“Hacerse el autoexamen realmente salva vidas”: Paula Colorado, sobreviviente de cáncer de mama

- Más de 17.000 mujeres son diagnosticadas cada año con cáncer de mama en Colombia, según cifras citadas por la Liga Contra el Cáncer.
- Una afiliada de EPS Famisanar que sobrevivió a esta enfermedad comparte su experiencia tras identificar una señal de alerta mediante el autoexamen.

Bogotá, 19 de octubre de 2026.- El cáncer de mama sigue siendo uno de los principales desafíos de salud pública en Colombia. Conocer el propio cuerpo e identificar cambios o señales de alerta mediante el autoexamen puede ser el primer paso para consultar oportunamente al médico.

Paula Colorado, sobreviviente de cáncer de mama y afiliada de EPS Famisanar, identificó una señal de alerta mediante el autoexamen que la llevó a consultar y recibir su diagnóstico. Su experiencia destaca la importancia de estar atentas a cualquier cambio en las mamas.

“Yo siempre fui muy juiciosa con el autoexamen y de ahí dependió todo el proceso que iniciamos. Encontré una masa en el seno derecho, me enviaron al médico y me remitieron al mastólogo, y ahí se detectó que era un cáncer muy avanzado. Yo invito a todas las mujeres en general a hacerse el autoexamen porque realmente salva vidas”, enfatizó Paula Colorado.

Frente a la importancia de reconocer oportunamente las señales de alerta, Tatiana Bermúdez, líder de Salud de EPS Famisanar, invitó a la población a fortalecer la detección temprana mediante el conocimiento de su cuerpo, el examen clínico de mama y la mamografía, según las recomendaciones médicas. Así mismo, recordó que la aparición de bultos, secreciones por el pezón o enrojecimiento de las mamas son señales que requieren valoración médica.

CINCO MITOS SOBRE LA MAMOGRAFÍA

En el marco del Día Mundial de la Lucha contra el Cáncer de Mama, EPS Famisanar presenta cinco mitos sobre la mamografía que pueden generar temor y retrasar la realización de este examen.

1. **“La mamografía duele demasiado”: Falso.** Si bien este examen puede generar una leve molestia o presión, debido a la compresión necesaria para obtener imágenes claras de la mama, no causa un dolor intenso o incapacitante. Es un procedimiento rápido que puede salvar vidas.

2. **“La radiación de la mamografía es peligrosa”: Falso.** La cantidad de radiación que se utiliza es muy baja y los equipos son manejados por personal especializado. Los beneficios de la detección temprana superan ampliamente cualquier posible efecto adverso.

3. **“Solo las mujeres mayores deben hacerse mamografías”: Falso.** Aunque el riesgo de cáncer de mama aumenta con la edad, también puede presentarse en mujeres jóvenes, especialmente si existen antecedentes familiares. En estos casos, el especialista puede recomendar una mamografía antes de los 40 años.

4. **“Las mujeres con implantes no pueden hacerse la mamografía”: Falso.** Las mujeres con implantes mamarios sí pueden hacerse la mamografía siguiendo las mismas recomendaciones generales. Es fundamental informar al profesional de salud sobre los implantes para utilizar técnicas especiales que permitan obtener imágenes claras sin afectar la prótesis.

5. **“La mamografía es solo para quienes tienen antecedentes familiares de cáncer”: Falso.** Si bien los antecedentes familiares aumentan el riesgo, no son el único factor determinante. Se recomienda que las mujeres entre los 50 y 69 años, sin síntomas, se realicen la mamografía cada dos años. Aquellas con antecedentes familiares deben consultar al médico para determinar si requieren iniciar antes los controles.

Desmentir estas creencias y promover la educación sobre la detección temprana es fundamental para reducir la mortalidad por cáncer de mama. En este sentido, Tatiana Bermúdez, líder de Salud de EPS Famisanar, destacó la importancia de la mamografía como una herramienta que permite identificar alteraciones en el tejido mamario, incluso antes de que aparezcan síntomas.

EPS Famisanar invita a las mujeres a conocer su cuerpo, consultar ante cualquier cambio y realizarse los exámenes de detección recomendados según su edad y factores de riesgo.

Oficina de Comunicaciones
EPS Famisanar