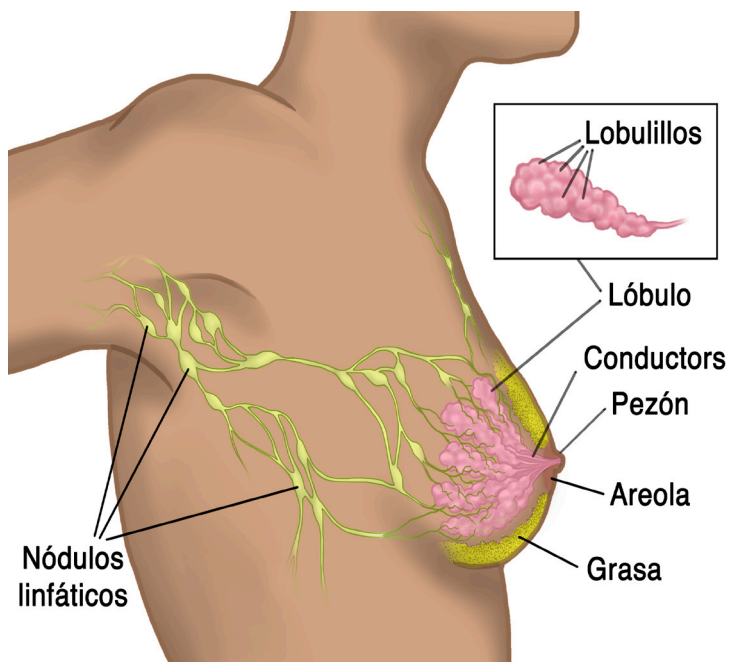


El cáncer de seno (mama)

Hoja informativa



¿Qué es el cáncer de seno (mama)?

El cáncer de seno es el crecimiento anormal de células que comienza en la glándula mamaria.

El cáncer de mama puede afectar el seno y el área que lo rodea. El área que lo rodea se extiende hasta el esternón, la clavícula y por debajo del brazo (axila).

En el Estado de Wisconsin, el cáncer de seno es el tipo de cáncer que se diagnostica con más frecuencia entre las mujeres. El cáncer de seno afecta a 1 de cada 8 mujeres a lo largo de sus vidas.

El cáncer de mama puede ocurrir tanto en hombres como en mujeres, aunque el cáncer de mama masculina es menos común.

¿Cómo puedo prevenir el cáncer de seno?

Usted puede disminuir el riesgo de desarrollar cáncer de seno teniendo hábitos saludables.

- Coma abundantes frutas y vegetales
- Limite el consumo de comidas altas en grasas saturadas (carnes rojas, comidas fritas)
- Manténgase activo y con un peso saludable
- Limite las bebidas alcohólicas

¿Cuáles son los posibles síntomas del cáncer de seno?

En sus estados iniciales, el cáncer de mama puede no tener síntomas. Mientras el cáncer de mama se va desarrollando, usted puede experimentar:

- Una bolita o masa en su seno o debajo del brazo
- Cambios en el tamaño o la forma de su seno
- Pezón hundido
- Secreción (salida de líquido) del pezón
- Piel escamosa, piel de naranja, roja o hinchada en su seno



El cáncer de seno

¿Existen pruebas de diagnóstico que puedan ayudar a detectar a tiempo el cáncer de mama?

- El **auto-examen de mama** es una forma en que la persona aprende por sí misma cómo se ven y se sienten los senos normalmente. Cuando se sabe cómo se ven y se sienten los senos normales se puede notar si hay cambios. Las mujeres deben reportar cualquier cambio a su médico inmediatamente. El auto-examen de mama es una recomendación para las mujeres a partir de los 20 años.
- El **examen clínico de mama** lo realiza un médico especialista. El médico mira el seno y palpa el tejido para ver si encuentra algún cambio. Las mujeres mayores de 40 años deben hacerse un examen clínico de seno cada año. Las mujeres entre los 20 y los 30 años deben hacerse un examen clínico de seno cada tres años como parte de su examen regular de salud.
- La **mamografía** es una imagen de rayos-x del seno considerada como la mejor prueba para detectar el cáncer de mama. Las mamografías pueden encontrar a tiempo el cáncer de mama, teniendo más posibilidades de ser tratado antes de que aparezcan síntomas como las bolitas. Las mujeres mayores de 40 años deben hacerse una mamografía anualmente.



Si usted tiene una madre o algún familiar cercano que haya tenido cáncer de mama, puede que necesite comenzar a hacerse las pruebas de diagnóstico a más temprana edad. Hable con su médico para saber cuándo comenzar a hacerse las pruebas de diagnóstico del cáncer de seno.

¿Dónde puedo obtener más información?

El Instituto Nacional de Cáncer brinda información actualizada y confiable sobre el cáncer de mama, otros tipos de cáncer, su prevención, detección, diagnóstico, tratamiento y temas relacionados con la supervivencia y los cuidados en la etapa final de la vida.

Teléfono: 1-800-4CANCER (1-800-422-6237)

Sitio web: www.cancer.gov/espanol



Carbone Cancer Center
UNIVERSITY OF WISCONSIN
SCHOOL OF MEDICINE AND PUBLIC HEALTH



**Cancer Health
Disparities Initiative**

Para obtener más información, por comuníquese con:

Ponga la etiqueta aquí