

Conceptos Básicos Sobre la Salud del Seno



The Susan G. Komen
Breast Cancer Foundation



¿Corro el riesgo de tener cáncer del seno?

- Todas las mujeres corren el riesgo de tener cáncer del seno.
- El ser mujer es el factor de riesgo número uno para el cáncer del seno. Su riesgo de tener cáncer del seno aumenta con la edad.
- Muchas mujeres que han tenido cáncer del seno no tienen ningún factor adicional de riesgo.
- Aunque el cáncer del seno es más común entre las mujeres mayores de 40 años, las mujeres jóvenes también pueden tener cáncer del seno.

Conozca la realidad sobre el cáncer del seno.



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

La Fundación Komen recomienda lo siguiente:

1. Hágase un autoexamen del seno cada mes a partir de los 20 años de edad.
 - Familiarícese con sus senos. Infórmele a su doctor o enfermera sobre cualquier cambio.
2. Hágase un examen clínico de los senos por su doctor o enfermera por lo menos cada 3 años desde los 20 años de edad, y cada año después de los 40 años.
3. Hágase una mamografía (examen del seno con rayos X) cada año desde los 40 años.
 - Si usted tiene menos de 40 años, y alguien en su familia ha tenido cáncer del seno, o está preocupada por la salud de sus senos, hable con su doctor.

La Fundación Susan G. Komen Contra el Cáncer del Seno fue establecida en 1982 por Nancy Brinker para honrar la memoria de su hermana Susan G. Komen, quien murió de cáncer del seno a los 36 años de edad. Hoy en día, la Fundación es una organización internacional que cuenta con una red de más de 75.000 voluntarios que colaboran a través de Filiales locales y eventos tales como la Komen Race for the Cure®, para erradicar el cáncer del seno como enfermedad potencialmente mortal. Como líder mundial en la lucha contra el cáncer del seno, la Fundación cumple con su misión financiando proyectos revolucionarios para la investigación del cáncer del seno, premios al mérito y programas educativos, científicos y para forjar un enlace con comunidades necesitadas en todo el mundo.

Para más información llame al: 1.800.462.9273 o visite www.komen.org

Preguntas y respuestas sobre la salud de sus senos

Yo hago ejercicio y como saludablemente. ¿Corro el riesgo de tener cáncer del seno?



Todas las mujeres corren el riesgo de tener cáncer del seno, pero usted puede hacer algunas cosas que podrían disminuir ese riesgo. Haga ejercicio y mantenga una dieta rica en frutas y verduras.

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

La mayoría de las mujeres que tienen cáncer del seno no tienen un historial de cáncer en la familia. Si alguien en su familia ha tenido cáncer del 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 del seno?



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

Algunas veces cuando me reúno con mis amigas tomamos algunas bebidas alcohólicas. ¿Aumenta el alcohol el riesgo de tener cáncer del seno?



Los estudios han demostrado que el tomar bebidas alcohólicas en exceso puede aumentar el riesgo de tener cáncer del seno. Si usted bebe, tome menos de una bebida alcohólica al día.

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

Sentir bultos en los senos, con molestia o dolor, en ciertos días del mes se llama cambios fibroquísticos del seno. Estos cambios son comunes y no aumentan su riesgo de tener cáncer del seno. Hágase un autoexamen del seno cada mes. Aprenda cómo lucen y se sienten sus senos. Aprenda lo qué es normal para usted.



The Susan G. Komen
Breast Cancer Foundation

Si tiene más preguntas sobre el cáncer del seno o la salud de sus senos, por favor llame gratis a la Línea Nacional de Ayuda de Cuidado del Seno de la Fundación Komen o visite nuestra página Web.

1.800.462.9273

www.komen.org

LA FUNDACIÓN KOMEN NO BRINDA CONSEJOS MÉDICOS.