



Reduzca su riesgo de cáncer

Usted puede reducir el riesgo de contraer cáncer adoptando un estilo de vida sano, prestando atención a la forma en que su cuerpo se ve y se siente, y sometiéndose a revisiones médicas periódicas. Hay estudios que pueden hacerse para detectar el cáncer en sus primeras etapas, cuando es más fácil de curar.

Este folleto explica

- *los tipos de cáncer comunes en las mujeres*
- *los riesgos y signos de advertencia*
- *las pruebas de detección de cáncer*
- *las medidas que puede tomar para reducir su riesgo*

¿Qué es el cáncer?

Las células sanas que componen los tejidos del organismo crecen, se reproducen y se reemplazan en forma periódica. En ocasiones, las células viejas no mueren cuando deberían o sufren daños. Normalmente el organismo repara o destruye tales células, pero a veces estas crecen en forma descontrolada y dan lugar a la formación de masas o tumores. Los tumores pueden ser benignos (no cancerosos) o malignos (cancerosos).

Los tumores benignos no se diseminan a otras partes del organismo y en general no son perjudiciales. Si se convierten en un problema, por ejemplo, si ejercen presión sobre un órgano cercano, con frecuencia se pueden eliminar quirúrgicamente.

Los tumores malignos pueden invadir y destruir tejidos y órganos sanos. Las células cancerosas también pueden diseminarse a otras partes del organismo y formar nuevos tumores.

Las personas pueden heredar el riesgo de contraer cáncer a través de los **genes**. En algunos casos, el cáncer puede provenir de la exposición a elementos

nocivos tales como un virus, ciertas sustancias químicas o radiación. A veces son varias las causas implicadas.

Tipos de cáncer

Hay muchos tipos de cáncer, y, dependiendo del tipo, varían los factores de riesgo, los signos de advertencia y el tratamiento. En las mujeres, el cáncer tiene una mayor probabilidad de aparecer en las siguientes zonas:

- Pulmones
- Senos
- Colon y recto
- Piel
- Ovario
- Útero
- Cuello uterino
- Vulva y vagina

Todos los tipos de cáncer son mucho más fáciles de tratar en sus etapas tempranas, cuando aún no se han diseminado a otras partes del organismo. La mayoría presenta signos de advertencia que indican que algo no está bien. Si usted nota cualquiera de estos signos, obtenga asistencia inmediatamente (consulte el cuadro “Signos de alerta del cáncer”).

Las pruebas de detección de cáncer deberían ser parte de su atención médica de rutina. Ayudan a detectar cambios en el organismo que pueden constituir signos tempranos de cáncer o bien dar lugar a cáncer (consulte la Tabla 1).

Cáncer de pulmón

El cáncer de pulmón es la causa principal de muerte por cáncer en los Estados Unidos, tanto en las mujeres como en los hombres. En la mayoría de los casos, el cáncer de pulmón es resultado de fumar cigarrillos. Las mujeres que fuman tienen una probabilidad 12 veces mayor de contraer cáncer de pulmón que las que nunca fumaron. El humo de segunda mano proveniente de los cigarrillos de otras personas también aumenta su riesgo de contraer cáncer de pulmón.

Los signos de advertencia del cáncer de pulmón a menudo no se hacen aparentes hasta que el cáncer ya se ha diseminado. Algunos síntomas son los siguientes:

- Una tos que no desaparece
- Espujo (flema) estriado con sangre
- Dolor en el pecho
- Brotes recurrentes de pulmonía o bronquitis
- Ronquera

Signos de advertencia de cáncer

Ciertos cambios en su cuerpo pueden ser indicios de cáncer:

- Un cambio en los hábitos intestinales o urinarios
- Una llaga que no sana
- Sangrado, secreción o flujo inusual
- Un engrosamiento o masa en un seno u otra parte del cuerpo
- Indigestión o dificultad para tragar
- Cambios en una verruga o lunar
- Tos o ronquera persistente

Ninguno de estos signos es un indicio seguro de cáncer, pero podrían ser señales de que algo no marcha bien. Si observa cualquiera de estos signos, llame a su proveedor de atención médica de inmediato. El dolor rara vez es un signo temprano de cáncer. No espere a sentir dolor si otros síntomas no desaparecen. Recibir tratamiento oportunamente aumenta la probabilidad de que surta efecto, ya sea que se trate de cáncer o de algún otro problema.

