

Mamografía

La mamografía es uno de los estudios más importantes para la prevención y detección temprana del cáncer de mama. Gracias a este examen es posible identificar cambios o alteraciones en el tejido mamario incluso antes de que aparezcan síntomas o molestias visibles. Detectar el cáncer de mama a tiempo puede hacer una gran diferencia en el tratamiento y aumentar significativamente las probabilidades de recuperación.

Actualmente, en México, la mamografía forma parte de los estudios preventivos más recomendados para mujeres a partir de cierta edad o con antecedentes familiares de cáncer de mama. Complementar este estudio con revisiones ginecológicas y autoexploraciones mamarias ayuda a cuidar tu salud de manera integral.

¿Qué es la mamografía?

La **mamografía** es un estudio de imagen que utiliza rayos X de baja dosis para obtener imágenes detalladas del tejido mamario. Estas imágenes permiten detectar quistes, calcificaciones, tumores pequeños o cambios anormales que podrían estar relacionados con cáncer de mama.

Existen dos tipos principales de mamografía:

- La **mamografía de detección** se realiza como estudio preventivo en mujeres que no presentan síntomas.
- La **mamografía diagnóstica** se utiliza cuando existe alguna anomalía detectada previamente, dolor, secreción por el pezón, bultos o cambios en las mamas.

Este estudio puede encontrar lesiones hasta dos años antes de que sean perceptibles mediante la exploración física o la autoexploración mamaria, por eso es considerada una de las herramientas más efectivas para el diagnóstico oportuno.

¿Por qué se hace una mamografía?

- La mamografía se realiza para detectar de manera temprana el cáncer de mama y evaluar cualquier alteración sospechosa en el tejido mamario.
- Los especialistas suelen recomendar este estudio en mujeres mayores de 40 años, pacientes con antecedentes familiares de cáncer de mama o mujeres que presentan síntomas como dolor, bolitas, secreciones o cambios en el pezón.
- También puede solicitarse como seguimiento cuando una mamografía anterior mostró resultados anormales o cuando existe un mayor riesgo por factores hormonales, genéticos o antecedentes personales.

Hacerte una mamografía regularmente puede ayudar a detectar lesiones en etapas iniciales, cuando el tratamiento suele ser más sencillo y efectivo.

Preparación para una mamografía

- Antes de realizarte una mamografía es importante seguir algunas recomendaciones para obtener imágenes más claras y precisas. El día del estudio evita usar desodorante, perfume, crema corporal, talco o cualquier producto en la zona de las axilas y pechos, ya que pueden generar sombras o manchas en las imágenes.
- También es recomendable acudir con ropa cómoda de dos piezas y retirar collares, piercings o accesorios metálicos. Si tienes implantes mamarios, cirugías previas o sospecha de embarazo, debes informarlo antes del procedimiento.
- Muchas mujeres prefieren agendar la mamografía algunos días después de la menstruación para disminuir la sensibilidad en los pechos y evitar molestias durante el estudio.

¿Cómo se hace la mamografía?

- Durante la mamografía, el técnico especializado colocará cada mama sobre una plataforma especial y la comprimirá suavemente con una placa transparente. Esta compresión permite extender el tejido mamario y obtener imágenes más precisas.
- Es normal sentir presión o una pequeña molestia durante algunos segundos, pero el estudio suele ser rápido. En algunos momentos te pedirán permanecer inmóvil o contener la respiración brevemente para evitar imágenes borrosas.
- El procedimiento normalmente dura entre 15 y 30 minutos y después podrás continuar con tus actividades cotidianas sin problema.

Resultados de la mamografía

- Los resultados de una mamografía pueden ser normales o mostrar alteraciones que requieren estudios adicionales. En la mayoría de los casos, los hallazgos anormales no significan cáncer, ya que muchas veces corresponden a quistes, tejido denso, calcificaciones benignas o cambios hormonales.
- Cuando el especialista detecta alguna zona sospechosa, puede solicitar estudios complementarios como ultrasonido mamario, biopsia o seguimiento periódico para analizar la evolución del tejido.
- Lo más importante es acudir siempre a revisión médica para interpretar correctamente los resultados y recibir orientación profesional.

Ventajas de la mamografía

- La mamografía permite detectar tumores pequeños que aún no son palpables y facilita iniciar tratamientos oportunos. Además, ayuda a identificar lesiones precancerosas y reduce el riesgo de que el cáncer de mama sea diagnosticado en etapas avanzadas.

