

## **¿Está al día con su mamografía?**

Con la excepción del cáncer de piel, el cáncer de mama (seno) es el cáncer diagnosticado con más frecuencia entre las mujeres en los Estados Unidos. Las mamografías son el mejor método para detectar el cáncer de mama en sus etapas iniciales, cuando es más fácil de tratar y antes de que sea lo suficientemente grande para que se sienta al palpar o cause síntomas.

Una mamografía es una imagen de la mama tomada con rayos X. Los médicos usan las mamografías para buscar signos de cáncer de mama en sus etapas iniciales. Las mamografías habituales pueden detectar el cáncer de mama en sus etapas iniciales, a veces hasta tres años antes de que se pueda sentir.

## **¿Cuáles son los síntomas?**

Hay diferentes síntomas de cáncer de mama, y algunas personas no tienen síntomas. Algunos síntomas del cáncer de mama son:

- Cualquier cambio en el tamaño o la forma de las mamas.
- Dolor en cualquier parte de las mamas.
- Secreción del pezón que no sea leche (incluso sangre).
- Aparición de un bulto en las mamas o debajo del brazo.

Si usted tiene algún síntoma o signo preocupante, consulte a su médico de inmediato.

## **¿Quiénes tienen un riesgo alto de presentar cáncer de mama?**

Los principales factores que influyen en el riesgo de una persona incluyen ser mujer y ser mayor de edad. La mayoría de los cánceres de mama se detectan en mujeres de 50 años o más. Si tiene antecedentes familiares de cáncer de mama o cambios heredados en sus genes BRCA1 y BRCA2, es posible que tenga un riesgo alto de presentar cáncer de mama. También es posible que tenga un riesgo alto de cáncer de ovario. La mayoría de los casos de cáncer de mama se diagnostican en mujeres de 50 años de edad o más, pero el cáncer de mama también afecta a las mujeres más jóvenes. Los hombres también pueden contraer cáncer de mama, pero no es muy común. Cerca de 1 de cada 100 casos de cáncer de mama en los Estados Unidos se diagnostica en un hombre.

## **¿Qué puedo hacer para reducir el riesgo?**

Hay cosas que puedes hacer que pueden ayudar a reducir su riesgo de cáncer de mama.

- Mantenga un peso saludable y haga ejercicio con regularidad.
- Elija no beber alcohol o beber alcohol con moderación.
- Si está recibiendo terapia de reemplazo hormonal o píldoras anticonceptivas, consulte con su médico acerca de los riesgos.
- Si es posible, amamante a sus hijos.

Si usted necesita ayuda para pagar por esta prueba o no tiene seguro médico, el Programa Nacional de Detección Temprana del Cáncer de Mama y de Cuello Uterino ofrece pruebas gratis o a bajo costo. Para más información, contacte al Departamento de Salud del Condado de Polk al 515-286-3921.