Datos de American Cancer Society. *Signs and symptoms of cancer*. ACS: 2005.

- Pérdida de peso y falta de apetito
- Falta de aire
- Fiebre
- Sibilancia (silbido al respirar)

La mejor forma de protegerse del cáncer de pulmón es no fumar. Si fuma, obtenga asesoramiento sobre cómo dejar de hacerlo. Ni bien haya dejado de fumar, su riesgo comenzará a disminuir. Deberá evitar también estar cerca de personas que estén fumando.

Cáncer de seno (mama)

El cáncer de seno es la segunda causa principal de muerte por cáncer en las mujeres en los Estados Unidos. Una de cada ocho mujeres tendrá cáncer de seno en algún momento de su vida. Algunos de los factores de riesgo que han sido asociados con el cáncer de seno son los siguientes:

- Edad (el riesgo de contraer cáncer de seno aumenta con la edad)
- Historial familiar de cáncer de seno, especialmente en la madre o una hermana
- Herencia de genes anormales (*BRCA1* o *BRCA2*)
- Uso de terapia hormonal
- Exposición a radiación (debido al tratamiento de otro cáncer)
- Antecedentes previos de cáncer de seno

Amamantar, hacer ejercicio y mantener un peso saludable podrían reducir el riesgo de contraer cáncer de seno. Hable con su proveedor de atención médica sobre qué otras medidas podrían ser útiles en su caso.

Si se detecta a tiempo, el cáncer de seno puede tratarse con buenos resultados. Esté alerta a los siguientes signos de advertencia:

- Una masa, engrosamiento, hinchazón del seno o formación de hoyuelos
- Irritación de la piel del seno
- Pezón distorsionado, hundido o con escamas
- Secreción o sangrado del pezón
- Dolor o sensibilidad a la palpación en el pezón

La mamografía puede ayudar a detectar cáncer de seno antes de que pueda palparse una masa. Las mujeres de 40 años de edad y mayores se deben realizar esta prueba todos los años, así como un examen de los senos (examen clínico de los senos) por un proveedor de atención médica una vez al año. Las mujeres de 20 años a 39 años de edad deben someterse a un examen clínico de los senos cada 1–3 años. Además, las mujeres también deben estar conscientes de cambios en sus senos e informar a sus proveedores de atención médica sobre ellos (consulte el cuadro “Examen de los senos”).

Cáncer colorrectal

El cáncer del colon y recto, o cáncer colorrectal, ocurre en el intestino grueso y el recto. Es la tercera causa principal de muerte por cáncer entre las mujeres en Estados Unidos.

En casi todos los casos, el cáncer colorrectal se desarrolla lentamente con el tiempo. Este tipo de cáncer a menudo comienza con un pólipo—una masa de

Tabla 1. Pruebas rutinarias de detección de cáncer

Esta tabla muestra los exámenes de detección de rutina que todas las mujeres deberían hacerse. Basándose en los factores de riesgo de ciertos tipos de cáncer, su proveedor de atención médica podrá recomendar pruebas o análisis adicionales, o que se haga ciertos exámenes con mayor frecuencia.

