Conceptos básicos sobre la salud del seno

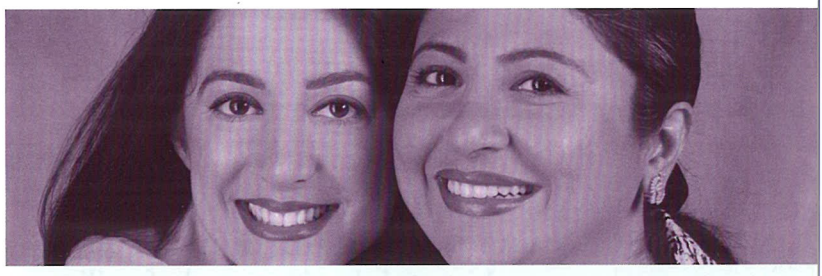
Conozca la realidad sobre el cáncer de seno.

- El cáncer de seno es la causa principal de muerte entre las mujeres hispanas.
- El cáncer de seno es el cáncer más común entre las mujeres hispanas.
- Cuando el cáncer de seno se detecta temprano y se limita al área del seno, las oportunidades de sobrevivir son mucho mayores.

¿Corro el riesgo de tener cáncer de seno?

- Todas las mujeres corren el riesgo de tener cáncer de seno.
- El ser mujer es el factor de riesgo número uno para el cáncer de seno. Su riesgo de tener cáncer de seno aumenta con la edad.
- Muchas mujeres que han tenido cáncer de seno no tienen ningún factor adicional de riesgo.
- Aunque el cáncer de seno es más común en mujeres mayores de 40 años, las mujeres más jóvenes también pueden desarrollar cáncer de seno.
- Los hombres también pueden tener cáncer de seno pero es raro. Es aproximadamente 100 veces más común en mujeres.

SUSAN G. KOMEN FOR THE CURE®



Susan G. Komen for the Cure® recomienda lo siguiente:

- ☐ Hable con su familia para conocer los antecedentes familiares de salud.
- ☐ Hable con su proveedor sobre su riesgo personal de tener cáncer de seno.
- ☐ Pregunte a su doctor cuáles exámenes de detección son los más indicados para usted, si usted corre un mayor riesgo.
- ☐ Hágase una mamografía cada año a partir de los 40 años de edad si usted corre un riesgo promedio.
- ☐ Hágase el examen clínico de los senos al menos cada 3 años a partir de los 20 años de edad y anualmente a partir de los 40 años de edad.
- ☐ Conozca cómo se ven y se sienten sus senos, si nota cualquier cambio informe a su proveedor de atención médica de inmediato.
- ☐ Lleve un estilo de vida saludable que pueda reducir su riesgo de tener cáncer de seno.

Para más información llame al: 1-877-465-6636 o visite www.komen.org

Susan G. Komen for the Cure no brinda consejos médicos. ©2008 Susan G. Komen for the Cure® Item No. 806-302-SPa 6/08

Preguntas y respuestas
sobre la salud de sus senos

¿Qué puedo hacer para reducir mi riesgo de contraer cáncer de seno?

No existe un método seguro de evitar el cáncer de seno. Sin embargo, usted puede hacer algunas cosas que podrían mejorar su salud en general. Mantenga un peso saludable. Haga ejercicio y mantenga una dieta rica en frutas y verduras.

Hace algunos años mi mamá tuvo cáncer de seno. ¿Significa esto que yo también voy a tener cáncer de seno?

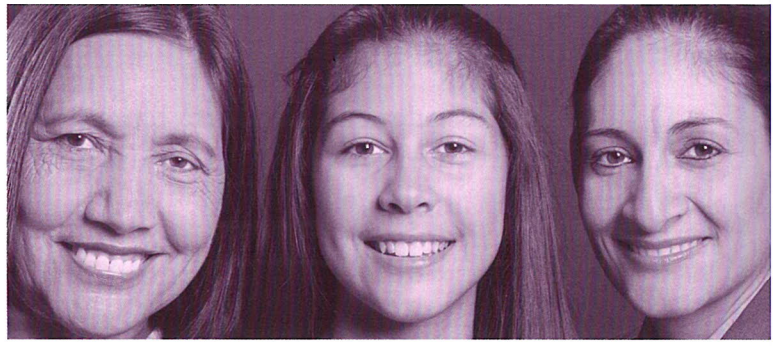
No sabemos qué es lo que causa el cáncer de seno. La mayoría de las mujeres que tienen cáncer de seno no tienen un historial de cáncer en la familia. Si alguien en su familia ha tenido cáncer de seno o usted está preocupada sobre ese riesgo, hable con su doctor. Estudie sus opciones y pregunte cuándo tiene que empezar a hacerse la mamografía.

Estoy tomando pastillas anticonceptivas. ¿Es cierto que las pastillas para evitar el embarazo pueden aumentar la posibilidad de tener cáncer de seno?

Si usted está tomando pastillas anticonceptivas, su riesgo de tener cáncer de seno es un poco mayor. Al dejar de tomar las pastillas, su riesgo disminuye y después de 10 años su riesgo vuelve al nivel normal.

¿Aumenta el alcohol el riesgo de tener cáncer de seno?

Los estudios han demostrado que el tomar bebidas alcohólicas puede aumentar el riesgo de tener cáncer de seno.



Mis senos se sienten con bultos y me duelen ciertos días del mes. ¿Aumenta esto mi riesgo de tener cáncer de seno?

El sentir bultos en los senos, con molestia o dolor, en ciertos días del mes se le llama cambios fibroquísticos del seno. Estos cambios son comunes, especialmente antes de tener su período, y no aumentan su riesgo de tener cáncer de seno. Conozca cómo se ven y se sienten sus senos. Aprenda lo que es normal para usted. Si nota cualquier cambio, consulte a su médico inmediatamente.

Susan G. Komen for the Cure no brinda consejos médicos.

Si desea más información o si tiene otras preguntas sobre la salud de sus senos o el cáncer de seno, llame a la línea gratuita de Susan G. Komen for the Cure para el cuidado de los senos al 1-877-465-6636 o visite el sitio: www.komen.org