

Octubre, mes de sensibilización sobre el

Cáncer de mama

#ContraElCáncerDeMamaYoActúo

El cáncer de mama



Es el tipo de cáncer más frecuente y la causa más común de muerte por cáncer en mujeres mundialmente¹



85 % se producen en mujeres sin antecedentes familiares de este tipo de cáncer²

Síntomas



1- Engrosamiento de la mama



2- Alteración en el tamaño, forma o apariencia de la mama



3- Alteraciones de la piel



4- Cambio en la apariencia del pezón o areola



5- Secreción anormal del pezón^(*)

Recomendaciones para prevenir el cáncer³



1- No fume ni use ningún tipo de tabaco



4- Lleve una dieta saludable



2- Mantenga o alcance su peso saludable



5- Amamante, cuantos más meses mejor



3- Realice actividad física diariamente



6- No use reemplazo hormonal para la menopausia, a menos que se lo indique su profesional médico

El cáncer de mama es curable, conoce los tratamientos⁴

La prevención es la clave
¡Conoce tu cuerpo para poder cuidarte!

Fuentes:

1. Organización Panamericana de la Salud, Cáncer de mama, Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/cancer-mama>

2. Breastcancer.org, Mes de la concientización sobre el cáncer de mama (seno), Disponible en: <https://www.breastcancer.org/es/sobre-cancer-mama/mes-concientizacion-cancer-mama>

3. Organización Mundial de la Salud, Código Latinoamericano y Caribeño contra el Cáncer, con colaboraciones de investigadores del INSP; Disponible en: <https://cancer-code-lac.iarc.who.int/wp-content/uploads/2023/10/Codigo.pdf>

4. Instituto Nacional de Salud Pública, Cáncer de Mama, Disponible en: https://www.insp.mx/images/stories/Centros/nucleo/docs/pme_19.pdf



Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido su uso para fines distintos a los establecidos en el programa

