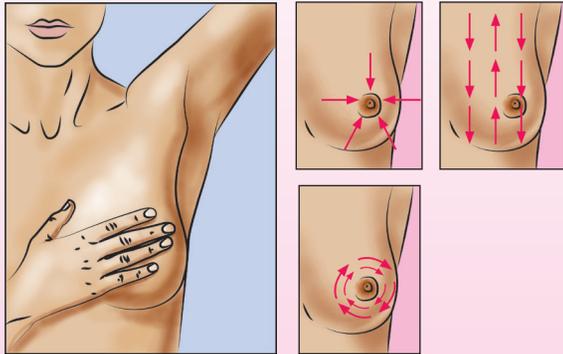


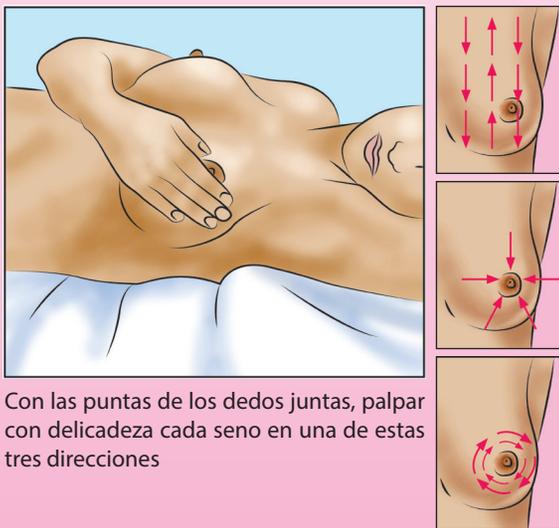
Autoexamen de mama

Autoexamen de seno: inspección manual (de pie)

Con las puntas de los dedos juntas, palpar con delicadeza cada seno en una de estas tres direcciones

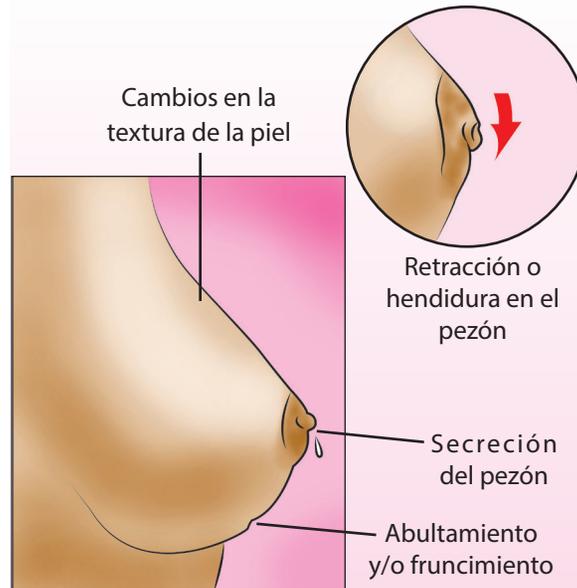


Autoexamen de seno: inspección manual (recostada)



Con las puntas de los dedos juntas, palpar con delicadeza cada seno en una de estas tres direcciones

El cáncer de mama puede curarse,
si se descubre a tiempo



Ante la presencia de uno
o más de estos cambios,
acuda inmediatamente al
establecimiento de salud

ACUDA AL ESTABLECIMIENTO DE
SALUD PARA RECIBIR LA ATENCIÓN
NECESARIA

MINISTERIO DE SALUD
GOBIERNO DE
EL SALVADOR
UNÁMONOS PARA CRECER



Cáncer de mama



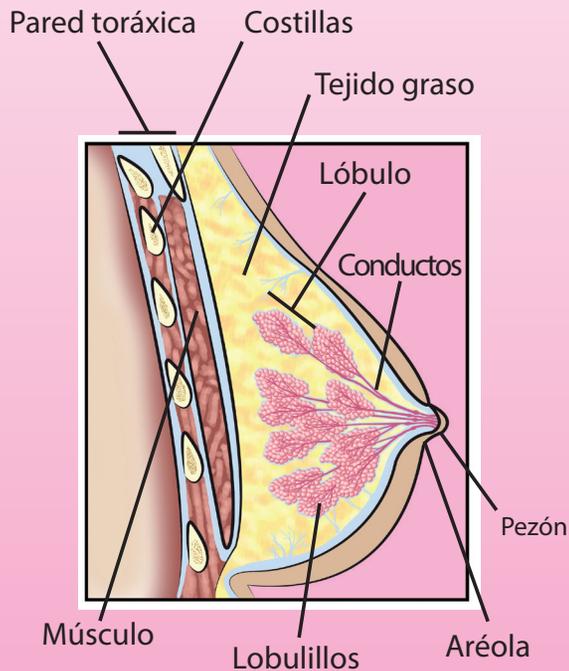
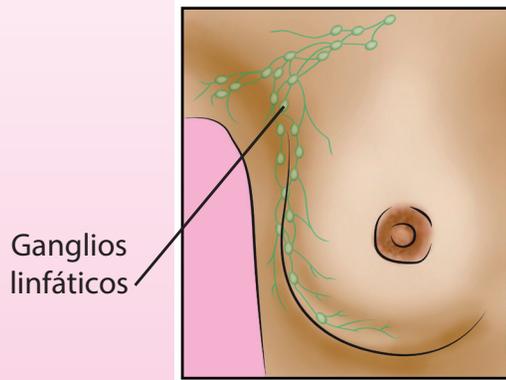
Es causa de muchas muertes en mujeres,
pero puede identificarse a tiempo para
su tratamiento

MINISTERIO DE SALUD
GOBIERNO DE
EL SALVADOR
UNÁMONOS PARA CRECER

MINISTERIO DE SALUD
Viceministerio de Servicios de Salud

¿Qué es el cáncer de mama?

Es un tumor maligno que se desarrolla en la mama y puede invadir los tejidos que están alrededor y otros órganos



Los factores de riesgo para el cáncer de mama son:



- Edad arriba de 40 años
- Primera menstruación antes de los 12 años
- Menopausia arriba de los 55 años
- Antecedentes y presencia de quistes o abultamientos en la mama
- Antecedentes de cáncer de mama en abuela, madre, hermana, tía
- Mujeres sin hijos o primer hijo arriba de 30 años
- Sobrepeso y obesidad
- Fumar

Recomendaciones

- Aliméntese de manera saludable
- Realice actividad física
- No consuma tabaco, ni bebidas alcohólicas
- Realícese autoexamen de mama mensualmente
- Acuda al establecimiento de salud para examen clínico de mamas cada año
- Acuda al establecimiento de salud para realizarse mamografía cada año, después de cumplir los 40 años
- Consulte para atención médica oportuna por cualquier cambio que observe en las mamas