<i>Tipo de cáncer</i>	<i>Prueba o examen</i>	<i>Personas que deben hacérselo</i>	<i>Cuándo</i>
Senos	Mamografía	Mujeres de 40 años de edad o mayores	Anualmente. Hable con su proveedor de atención médica sobre si debe continuar realizándose las mamografías si tiene 75 años de edad o más
Cáncer de cuello uterino*	Prueba de Papanicolaou Prueba conjunta (Papanicolaou y VPH)	Mujeres de 21 años a 29 años de edad Mujeres de 30 años a 65 años de edad	Cada 3 años Cada 5 años; es aceptable someterse a la prueba de Papanicolaou solamente cada 3 años Puede dejar de hacerse las pruebas de detección de cáncer de cuello uterino después de cumplir 65 años de edad si no tiene un historial de displasia moderada o grave, o bien cáncer, y ha tenido tres resultados negativos consecutivos de la prueba de Papanicolaou o dos resultados negativos consecutivos de la prueba combinada dentro de los últimos 10 años cuando la prueba más reciente haya sido realizada durante los últimos 5 años.
Colon y recto (elijan una)	Colonoscopia	Mujeres de 50 años de edad o mayores	Cada 10 años
	Prueba de sangre oculta en las heces (FOBT, por sus siglas en inglés) o prueba de inmun-química fecal	Mujeres de 50 años de edad o mayores	Anualmente
	Sigmoidoscopia flexible	Mujeres de 50 años de edad o mayores	Cada 5 años
	Enema de bario de doble contraste	Mujeres de 50 años de edad o mayores	Cada 5 años
	Tomografía computarizada	Mujeres de 50 años de edad o mayores	Cada 5 años
	Análisis de ADN fecal	Mujeres de 50 años de edad o mayores	No determinado

Abreviación: VPH, **virus del papiloma humano**.

*Las mujeres que tienen un historial de cáncer de cuello uterino, tienen una infección por el **virus de inmunodeficiencia humana (VIH)**, cuyos sistemas inmunitarios están comprometidos o que estuvieron expuestas a dietilstilbestrol en útero no deben observar estas directrices rutinarias. diethylstilbestrol in utero should not follow these routine guidelines.

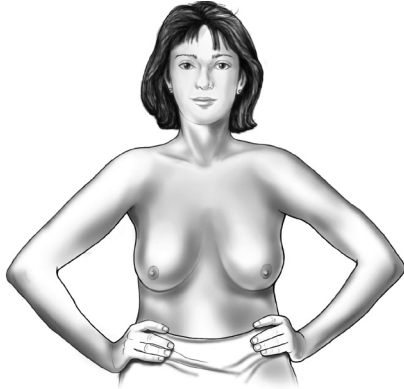
tejido en el colon o el recto. Usted podría tener riesgo de sufrir cáncer colorrectal si

- tiene un pariente cercano (madre, padre, hermana o hermano) menor de 60 años de edad, o dos o más parientes cercanos de cualquier edad, que tienen cáncer colorrectal o ciertos tipos de pólipos en el colon

- tiene antecedentes personales de cáncer de colon o de ciertos tipos de pólipos en el recto
- ha tenido una enfermedad intestinal, como colitis ulcerosa crónica, enfermedad inflamatoria intestinal o enfermedad de Crohn
- tiene un historial familiar de poliposis adenomatosa o cáncer de colon hereditario no poliposo

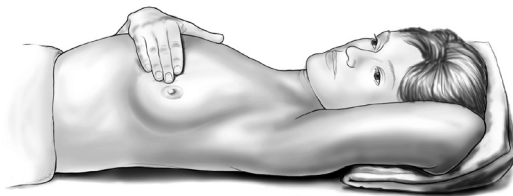
Examen del seno

Tener consciencia sobre sus propios senos significa estar consciente de cómo se ven y sienten sus senos, e informar a su proveedor de atención médica sobre cualquier cambio percibido. Una manera de saber qué es normal en sus senos y detectar problemas es practicarse exámenes de los senos.



