomienda lo siguiente para personas en riesgo promedio para el cáncer cuello uterino:

- **Se deberá comenzar a hacer las pruebas de detección del cáncer de cuello uterino a partir de los 25 años de edad.** 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 VPH cada 5 años. Una prueba primaria de VPH es una prueba de VPH que se realiza por sí sola para la detección. En caso de que la prueba primaria de VPH no esté disponible, se podrá hacer la prueba conjunta (prueba que combina la prueba de VPH y la prueba de Papanicolaou) cada 5 años, o bien, una prueba de Papanicolaou cada 3 años. **Lo más importante para recordar es hacerse las pruebas rutinarias para la detección, independientemente de la prueba que se escoja.**

- **Las personas mayores de 65 años de edad** que se hayan sometido a sus pruebas de rutina para la detección del cáncer de cuello uterino con resultados normales deberán descontinuar sometiéndose a estas pruebas. Una vez que se hayan suspendido las pruebas, no se deben volver a comenzar. Quienes tengan un historial de precáncer grave de cuello uterino, deben continuar realizándose las pruebas durante al menos 25 años después de dicho diagnóstico, incluso tras haber rebasado los 65 años.
- **Las personas cuyo útero y cuello uterino se hayan extirpado con cirugía (histerectomía total)** deberán dejar de hacer las pruebas salvo que dicha cirugía se haya hecho a raíz de tratar un cáncer o precáncer grave de cuello uterino.

Las personas que hayan sido vacunadas contra el VPH deberán continuar siguiendo las recomendaciones sobre las pruebas de detección para su grupo de edad.

Cáncer de endometrio

El [cáncer endometrial](#)⁷ es el cáncer que ocurre en el endometrio, que es el revestimiento o capa interna del útero o matriz. El riesgo de desarrollar cáncer de endometrio aumenta con la edad. La American Cancer Society recomienda que, al presentarse la menopausia, todas las mujeres deben ser informadas de los riesgos y los síntomas del cáncer endometrial. Las mujeres deben notificar a su proveedor de atención médica si presentan cualquier sangrado vaginal o manchado inusual.

Lo que usted puede hacer

Conozca su riesgo y las señales.

No hay pruebas o exámenes de detección que puedan encontrar el cáncer de endometrio en etapa temprana en mujeres con un riesgo promedio y que no presenten síntomas de esta enfermedad. Los estudios muestran que muchos casos de cáncer de endometrio están relacionados con el exceso de peso corporal y la falta de actividad física y, por lo tanto, podrían prevenirse.

Otras cosas que aumentan el riesgo de cáncer de endometrio incluyen:

- Estar tomando hormonas
- Tener un inicio temprano de los ciclos menstruales o presentar menopausia tardía
- Tener un historial personal de infertilidad o de no tener hijos.
- Presentar antecedentes personales o familiares de cáncer colorrectal hereditario

sin poliposis (HNPCC o síndrome de Lynch) o síndrome de ovario poliquístico (SOP)

- Tener antecedentes personales de cáncer de seno o de ovario.

Los síntomas más comunes del cáncer de endometrio son sangrado o manchado anormal, especialmente en mujeres posmenopáusicas. El dolor de vientre o al orinar o durante las relaciones sexuales también pueden ser síntomas.

Si está en alto riesgo

La American Cancer Society recomienda 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 ovario

El factor de riesgo más importante para el [cáncer ovárico](#)⁸ además de la edad, hay antecedentes familiares de cáncer de seno o de ovario. Esto incluye aquellas con cambios genéticos hereditarios como *BRCA1*, *BRCA2* y síndrome de Lynch.

Lo que usted puede hacer

Conozca su riesgo y las señales.

Actualmente, no se disponen de pruebas de detección para el cáncer las mujeres que no estén a aumentado riesgo mayor de desarrollar esta enfermedad.

Algunas mujeres con alto riesgo debido a fuertes antecedentes familiares o cambios genéticos heredados podrían considerar [cirugía preventiva](#)⁹. Si tiene un mayor riesgo, hable con un proveedor de atención médica para saber si existen pruebas que podrían ser adecuadas para usted.

Otros factores que aumentan el riesgo de cáncer de ovario incluyen:

- Estar tomando hormonas
- Fumar cigarrillos
- Tener exceso de peso

Entre las señales y síntomas de cáncer ovárico avanzado se puede incluir:

- Inflamación vientre con pérdida de peso
- Pérdida de gases, hinchazón, de apetito
- Dolor de abdomen o de pélvica
- Sensación constante de tener que orinar

Si tiene estos síntomas diariamente durante más de unas pocas semanas, hable con un proveedor de atención médica.

Cáncer de piel

El [cáncer de piel](#)¹⁰ es el tipo más común de cáncer en los Estados Unidos. Cualquier persona de cualquier tono de piel puede desarrollar el cáncer de piel. También es uno de los cánceres más fáciles de prevenir o detectar tempranamente.

La radiación ultravioleta (UV) de la luz solar es el causante de la mayoría de los casos de cáncer de piel. Las cabinas de bronceado y las lámparas solares también le exponen a la luz ultravioleta que pueden causar cáncer.

