



# MUJERES CON DISCAPACIDADES, MAMOGRAFIAS, Y ACCESO A MAMOGRAFIAS

*Si usted es mujer con una discapacidad, tiene la misma probabilidad de tener cáncer de seno como las demás mujeres. Teniendo una discapacidad no le impide contraer el cáncer del seno — el cáncer de seno te puede pasar a ti!*

## Para detectar el cáncer de seno temprano,

- Sepa como su pecho generalmente se ve y se siente, y tiene que examinarlo con regularidad (al hacer un autoexamen de los senos usted misma). También aprenda que es normal para usted.
- Tiene que reportar cualquier cambio a su proveedor de atención médica inmediatamente.
- Obtenga una prueba de detección para el cáncer de seno ambos:
  - ✓ Exámenes clínicos de las mamas (es cuando el médico mira y siente sus senos y axilas) Y
  - ✓ Los exámenes de mamografía (una radiografía que hace una imagen del seno).

## Que es una mamografía?

- Una mamografía es una radiografía del pecho.
- Una mamografía puede detectar el cáncer más temprano.
- Una mamografía de rayos-X usa poca radiación.
- Una mamografía puede que sea incomoda por unos segundos, pero normalmente no es doloroso

- Haga una cita para una mamografía una semana después de su ciclo menstrual, y cuando sus senos estén menos sensibles.
- Mamografías no son perfectas. Tanto, debería obtener cada año un examen clínico de los senos de su proveedor de atención de la salud.

## Porque estara evitando al hacerse una mamografía?

- Se siente abrumada por su discapacidad o se le olvida que la salud de sus senos es importante.
- Usted pueda pensar que al debido que ya tiene una discapacidad, no es probable que le daría otro desafío como el cáncer del seno.
- Usted pueda temer que la mamografía le encuentre algo malo con sus senos.



source: National Cancer Institute,  
Author: Rhoda Baer (Photographer)

- Es posible que haya tenido una mala experiencia recibiendo una mamografía en el pasado.
- Encuentra la mamografía dolorosa.
- El personal del consultorio médico no era amable y no le entendieron su discapacidad.
- Usted está preocupada acerca de cómo pagar para una mamografía.
- Hay falta de transporte.
- La instalación o la máquina de la mamografía no está accesible.
- No está segura que puede esperar de los resultados de la mamografía.

### American Association on Health & Disability

110 N. Washington Street · Suite 328-J · Rockville, MD 20850  
T. 301-545-6140 F. 301-545-6144 www.aahd.us

## A pesar de estos desafíos, es importante detectar el cáncer de seno precoz.

Teniendo una discapacidad puede tomar mucho de su tiempo, pero hay que encontrar tiempo para cuidarse la salud de sus senos también. Regularmente, usted debe de hacer todo lo que pueda para detectar el cáncer del seno. Si se encuentra temprano, el cáncer de seno puede ser curable — de hecho, es uno de los tipos de cánceres más curables!

## Antes de recibir la mamografía, piense en el acceso (ya sea en un centro de mamografía o van móvil de mamografía)

**Cuando llame para solicitar una cita para la mamografía, pregunte si el establecimiento está aprobado por la FDA. Tiene que informar al personal de programación de citas acerca de su discapacidad, para que el personal de la mamografía esté mejor preparado para ayudarlo durante su cita. Tiene que decirles que si usted:**

- Utiliza un andador, bastón, silla de ruedas o scooter.
- Necesita tiempo adicional y/o ayuda para: completar formularios, desvestirse y/o vestirse, posicionamiento, sentándose o de pie, levantándose y/o mover los brazos, y/o pasarse de la silla de ruedas o scooter a una silla, si es necesario.
- Tiene un movimiento o otros problemas físicos que pueda hacer la mamografía difícil para hacer.

**Preguntele al personal de programación de citas si puede:**

- Traer a alguien a su cita para ayudarlo a vestirse/desvestirse y/o que la mantenga durante el examen.
- Permanecer sentada en su silla de rueda o scooter durante la mamografía, si es necesario.