Observación

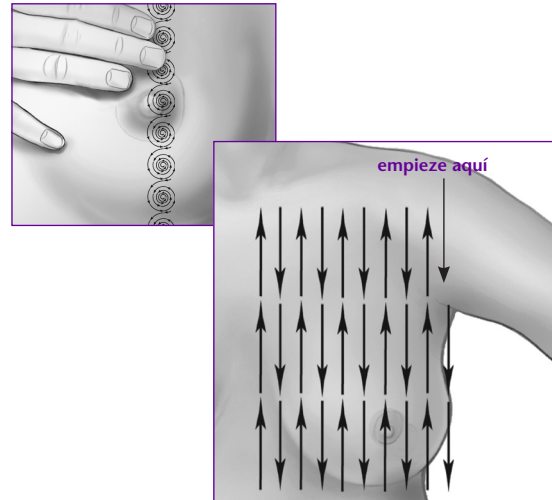
El examen debe hacerse siempre bajo luz adecuada. Párese frente a un espejo. Colóquese las manos en la cadera y presione firmemente hacia abajo. Observe si hay hoyuelos, protuberancias, enrojecimiento o escamas en la piel de los senos o los pezones, secreción de los pezones, cambios en el tamaño o la forma de los senos o si uno de los pezones se ha hundido o vuelto hacia un lado.



Palpación

Acuéstese boca arriba. Para examinarse el seno izquierdo, colóquese la mano izquierda detrás de la cabeza. Con la mano derecha, comenzando en el área de la axila, use la superficie (no las puntas) de los tres dedos intermedios para palparse el seno izquierdo.

Use pequeños movimientos solapados circulares de la superficie inferior de los dedos para palparse el tejido del seno. Emplee tres intensidades distintas de presión para palparse el tejido de los senos: leve, intermedia y firme.



Palpe con los dedos lentamente hacia abajo hasta que se sienta la caja torácica. Mueva los dedos hacia el pezón y regrese lentamente hacia la clavícula, siempre empleando esos mismos pequeños movimientos circulares con los tres dedos intermedios y con tres intensidades de presión. Continúe este patrón de movimiento hacia arriba y hacia abajo alrededor del seno completo, desde la axila hasta mitad de pecho.

Luego examínese el seno derecho. Colóquese la mano derecha detrás de la cabeza. Comenzando en el área de la axila, use los tres dedos intermedios de la mano izquierda para palparse el seno derecho.

No olvide

- Al palparse el área de la axila, siéntese o póngase de pie y levante un poco el brazo. No lo levante por encima de la cabeza.
- Infórmele rápidamente a su proveedor de atención médica si siente alguna hinchazón o masa.

Generalmente no hay signos de cáncer colorrectal en las etapas tempranas de la enfermedad. En las etapas más avanzadas, los signos y síntomas podrían incluir:

- Cambios en los hábitos de evacuación
- Sangrado del recto
- Presencia de sangre en las heces o heces oscuras
- Heces más estrechas de lo habitual
- Malestar abdominal (hinchazón estomacal, cólicos o dolores frecuentes por gas)
- Necesidad de tener una evacuación intestinal (que persiste aun después de haber evacuado)

- Falta de apetito
- Debilidad o sensación de cansancio

Tener alguno de estos síntomas no significa que tenga cáncer. Los mismos síntomas pueden ser a causa de otros problemas menos graves.

Los exámenes de detección sistemáticos pueden ayudar a diagnosticar el cáncer colorrectal en sus primeras etapas. Algunas de las pruebas utilizadas para detectar signos de cáncer colorrectal son:

- Colonoscopia
- FOBT (detección de sangre oculta en las heces) o prueba de inmunoquímica fecal

- Sigmoidoscopia flexible
- Enema de bario de doble contraste
- Tomografía computarizada
- Análisis de ADN fecal

Hable con su proveedor de atención médica para determinar cuál examen de detección es el adecuado en su caso. La mayoría de las mujeres deberá comenzar a hacerse algún tipo de prueba de detección en forma periódica a partir de los 50 años de edad.

