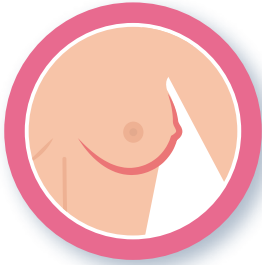


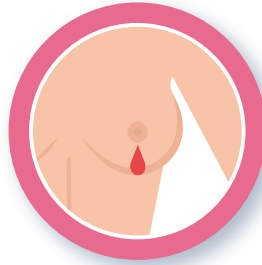
19 DE OCTUBRE
**DÍA MUNDIAL DEL
CÁNCER DE MAMA**



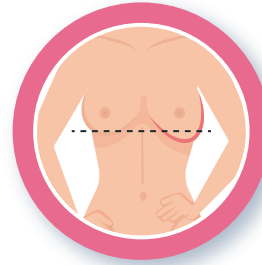
¿CÓMO IDENTIFICAR SÍNTOMAS?



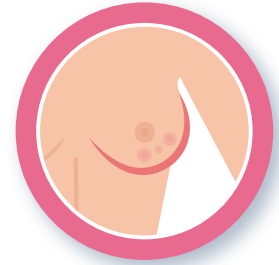
Bultos, protuberancias o endurecimiento en la mama o axila



Enrojecimiento, sensación de ardor, presencia de sangre o fluidos en el pezón

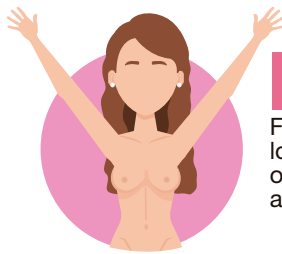


Retracción o asimetría en la zona de pezón o areola

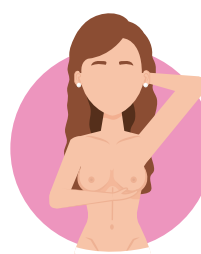


Alteraciones de la piel como apariencia de "piel de naranja", cambios de color, venas sobresalientes, ardor o dolor constante

¿CÓMO HACER UN AUTOEXAMEN?



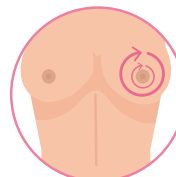
1
Frente a un espejo, levanta los brazos sobre la cabeza y observa algún cambio en el aspecto de tus mamas.



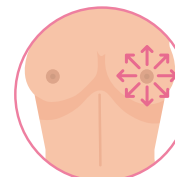
2
Levanta el brazo izquierdo y con la mano derecha revisa el hueco de la axila buscando bultos. Repite el procedimiento con la otra mama.

3
Examina cada mama con la yema de tus dedos

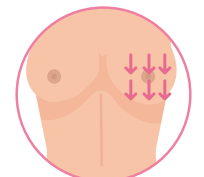
4
Recuéstate sobre la cama y repite la misma operación con ambas mamas



En forma circular, de acuerdo a las manecillas del reloj



De adentro hacia afuera



De arriba hacia abajo



Los **síntomas** siempre son **tardíos**, por lo que lo ideal es hacer el **diagnóstico precoz**. Realizar la **mamografía** en forma **preventiva** desde los **40 años**. En pacientes con **historia familiar directa** de cáncer de mama (**madre, hermana**), el examen debe iniciarse **10 años antes**.