



# Cáncer de Mama



El cáncer de mama es el cáncer más común y la segunda causa de muerte por cáncer entre las mujeres en las Américas. OPS



## ¿Cómo se origina este cáncer?

Cuando las células en el seno comienzan a crecer en forma descontrolada. Estas células normalmente forman un tumor que a menudo se puede observar en una radiografía o se puede palpar como una protuberancia o bulto. Ocurre casi exclusivamente en las mujeres, pero los hombres también lo pueden padecer.

#AprofamTeCuida

Consulta al



SERVICIO AL CLIENTE

1586

WHATSAPP



2321-0033



## Señales de alerta del Cáncer de Mama

Debido a que, en algunos casos podría no haber síntomas, las señales de alerta pueden ser:



Presencia de una bolita nueva en alguna de las mamas o axilas (debajo del brazo).



Cambio del tamaño, forma, aumento del grosor o inflamación de la mama.



Enrojecimiento o irritación en la piel de alguna de las mamas sin causa aparente.



Dolor en cualquier parte de la mama.



Descamación en la zona del pezón o la mama (desprendimiento de piel).



Salida de sangre o de líquido del pezón, que no sea leche.



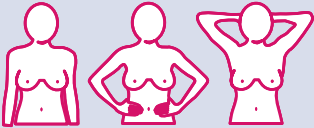
Hundimiento del pezón.



**\*Al notar cualquiera de estos signos se debe consultar inmediatamente con un médico especialista.**

### Precauciones

A partir de los 20 años las mujeres deben autoexaminarse por lo menos una vez al mes, una semana después del primer día de la menstruación, un día fijo de cada mes que le sea fácil de recordar.



#### Paso 1:

Parada frente a un espejo, observa tus senos, primero con los brazos colgando, luego en la cintura y después hacia arriba, vea si hay cambios en la piel de las mamas, hundimientos, bultos, cambios de color o cambios del aspecto de los pezones, compruebe si hay llaga, escama, pus o sangre.

#### Paso 2:

Recostada en una superficie firme, coloca una almohada bajo el hombro de la mama que vas a examinar y pon la mano correspondiente detrás de la nuca. Luego, con los 3 dedos centrales juntos y planos, presiona con las yemas suave pero firme, haciendo círculos alrededor de la mama. Muévelos de afuera hacia adentro y de izquierda a derecha y haz lo mismo con la otra mama.

#### Paso 3:

Sigue en la misma posición colocando una mano detrás de la nuca y con la mano del otro lado, toca tu mama e incluso la axila en busca de posibles masas duras o bultos. Para ello la presión de los dedos debe ser mayor. Haz lo mismo con la otra mama.

#### Paso 4:

Sigue en la misma posición colocando una mano detrás de la nuca y con la mano del otro lado toque su mama, presiona el pezón para ver si sale sangre, pus o leche (aún sin estar embarazada). Levántalo junto con la areola y fíjate si se mueve bien y no hay masas ni bultos. Haz lo mismo con la otra mama.



#### Mamografía

La mamografía es un estudio de exploración radiográfica de las mamas de una mujer. Las mujeres deben comenzar a hacerse mamografías a partir de los 40 años de edad, o antes si consideran que están en riesgo.

Se ha demostrado que las mamografías disminuyen el riesgo de morir de cáncer de mama en un 35% en mujeres mayores de 50 años.



#### Ultrasonido de mamas

Es un procedimiento no invasivo (no se perfora la piel) que se utiliza para evaluar los senos. La tecnología de ultrasonido permite la visualización rápida del tejido mamario.

**Contacto directo:**

#AprofamTeCuida

Consulta al



SERVICIO AL CLIENTE

1586

WHATSAPP



2321-0033