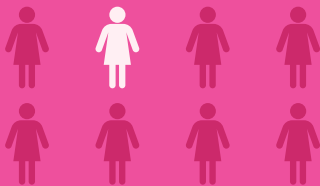


¿Qué tengo que saber sobre el cáncer de mama?



1 de cada 8 mujeres



presenta esta enfermedad a lo largo de su vida.

Un diagnóstico temprano y su tratamiento oportuno pueden salvar la vida de hasta el 95% de las afectadas.



Se puede prevenir el cáncer de mama con un estilo de vida saludable: Hacer ejercicios, no fumar, consumir alimentos con bajo contenido en grasas, Tomar poco alcohol.

20
años

AUTOEXPLORACIÓN mensual

Palpar tus mamas te da la posibilidad de detectar a tiempo algún signo de enfermedad.

30
años

EXPLORACIÓN CLÍNICA anual

Es una cuidadosa exploración manual de las mamas que realiza un médico u otro profesional de la salud.

40
años

MAMOGRAFÍA anual

Es una radiografía de las mamas que desempeña una función clave en la detección temprana y ayuda a disminuir las muertes a causa del cáncer de mama.

¿Cuáles son los factores que incrementan el riesgo de padecer cáncer de mama?



Ser mujer.



Antecedentes familiares de cáncer.

-12

Edad de primera menstruación antes de los 12 años.



No tener hijos o tener un primer hijo después de los 35 años.

+55

Edad de menopausia posterior a los 55 años.



Sedentarismo y obesidad.



DIPUTADOS
CORRIENTES

PEDRO G. CASSANI

Presidente

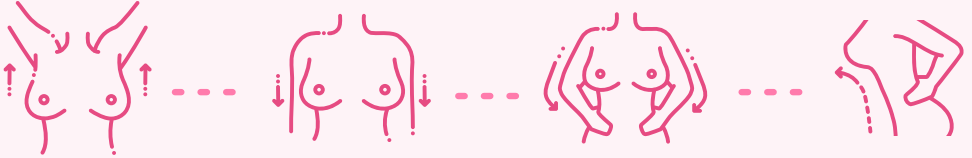
¿Cómo realizar un autoexamen de mama?



Cuándo

Mensualmente entre los días 7 y 10 del ciclo.

Un autoexamen de mamas es un chequeo regular que las mujeres se hacen a si mismas, aumentando las posibilidades de detectar temprano el cáncer de mama.



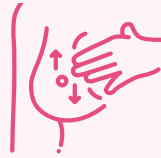
Estando de pie frente al espejo, examine sus mamas en diferentes posiciones.



Utiliza la yema de tus dedos para presionar suavemente.



Movimiento radial.



Movimiento vertical y horizontal.



Movimiento en espiral.

¿SABÍAS QUE LOS HOMBRES TAMBIÉN PUEDEN TENER CÁNCER DE MAMA?

El 1% de cánceres de mama se presentan en hombres.

Por eso todos debemos tener en cuenta estos SIGNOS DE ALERTA:



Cambio de textura en la piel.



Protuberancias.



Hendiduras.



Mama enrojecida.



Fluido desconocido.



Hundimiento del pezón.



DIPUTADOS
CORRIENTES

PEDRO G. CASSANI

Presidente