Cáncer de piel

El cáncer de piel es el tipo de cáncer más común en los Estados Unidos. Casi la mitad de la población estadounidense que llegue a cumplir los 65 años de edad sufrirá alguna forma de esta enfermedad. Hay medidas sencillas que muchas personas pueden tomar para prevenirlo.

Las personas de piel clara tienen una mayor probabilidad de sufrir cáncer de piel, pero las personas de piel oscura también pueden tener riesgo. El riesgo aumenta con la exposición excesiva a luz ultravioleta (UV), ya sea del sol o de lámparas de bronceado, y también con los antecedentes familiares de cáncer de piel.

Los tipos principales de cáncer de piel son los siguientes:

- Carcinoma basocelular o de células basales
- Carcinoma espinocelular o de células escamosas
- Melanoma

Los cánceres de células basales y escamosas aparecen como masas pálidas, perladas, de aspecto ceroso, o bien como manchas rojas escamosas. En la gran mayoría de los casos, estos dos tipos de cáncer se curan una vez que se extirpan las células cancerosas.

El melanoma comienza con cúmulos celulares pequeños parecidos a lunares que luego crecen, cambian de color y se hacen más oscuros. Crecen con una forma irregular, no redonda, y pueden sangrar con facilidad.

El melanoma es la causa principal de muerte por cáncer de piel. Tienen riesgo de melanoma las personas con antecedentes familiares de melanoma o que presentan numerosos lunares de gran tamaño y forma poco usual.

Los siguientes son signos de advertencia de cualquier tipo de cáncer de piel:

- Cambio de tamaño de un lunar
- Descamación, exudación, sangrado
- Cambio de color de un lunar u otra mancha en la piel
- Picazón, sensibilidad a la palpación o dolor en o cerca de una masa o lunar
- Una llaga que no sana

Los exámenes periódicos autoadministrados son la mejor forma de detectar el cáncer de piel temprano. Asegúrese de revisar cada parte de su cuerpo; el cáncer de piel puede aparecer en zonas no expuestas al sol.

Examine los lunares que tenga para detectar cualquier cambio de forma, color o tamaño. Haga que su proveedor de atención médica los examine cuando

acuda a sus revisiones regulares. Las siguientes medidas podrían también ayudar a prevenir el cáncer de piel:

- Evite estar fuera bajo el sol entre las 10 de la mañana y las 4 de la tarde.
- Cuando esté al aire libre, use bloqueador (protector) solar aun si el día no está soleado (consulte el cuadro “Cómo elegir y usar un bloqueador solar”).
- Use gafas de sol, ropa que bloquee los rayos ultravioleta y sombreros que le protejan la cara, el cuello y las orejas.
- No use camas o lámparas de bronceado.

Cáncer de ovario

El riesgo de cáncer de ovario es bajo, pero aumenta con la edad. Esta enfermedad causa más muertes que cualquier otro tipo de cáncer del sistema reproductor femenino. Entre los factores que aumentan el riesgo de una mujer de contraer cáncer de ovario se encuentran:

- Infertilidad
- Una dieta rica en grasa
- Historial personal de cáncer de seno o colon
- **Endometriosis**
- Edad avanzada (las mujeres mayores de 60 años de edad tienen el riesgo más alto)
- Genes anormales (*BRCA1* y *BRCA2*)

Las mujeres que han tomado **anticonceptivos orales**, han tenido al menos un hijo o han amamantado tienen un menor riesgo.

El cáncer de ovario es a menudo difícil de detectar hasta que se encuentra en una etapa avanzada; porque no hay ninguna prueba ni examen de detección que sea eficaz. Su proveedor de atención médica podría palpar la presencia un quiste en uno o ambos ovarios durante su examen pélvico anual. Muy pocos de estos **quistes** resultarán ser cáncer, pero su proveedor de

Cómo elegir y usar un bloqueador solar

El bloqueador solar bloquea los rayos dañinos del sol que podrían causar cáncer. Cuando escoja un bloqueador solar, lea la etiqueta. Los productos de “amplio espectro” previenen las quemaduras de la superficie de la piel así como el daño a capas de la piel más profundas. La Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos recomienda usar bloqueadores solares con factor de protección SPF de 15 o más.

