



[Página Principal](#) → [Enciclopedia médica](#) → Cambios fibroquísticos en las mamas

Dirección de esta página: [//medlineplus.gov/spanish/ency/article/000912.htm](https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000912.htm)

## Cambios fibroquísticos en las mamas

Es una forma común de describir la presencia de dolor y protuberancias en las mamas.

### Causas

La causa exacta de esta afección se desconoce. Las hormonas producidas en los ovarios pueden hacer que los senos de una mujer se sientan hinchados, abultados o adoloridos antes o durante la menstruación cada mes.

Hasta la mitad de las mujeres tienen esta afección en algún momento de su vida. Es más común entre las edades de 20 y 45 años. Es poco frecuente en las mujeres después de la menopausia a menos que estén tomando estrógenos.

### Síntomas

Los síntomas por lo general son peores inmediatamente antes del período menstrual. Estos tienden a mejorar después de que el período empieza.

Si tiene periodos abundantes e irregulares, sus síntomas pueden ser peores. Si toma píldoras anticonceptivas, puede tener menos síntomas. En la mayoría de los casos, los síntomas mejoran después de la menopausia.

Los síntomas pueden incluir:

- Dolor o molestia en ambas mamas
- Dolor que comúnmente aparece y desaparece con su período, pero que puede durar todo el mes
- Mamas que se sienten llenas, hinchadas o pesadas
- Dolor o molestia bajo los brazos
- Mamas gruesas o con protuberancias

Usted puede tener una protuberancia en la misma zona de la mama que se vuelve más grande antes de cada ciclo menstrual y al terminar regresa a su tamaño original. Este tipo de protuberancia se desplaza si usted la empuja con los dedos. No se siente adherida ni pegada al

tejido circundante. Este tipo de protuberancia es común en las mamas fibroquísticas. Su proveedor puede aspirar la protuberancia con una aguja para confirmar que el líquido puede ser extraído y que es un quiste.

## Pruebas y exámenes

El proveedor de atención médica la revisará. Esto incluye hacerle un examen de las mamas. Coménteles a su proveedor si ha notado cualquier cambio en las mamas.

Si tiene más de 40 años, pregúntele a su proveedor cada cuánto debe hacerse una mamografía para detectar cáncer de mama. Para las mujeres menores de 35, se puede usar un ultrasonido de las mamas para observar con mayor atención el tejido mamario.

Se pueden necesitar exámenes adicionales si se encontró una protuberancia durante un examen de las mamas o el resultado de una mamografía fue anormal. Se pueden hacer otra mamografía y un ultrasonido, o una biopsia de las mamas.

## Tratamiento

Las mujeres que no tienen síntomas o tienen solo síntomas leves NO necesitan tratamiento.

Su proveedor puede recomendarle las siguientes medidas de cuidados personales:

- Tomar medicamentos de venta libre, como paracetamol o ibuprofeno para el dolor
- Aplicar calor o hielo en la mama
- Usar un sostén bien ajustado o deportivo

Algunas mujeres creen que consumir menos grasa, cafeína o chocolate les ayuda con sus síntomas. No existe ninguna evidencia de que estas medidas sirvan.

La vitamina E, la tiamina, el magnesio y el aceite de onagra no son dañinos en la mayoría de los casos. Los estudios no han mostrado que sirvan. Antes de tomar cualquier medicamento o suplemento, hable con su proveedor.

Para los síntomas más graves, su proveedor le puede recetar hormonas, como las píldoras anticonceptivas u otros medicamentos. Tome el medicamento exactamente como se le indica. No olvide informarle a su proveedor si tiene efectos secundarios del medicamento.

Nunca se realiza una cirugía para tratar esta afección. Sin embargo, una protuberancia que permanece igual durante todo el ciclo menstrual es considerada sospechosa. En este caso, su proveedor puede recomendar una biopsia por punción. En esta prueba, se extirpa una pequeña cantidad de tejido de la protuberancia y se examina bajo un microscopio.

## Expectativas (pronóstico)

Si las mamografías y los exámenes de las mamas son normales, NO es necesario preocuparse por los síntomas. Los cambios fibroquísticos en las mamas NO aumentan el riesgo de cáncer de mama. Los síntomas generalmente mejoran después de la menopausia.