- Otro beneficio importante es que utiliza dosis bajas de radiación y el procedimiento no deja radiación residual en el cuerpo. Actualmente, las mamografías digitales ofrecen imágenes de alta calidad que mejoran la precisión diagnóstica.
- La detección temprana sigue siendo una de las mejores herramientas para proteger la salud femenina.

¿Cuándo tengo que hacerme una mamografía por primera vez?

- En la mayoría de los casos **se recomienda realizar una primera mamografía entre los 35 y 40 años**, especialmente si existen antecedentes familiares de cáncer de mama.
- **A partir de los 40 años muchas mujeres deben realizarse este estudio cada uno o dos años**, dependiendo de las indicaciones médicas. Después de los 50 años generalmente se aconseja hacerlo de forma anual, ya que aumenta el riesgo de desarrollar enfermedades mamarias.
- Cada mujer es diferente, por eso lo ideal es consultar con el ginecólogo para definir la frecuencia adecuada según tu historial clínico y factores de riesgo.

Precio de la mamografía en México

El precio de una mamografía en México puede variar dependiendo de la ciudad, el tipo de clínica y la tecnología utilizada durante el estudio. Generalmente, el costo oscila entre los **\$800 y \$3,500 pesos mexicanos**.

Las mamografías digitales o estudios complementarios como ultrasonido mamario suelen tener un precio más elevado. Algunas clínicas privadas en México, también ofrecen paquetes preventivos que incluyen revisión ginecológica, exploración mamaria y estudios de imagen.

Exploración mamaria

La exploración mamaria es una revisión física que ayuda a detectar cambios, anomalías o alteraciones en los pechos. Esta evaluación puede realizarla el ginecólogo durante una consulta médica o la propia mujer mediante una autoexploración regular. Combinar la exploración mamaria con la mamografía y otros estudios preventivos aumenta las posibilidades de detectar el cáncer de mama en etapas tempranas.

¿Qué es la exploración mamaria?

- La exploración mamaria consiste en revisar manualmente las mamas y las axilas para identificar bultos, endurecimientos, cambios en la piel, alteraciones en el pezón o cualquier señal fuera de lo habitual.
- Es una técnica sencilla pero muy importante para conocer tu cuerpo y detectar cambios de manera temprana. Aunque la autoexploración no sustituye la mamografía, sí funciona como una herramienta complementaria para cuidar tu salud.

¿Cómo hacerse una autoexploración mamaria?

- La autoexploración mamaria debe realizarse frente al espejo y también acostada. Es importante observar el tamaño, forma y apariencia de los pechos, además de revisar si existen hundimientos, cambios de color, inflamación o secreciones.
- Posteriormente se deben palpar las mamas con movimientos suaves y circulares para identificar posibles bolitas o zonas dolorosas. También es recomendable revisar las axilas para descartar ganglios inflamados.
- Lo ideal es realizar esta revisión unos días después de terminar la menstruación, ya que las mamas suelen estar menos sensibles.

Preguntas frecuentes sobre la mamografía

¿Cuánto dura una mamografía?

El estudio suele durar entre 15 y 30 minutos dependiendo del tipo de mamografía y de si se requieren imágenes adicionales.

¿La mamografía detecta todos los tipos de cáncer?

La mamografía detecta la mayoría de los tumores mamarios, especialmente en etapas tempranas, aunque en algunos casos puede complementarse con ultrasonido o resonancia magnética.

¿Puedo hacerme una mamografía con implantes?

Sí, las mujeres con implantes mamarios también pueden realizarse una mamografía. Es importante informar al personal médico antes del estudio para que utilicen técnicas especiales que permitan observar la mayor cantidad posible de tejido mamario. Aunque los implantes pueden dificultar parcialmente algunas imágenes, la mamografía sigue siendo una herramienta útil para detectar alteraciones y realizar seguimiento preventivo.

Autor y colaboradores



Eva Sánchez Castro
Comunicadora Social, Autor

Comunicadora social y especialista en contenido de calidad para webs médicas con más de 10 años de experiencia. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 24 Julio 2018 Actualización: 1 Junio 2026



Delia Sánchez Castro
Colaborador

Comunicadora social y periodista con más de 20 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 24 Julio 2018 Actualización: 1 Junio 2026