Asegúrese de utilizar bloqueadores solares de la forma correcta. Aplíquelos en todas las zonas expuestas de la piel 30 minutos antes de salir al exterior. Vuelva a aplicarlos cada 2 horas o después de nadar, transpirar o secarse con una toalla. No debe usarse bloqueador solar en bebés de 6 meses de edad o menores.

atención médica necesitará analizarlos. Esta es una lista de algunos signos de advertencia de este tipo de cáncer:

- Hinchazón abdominal o aumento del tamaño del abdomen
- Dolor pélvico o abdominal
- Dificultad para comer o sensación de llenura rápida

Cáncer de útero

El riesgo de sufrir cáncer de endometrio (el revestimiento del útero) aumenta después de los 55 años de edad y se ve con mayor frecuencia en mujeres de 60 años a 75 años de edad. Es poco común en mujeres menores de 40 años.

Entre los factores que aumentan el riesgo de una mujer de contraer este tipo de cáncer se encuentran:

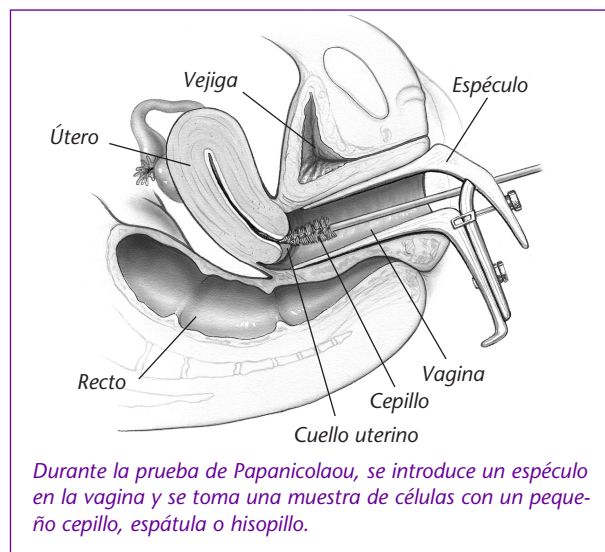
- Uso a largo plazo de solo estrógeno para tratar los síntomas de la menopausia
- Comenzar la menstruación a una edad temprana
- No dar a luz
- Periodos menstruales irregulares
- Infertilidad
- Comienzo tardío de la menopausia
- Obesidad
- Historial de diabetes, presión arterial alta, enfermedades de la tiroides o de la vesícula biliar
- El uso de **tamoxifeno**
- Uso a largo plazo de dosis altas de píldoras anticonceptivas
- Historial familiar de cáncer endometrial
- Historial de cáncer de colon u ovárico
- El hábito de fumar
- Entre los signos de advertencia del cáncer de endometrio pueden mencionarse:
- Sangrado posterior a la menopausia
- Sangrado anormal o flujo entre periodos
- Sangrado intenso y prolongado durante los periodos menstruales

No hay una prueba rutinaria de detección del cáncer endometrial. Si presenta signos de advertencia de este tipo de cáncer, su proveedor de atención médica podría realizarle ciertos análisis:

- Biopsia de endometrio—Se extrae una pequeña muestra de tejido del revestimiento del útero.
- Ecografía—Se utilizan ondas de sonido para evaluar el grosor del revestimiento del útero.
- Dilatación y curetaje (D&C)—El cuello del útero se abre para raspar o aspirar cuidadosamente tejido del interior del útero.
- Histeroscopia—Se usa un instrumento delgado que transmite luz para observar el interior del útero.