**Preguntele al personal de programación de citas de los problemas sobre el acceso del sitio de mamografía que puede preocuparte, incluyendo el:**

- El parqueo o garaje
- Entrada principal del edificio
- Elevador
- Vestidor
- Habitación y máquina de la mamografía
- Sala de descanso

**Para ayudarlo a prepararse para el examen:**

- Hable con su proveedor de atención médica sobre la anti-espástica (movimiento) y/o medicamentos para el dolor antes de la mamografía.
- Use un traje de dos piezas con una camisa que es fácil de quitar.
- No use desodorante, talcos o lociones en o cerca de sus senos y axilas.
- Traiga su tarjeta de seguro médico.
- Asegúrese de tener una comprensión de sus antecedentes familiares de cáncer de mama.
- Conosca las fechas de sus anteriores mamografías.
- Sepa en dónde recibió las mamografías anteriores y el nombre de el doctor y dirección.

## El día de la mamografía, piense en cómo puede ayudar a hacerse una mamografía buena:

- Traiga información sobre su historia médica y medicamentos (incluyendo los cambios recientes), cualquier dolor o problemas en los senos, y la fecha de su último periodo.
- Obteniendo una radiografía clara hace una mamografía tener más éxito, y es importante encontrar una buena posición. Recuérdese la posición y díglele a su doctor la próxima vez que ha trabajado para usted.
- Si es necesario traiga a alguien para ayudarlo a vestirse y desvestirse. También, usted pueda que necesite a alguien para ayudarla a sostenerse durante la mamografía si el personal no

continued.....

- Para acercarse a la máquina mamografía, su silla de ruedas necesita tener brazos que se puedan sacar. Antes de ir a su cita, asegúrese de la silla de ruedas que va a usar, tenga brazos que se pueden sacar para que no se mueva a otra silla .
- Pregunte acerca de sus resultados .

### Después de la mamografía:

- No piense que solo porque usted no ha oído de su proveedor de atención médica, su mamografía salió normal.
- Si no ha oído de su proveedor de atención médica, tiene que llamar para sus resultados!

### Servicios están disponibles que puedan ayudarle a pagar una mamografía, si usted califica:

- Medicare, Medicaid, y la mayoría de seguros privados tienen planes que cubren el costo de una mamografía bajo la ley de Asistencia Asequible.
- El programa de National Breast and Cervical Cancer Early Detection proporciona detecciones tempranas del cáncer cervical y de la mama con análisis a las mujeres sin seguro médico por gratis o un costo muy bajo. Para ver si usted califica y para aprender de los servicios locales previstos, por favor llame al Centro para el Control y Prevención de Enfermedades al 1-800-CDC INFO (1-800-232-4636) o visite la línea [www.cdc.gov/cancer/nbccedp](http://www.cdc.gov/cancer/nbccedp).
- Llame a la línea de ayuda de Komen Breast Care (1-877 Go KOMEN or 1-877-465-6636) para recibir información acerca de los programas de mamografías y de bajo costo en su área.



American Association on Health and Disability  
[www.aahd.us](http://www.aahd.us)



877-465-6636 (hotline)  
[www5.komen.org](http://www5.komen.org)

For more information, please contact AAHD Komen Project Director at 301-545-6140 x203 or visit our website at [www.aahd.us](http://www.aahd.us)

This publication was made possible by a 2016-2018 grant from Susan G. Komen®.

---

#### © 2016 American Association on Health & Disability

American Association on Health and Disability (AAHD) provides the materials and links for general information, education and awareness purposes only. Although every effort is made to assure that information is accurate and current, knowledge in the field of disability and medicine is changing often, and all data is subject to change without notice. AAHD makes no representations or warranties and assumes no responsibility or liability as to the accuracy, completeness, reliability or usefulness of any information contained in this document. Neither AAHD nor any parties, who supply information to AAHD, make any warranty concerning the accuracy of any information in this document.