

# Supervivencia al cáncer de mama: Una historia personal

*Este programa es una presentación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.*

[Narrador] Conocer sus antecedentes familiares puede ser vital para entender su riesgo de cáncer de mama. Estoy aquí con Pamela Bryant, sobreviviente de cáncer de mama, una de muchas mujeres en su familia.

[Pamela] Correcto. Yo sabía que con mis antecedentes familiares había una posibilidad de que me diera cáncer de mama. Mi madre, mi tía y mi prima son todas sobrevivientes de esta enfermedad. A casi todas les dio cáncer de mama cuando eran jóvenes. A mi prima se lo diagnosticaron cuando tenía tan solo 33 años.

[Narrador] Así que usted ya sabía lo importante que era llevar un estilo de vida saludable y hacerse las pruebas de detección. A la mayoría de las mujeres se les recomienda que empiecen a hacerse mamografías cada dos años desde los 50 años, pero debido a su historia familiar, ¿usted se los empezó a hacer antes?

[Pamela] Sí. Debido a mis antecedentes familiares, tengo un riesgo alto. Sabía que era importante hacerme las mamografías. Mi doctor me recomendó que empezara a hacérmelas más temprano que las mujeres con un riesgo promedio. Y de hecho, me diagnosticaron cáncer cuando tenía 43 años.

[Narrador] Cuéntenos un poco acerca de cómo se enteró de que tenía cáncer de mama.

[Pamela] Siempre me animaron a conocer mi propio cuerpo, así que cuando sentí un bulto entre una cita para la mamografía anual y la otra, me preocupé. Después de hacerme la mamografía, los médicos decidieron hacerme una biopsia, y encontraron que el bulto era cáncer. Y más encima, era una forma muy agresiva de cáncer de mama.

[Narrador] Así que entonces empezaron el tratamiento contra el cáncer...

[Pamela] Sí, me hicieron 8 tandas de quimioterapia. Cuando íbamos por la mitad de la quimioterapia, el bulto se achicó tanto que casi había desaparecido. Mis médicos y yo decidimos hacerme una tumerectomía o lumpectomía y un tratamiento de radiación.

[Narrador] Eso debió haber sido duro. ¿Pero el cáncer no ha regresado?

[Pamela] He tenido suerte hasta ahora. Hago lo más que puedo al comer bien, hacer ejercicio, y mantener mi nivel de estrés bajo.

[Narrador] Pero usted dijo que ya no es la misma persona que era antes del cáncer de mama.

[Pamela] No lo soy. Mi familia y mis amigos dicen: “Oh, ya volvió a ser la misma Pam de antes”. Pero eso no es verdad. Tengo lo que yo llamo mi “nuevo estado normal”. Eso significa que tengo una actitud

diferente hacia la vida. También significa hacerme mamografías anuales e imágenes de resonancia magnética para asegurarme de que el cáncer no ha regresado.

[Narrador] ¿Qué haría si regresa?

[Pamela] Me pregunté si podría pasar por lo mismo otra vez y decidí que sí, sí podría. Tengo tanto por lo que vivir, y mucha vida por delante. Tengo fuerzas escondidas dentro de mí, pero no demasiado ocultas.

[Narrador] ¿Qué consejo tiene para las mujeres que enfrentan un cáncer de mama?

[Pamela] No les puedo decir que no se entristezcan, porque es un diagnóstico aterrador. Tendrán altibajos. Algunos días se van a sentir bien y algunos días no. Que lo tomen un día a la vez. Y que dejen que las ayuden. La respuesta que recibí fue impresionante. Gente del trabajo y mis familiares se sentaban conmigo durante las sesiones de quimioterapia. Me traían de comer y me ayudaban con las cosas de la casa. La intensidad del apoyo fue increíble. No teman depender de su red de apoyo.

[Narrador] Muchas gracias por hablar con nosotros, Pam. Espero que esta conversación motive a las mujeres a conocer más sobre sus antecedentes familiares, lo cual puede ser un gran factor para determinar si tienen un mayor riesgo de presentar cáncer de mama. La campaña “Muestre su Valentía”, o Bring your Brave en inglés, proporciona información sobre el cáncer de mama para mujeres menores de 45 años, al compartir historias de la vida real sobre mujeres jóvenes cuyas vidas han sido afectadas por el cáncer de mama. Visítenos en [cdc.gov/Spanish/cancer](http://cdc.gov/Spanish/cancer).

*Para obtener la información de salud más precisa visite [www.cdc.gov/español](http://www.cdc.gov/español) o llame al 1-800-CDC-INFO es decir 1-800-232-4636.*