Cáncer de cuello uterino

El cáncer de cuello uterino era una de las causas de muerte por cáncer más comunes en las mujeres de los Estados Unidos. La tasa de muerte es mucho menor en la actualidad, en gran medida gracias a la prueba de Papanicolaou. La prueba de Papanicolaou, o Pap, puede ayudar a detectar los problemas a tiempo, antes de que se conviertan en cáncer.



Una mujer tiene mayor riesgo de sufrir cáncer de cuello uterino si

- tiene una infección por VIH
- tiene una infección por VPH
- tiene un sistema inmunitario debilitado
- estuvo expuesta a dietilestilbestrol durante el embarazo de su madre

El cáncer de cuello uterino podría no presentar signos de advertencia tempranos. Entre los signos de advertencia en etapas más avanzadas de la enfermedad se encuentran:

- Flujo vaginal inusual
- Sangrado anormal
- Sangrado posterior a las relaciones sexuales

La Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos ha aprobado dos vacunas que protegen contra ciertos tipos de VPH. Ambas vacunas se administran en forma de tres dosis y se recomiendan para todas las niñas y mujeres de edades entre 9 años y 26 años. Dado que estas vacunas no protegen contra todos los tipos de VPH, las mujeres vacunadas deben de todas formas someterse en forma regular a pruebas de Papanicolaou.

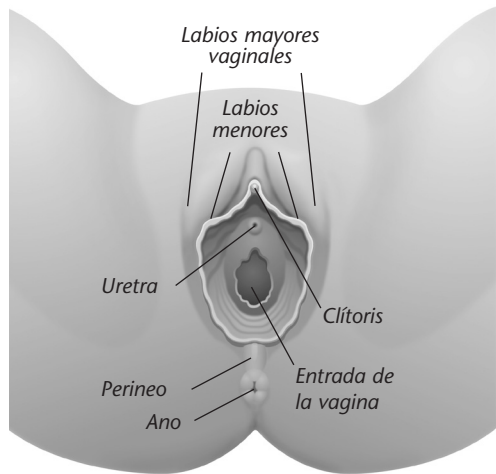
Cáncer de vulva y vagina

Los cánceres de vulva y vagina son poco frecuentes. Estos tipos de cáncer pueden presentarse a cualquier edad, aunque ocurren con mayor frecuencia en mujeres mayores de 60 años de edad. Los factores de riesgo incluyen fumar y ciertas infecciones de la vulva, como por VPH. Algunos signos de advertencia son:

- Una llaga o masa que no desaparece
- Picazón
- Sangrado anormal

El cáncer de piel también puede presentarse en la vulva. Deberá acudir inmediatamente a que un proveedor de atención médica la examine si presenta un lunar que cambia de tamaño y color o cualquier masa o llaga que no sanen o desaparezcan (consulte el cuadro "Cómo practicarse un examen de la vulva").

Cómo practicarse un examen de la vulva



Un examen de la vulva le ayudará a detectar cualquier cambio en esa zona que pueda ser un indicio de un problema. Debe hacerse este examen todos los meses en el mismo momento del mes.

Lávese las manos antes de comenzar. Acuéstese o siéntese en una posición cómoda, cerca de una luz brillante, con un espejo de mano (un espejo de aumento podría dar mejores resultados). Podría ser útil usar una almohada para apoyarse la espalda, o también puede agacharse o arrodillarse. La clave está en encontrar una posición en la que pueda ver claramente el área de la vulva, el **perineo** y el ano. Una forma de examinarse la vulva es la siguiente:

1. Separe cuidadosamente los labios exteriores de la vulva (labios mayores). Busque cualquier cambio o indicio de un problema, tal como enrojecimiento, hinchazón, manchas claras u oscuras, ampollas o masas.
2. Luego, separe los labios interiores (labios menores) y examínese el área entre ellos. Observe también la entrada de la vagina.
3. Tire cuidadosamente hacia atrás del prepucio (capucha) del clítoris. Examine el área debajo de él y la punta del clítoris.
4. Asegúrese de revisar el área alrededor de la **uretra**, el perineo, el ano y el área pubiana.

