

## **Cancer de mama**

La mejor forma de detectar temprano el cáncer de mama o de seno es mediante una mamografía. Si usted tiene entre 50 y 74 años, asegúrese de hacerse una mamografía cada dos años. Las mamografías de rutina son las mejores pruebas de detección para identificar el cáncer de mama en sus etapas iniciales. Muchas mujeres a las que se les detecta el cáncer de mama en forma temprana pueden vivir por mucho tiempo y en forma saludable.

## **Tumores y cáncer de mama**

Algunas veces las células de las mamas se vuelven anormales, se dividen y generan nuevas células que el cuerpo no necesita y que no funcionan de manera normal. Estas células forman una masa llamada tumor. Algunos tumores son "benignos", es decir, no son cancerosos. Otros tumores son "malignos", es decir, cancerosos. Conforme crece, se puede diseminar a toda la mama o a otras partes del cuerpo. Esto causa graves problemas de salud y puede llevar a la muerte.

### **¿Cuáles son los síntomas del cáncer de mama?**

En sus etapas iniciales, el cáncer de mama es muy pequeño para que se pueda sentir síntomas. Sin embargo, a medida que crece se pueden presentar cambios en la apariencia o la sensibilidad de las mamas. Entre los síntomas se incluyen:

- Aparición de un bulto en las mamas (senos) o debajo del brazo (axila).
- Endurecimiento o hinchazón de una parte de las mamas.
- Enrojecimiento o descamación en el pezón o las mamas.
- Secreción del pezón, que no sea leche, incluso de sangre.
- Dolor en cualquier parte de las mamas.

### **¿Cómo puedo reducir el riesgo de cáncer de mama?**

- Controle su peso y haga ejercicio.
- Conozca sus antecedentes familiares de cáncer de mama. Si su madre, hermana o hija tuvieron o tienen cáncer de mama, consulte con su médico sobre el riesgo que usted tiene de contraer la enfermedad y cómo reducirlo.
- Limite el consumo de alcohol.

En el Departamento de Salud del Condado de Polk usted puede encontrar un programa que ofrece pruebas de detección y diagnóstico del cáncer de cuello uterino y de mama a las mujeres con bajos ingresos, sin seguro médico o con cobertura insuficiente. Con el Programa Nacional de Detección Temprana del Cáncer de Mama y de Cuello Uterino (NBCCEDP), usted puede hacerse pruebas de detección gratuitas o a bajo costo, si llena los siguientes requisitos:

- Para las pruebas de cáncer de mama, si tiene entre 40 y 64 años de edad
- Para las pruebas de cáncer de cuello uterino, si tiene entre 18 y 64 años de edad
- Si no tiene seguro médico o si su seguro no cubre pruebas de detección
- Si sus ingresos anuales están por debajo del 250% del nivel de pobreza.

Para más información visite [www.polkcountyiowa.gov/health/pages/espanol](http://www.polkcountyiowa.gov/health/pages/espanol) o llame a Ana Coppola al 323-5227.