Lo que usted puede hacer

Protegerse al estar bajo la luz del sol

Tomar medidas de protección solar conforma una de las cosas más importantes que puede hacer para reducir el riesgo de cáncer de piel.

- Limite el tiempo de exposición al sol, especialmente entre las 10 a.m. y las 4 p.m. cuando los rayos del sol son más intensos.
- Aplique un protector solar de amplio espectro que contenga por lo menos un factor de protección solar (SPF) de 30 sobre la piel expuesta y use un sombrero durante **todas las épocas del año**. Vuelva a aplicar un protector solar cada 2 horas o después de nadar o sudar (incluso si es resistente al agua).
- Use vestimenta que ofrezca protección, gafas de sol y un sombrero.
- Evite las camas bronceadoras y las lámparas de sol.

Examine su piel

La mejor manera de detectar el cáncer de piel a tiempo es examinar en busca de cambios. Muchos proveedores de atención médica sugieren revisar su piel aproximadamente una vez al mes.

- Familiarícese con todos sus lunares y manchas de su piel e informe inmediatamente a su proveedor de atención médica cualquier cambio que note en su piel.
- Solicite que dentro de sus revisiones médicas de rutina se incluya una inspección minuciosa de la piel.

Qué otras medidas puede tomar para reducir su riesgo de cáncer

Casi la mitad de todos los cánceres en adultos podrían prevenirse mediante cosas que podemos hacer o cambiar.

- Mantenerse libre de tabaco
- Haga ejercicio tanto como pueda.
- Consuma alimentos más nutritivos incluidas frutas, verduras y cereales integrales. Evite o limite los alimentos procesados, las carnes rojas, las bebidas azucaradas y los cereales refinados.
- Lo mejor es no beber alcohol. En caso de hacerlo, las mujeres deberán no tomar más de una (1) bebidas por día.
- Proteja su piel de la exposición al sol.
- Conozca sus riesgos, su historial médico y el de su familia.
- Acuda al médico para sus revisiones médicas de rutina y pruebas para la detección del cáncer.

Hyperlinks

1. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-seno.html
2. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-colon-o-recto.html

3. www.cancer.org/es/cancer/pruebas-de-deteccion/hagase-la-prueba.html
4. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-piel.html
5. www.cancer.org/es/cancer/risk-prevention/tobacco/empowered-to-quit.html
6. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-cuello-uterino.html
7. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-endometrio.html
8. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-ovario.html
9. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-seno/riesgos-y-prevencion/cirugia-preventiva-para-las-mujeres-con-un-riesgo-muy-alto-de-cancer-de-seno.html
10. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-piel.html

Referencias

American Cancer Society. Cancer facts & figures 2023. Atlanta, Ga: American Cancer Society; 2023. Accessed October 23, 2023. <https://www.cancer.org/content/dam/cancer-org/research/cancer-facts-and-statistics/annual-cancer-facts-and-figures/2023/2023-cancer-facts-and-figures.pdf>

Centers for Disease Control and Prevention. *Cancer and women*. Updated June 5, 2023. Accessed October 23, 2023. <https://www.cdc.gov/cancer/dcp/resources/features/womenandcancer/index.htm>

Fletcher GS. Evidence-based approach to prevention. *UpToDate*. UpToDate Inc; 2023. Updated February 17, 2022. Accessed October 23, 2023. https://www.uptodate.com/contents/evidence-based-approach-to-prevention?search=cancer%20screening&source=search_result&selectedTitle=4~150&usage_type=default&display_rank=4#H20178120

Fontham ETH, Wolf AMD, Church TR, et al. Cervical cancer screening for individuals at average risk: 2020 guideline update from the American Cancer Society. *CA Cancer J Clin*. 2020; 70: 321-346. doi.org/10.3322/caac.21628

Jemal A, Ward EM, Johnson CJ, et al. Annual report to the nation on the status of cancer, 1975-2014, featuring survival. *J Natl Cancer Institute*. 2017; 109(9): 1-19.

Saslow D, Andrews KS, Manassaram-Baptiste D, et al. Human papillomavirus vaccination 2020 guideline update: American Cancer Society guideline adaptation. *CA Cancer J Clin*. 2020; 70: 273-274. doi 10.3322/caac.21616.

Siegel RL, Miller KD, Wagle NS, Jemal A. Cancer statistics, 2023. *CA Cancer J Clin.* 2023; 73(1): 17-48. doi:10.3322/caac.21763

Wolf, AMD, Oeffinger, KC, Shih, YCT, et al. Screening for lung cancer: 2023 guideline update from the American Cancer Society. *CA Cancer J Clin.* 2023. doi:10.3322/caac.21811

Actualización más reciente: octubre 31, 2023

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la American Cancer Society (<https://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.

La información médica de la American Cancer Society está protegida bajo la ley *Copyright* sobre derechos de autor. Para solicitudes de reproducción, por favor refiérase a nuestra Política de Uso de Contenido (www.cancer.org/about-us/policies/content-usage.html) (información disponible en inglés).

cancer.org | 1.800.227.2345