Con frecuencia se realiza una biopsia para determinar las causas del problema. Si se diagnostica oportunamente, este tipo de cáncer puede tratarse en forma eficaz.

Consejos prácticos para reducir su riesgo de cáncer

Muchos tipos de cáncer están vinculados a factores de estilo de vida. Realizar cambios a su estilo de vida mejorará su salud y podría ayudarle a prevenir el cáncer. Su riesgo de cáncer podría ser menor si introduce los siguientes cambios en su estilo de vida:

- No fume.
- Limite el consumo de grasas (especialmente **grasas saturadas** y **grasas trans**).
- Consuma alimentos con un alto contenido de fibra.
- Hágase revisiones médicas periódicas.
- Haga por lo menos 30 minutos de ejercicio todos los días.
- Limite el tiempo que pasa al sol y use bloqueador solar cuando esté al aire libre.
- Preste especial atención a cambios en su cuerpo.
- Limite el número de parejas sexuales.
- Hágase los exámenes y pruebas recomendados.
- Limite la cantidad de bebidas alcohólicas que consume.

Por último...

Un estilo de vida sano, exámenes de detección y revisiones médicas periódicas pueden ayudar a reducir su riesgo de contraer cáncer. Muchos tipos de cáncer pueden curarse si reciben tratamiento oportunamente. Estar informada sobre esos tipos de cáncer y el modo de prevenirlos o detectarlos a tiempo puede ayudarla a proteger su salud.

Glosario

Anticonceptivos orales: Píldoras para el control de la natalidad que contienen hormonas para impedir la ovulación y, por consiguiente, el embarazo.

Colonoscopia: Examen de todo el colon que emplea un instrumento pequeño e iluminado.

Quiste: Un saco o bulto lleno de líquido que puede formarse en el organismo.

Endometriosis: Enfermedad en la que un tejido semejante al que normalmente reviste el interior del útero puede encontrarse fuera del mismo, en general en los ovarios, las trompas de Falopio y otras estructuras pélvicas.

Enema de bario de doble contraste: Examen en el que se inyecta en el colon una solución especial y aire, y se toman imágenes radiográficas para poder detectar anomalías en este órgano.

Genes: Componentes básicos del ADN que codifican rasgos específicos como el color del cabello y los ojos.

Grasas saturadas: Materia grasa que es cerosa o sólida a temperatura ambiente y proviene principalmente de los animales.

Grasas trans: Grasas que se forman agregando hidrógeno a los aceites vegetales para mejorar su aroma y sabor, y prolongar su vida útil.

Mamografía: Un procedimiento mediante el cual se toman radiografías de los senos para poder detectar cáncer de seno.

Perineo: Área entre la vagina y el recto.

Prueba de Papanicolaou: Prueba en la que se toman células del cuello uterino para examinarlas bajo un microscopio.

Prueba de sangre oculta en las heces (FOBT, por sus siglas en inglés): Prueba que emplea una muestra de heces para detectar la presencia de sangre, la cual puede ser una señal de cáncer de colon o de recto.

Sigmoidoscopia: Examen en el cual se introduce un instrumento delgado en el recto y la parte inferior del colon para poder detectar cáncer.

Tamoxifeno: Píldora de estrógeno sintético utilizada para tratar el cáncer de seno.

Virus de inmunodeficiencia humana (VIH): Virus que ataca ciertas células del sistema inmunitario y causa el síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA).

Virus del papiloma humano (VPH): Nombre común de un grupo de virus relacionados, algunos de los cuales causan verrugas genitales y cáncer de cuello uterino.

Uretra: Conducto corto y estrecho que transporta la orina desde la vejiga hacia fuera del cuerpo.

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 marzo 2013 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