## Cuándo contactar a un profesional médico

Llame a su proveedor si:

- Encuentra alguna protuberancia nueva o diferente durante su autoexamen de mamas.
- Presenta una nueva secreción del pezón o cualquier secreción que sea sanguinolenta o transparente.
- Tiene algún enrojecimiento o arrugamiento de la piel, o aplanamiento o hendidura del pezón.

## Nombres alternativos

Enfermedad fibroquística de las mamas; Displasia mamaria; Mastopatía quística difusa; Enfermedad mamaria benigna; Cambios glandulares en las mamas; Cambios quísticos; Mastitis quística crónica; Tumor mamario – fibroquístico

## Referencias

American College of Obstetricians and Gynecologists website. Benign breast problems and conditions.

[www.acog.org/Patients/FAQs/Benign-Breast-Problems-and-Conditions](https://www.acog.org/Patients/FAQs/Benign-Breast-Problems-and-Conditions) [https://www.acog.org/Patients/FAQs/Benign-Breast-Problems-and-Conditions]

. Updated March 2017. Accessed November 5, 2018.

Hunt KK, Mittendorf EA. Diseases of the breast. In: Townsend CM Jr, Beauchamp RD, Evers BM, Mattox KL, eds. *Sabiston Textbook of Surgery*. 20th ed. Philadelphia, PA: Elsevier; 2017:chap 34.

Nye L. Benign breast disease. Kellerman RD, Bope ET, eds. *Conn's Current Therapy 2018*. Philadelphia, PA: Elsevier; 2018:1079–1084.

Sandadi S, Rock DT, Orr JW, Valea FA. Breast diseases: detection, management, and surveillance of breast disease. In: Lobo RA, Gershenson DM, Lentz GM, Valea FA, eds. *Comprehensive Gynecology*. 7th ed. Philadelphia, PA: Elsevier; 2017:chap 15.

## Ultima revisión 10/30/2018

Versión en inglés revisada por: Jonas DeMuro, MD, Assistant Professor of Surgery, Stony Brook School of Medicine, Stony Brook, NY. Review provided by VeriMed Healthcare Network. Also reviewed by David Zieve, MD, MHA, Medical Director, Brenda Conaway, Editorial Director, and the A.D.A.M. Editorial team.

Traducción y localización realizada por: DrTango, Inc.

¿Le ha ayudado esta página?

No me es de ayuda



De gran ayuda

¿Le ha ayudado esta página?

No me es de ayuda



De gran ayuda



A.D.A.M., Inc. está acreditada por la URAC, también conocido como American Accreditation HealthCare Commission ([www.urac.org](http://www.urac.org)). [La acreditación](#) de la URAC es un comité auditor independiente para verificar que A.D.A.M. cumple los rigurosos estándares de calidad e integridad. A.D.A.M. es una de las primeras empresas en alcanzar esta tan importante distinción en servicios de salud en la red. Conozca más sobre [la política editorial](#), [el proceso editorial](#) y [la poliza de privacidad](#) de A.D.A.M. A.D.A.M. es también uno de los miembros fundadores de la Junta Ética de Salud en Internet (Health Internet Ethics, o Hi-Ethics) y cumple con los principios de la Fundación de Salud en la Red (Health on the Net Foundation: [www.hon.ch](http://www.hon.ch)).

La información aquí contenida no debe utilizarse durante ninguna emergencia médica, ni para el diagnóstico o tratamiento de alguna condición médica. Debe consultarse a un médico con licencia para el diagnóstico y tratamiento de todas y cada una de las condiciones médicas. En caso de una emergencia médica, llame al 911. Los enlaces a otros sitios se proporcionan sólo con fines de información, no significa que se les apruebe. © 1997–2019 A.D.A.M., Inc. La duplicación para uso comercial debe ser autorizada por escrito por ADAM Health Solutions.



U.S. National Library of Medicine 8600 Rockville Pike, Bethesda, MD 20894  
U.S. Department of Health and Human Services National Institutes of Health

Página actualizada 31 julio 2019