



01

Detección Temprana del Cáncer de Mama

La detección temprana del cáncer de mama y el tratamiento oportuno y adecuado, salvan vidas.

- La detección temprana favorece el pronóstico y la recuperación.
- Una de cada ocho mujeres está en riesgo de padecer cáncer de mama a lo largo de su vida.
- En Argentina se detectan alrededor de 18.000 casos anuales.
- Es la primera causa de muerte por cáncer en la mujer adulta.
- El hombre también puede sufrir cáncer de mama pero en un porcentaje muy bajo.



SUGERENCIAS PARA LA DETECCIÓN TEMPRANA DEL CÁNCER DE MAMA

01 Consulta Médica

Consultá periódicamente al médico:

- Clínico
- Ginecólogo
- Mastólogo (especialista en mamas).

Tienen que hacerte la palpación clínica de las mamas y solicitarte los estudios. También debés hacerte coloscopia, papanicolau y ecografía transvaginal.

02 Mamografía

Realizar una mamografía anual a partir de los 40 años.

Si hay antecedentes de cáncer de mama, el médico indicará cuándo comenzar a realizarlas.

03 ¿Qué es la mamografía?

Es una radiografía de la mama que se realiza por compresión de la misma con pequeñas dosis de radiación.

Detecta tumores que no se pueden palpar y microcalcificaciones (depósitos de calcio). Informa sobre la probabilidad de que una lesión sea o no cáncer.

04 Cuando tengas que hacer la mamografía

- Tenés que llevar la orden.
- No te coloques talco, perfume o desodorante ya que puede perjudicar la imagen registrada.
- El técnico que toma la imagen no está autorizado a decir lo que observa.
- Pueden pedirte repetir la toma.

05 Autoexamen mamario

Realizalo una vez por mes. Es recomendable comenzar a partir de los 20 años. Debe convertirse en un hábito.

El autoexamen permite conocer las mamas y familiarizarse con la irregularidad del tejido mamario. Si aparece algo diferente, se deberá acudir al médico sin pérdida de tiempo.

Detectar una irregularidad no significa tener cáncer de mama. Es el médico quien indicará el diagnóstico y los pasos a seguir.

06 ¿Cuándo hacerlo?

Una semana después del ciclo menstrual (cuando hayan desaparecido las inflamaciones propias del período y no haya durezas, dolor, inflamación o sensibilidad).

Las mujeres post menopáusicas o sin menstruación deben elegir un día y repetirlo todos los meses.

07 ¿Cómo realizarlo?

La inspección: Descubra el busto completamente hasta la cintura y ubíquese de frente a un espejo bien iluminado. Coloque los brazos caídos a los lados del cuerpo y observe cada mama con mucha atención en busca de irregularidades en su contorno, depresiones, cambios de coloración en la piel, retracciones, deformaciones, costras o ulceraciones en los pezones. Compare ambas mamas en busca de una pronunciada asimetría en cuanto al tamaño. Coloque los brazos en la nuca y haga la misma comparación. Si antes descubrió alguna irregularidad vea si ésta se exagera, modifica o desaparece.

La palpación: Apriete gradualmente la mama cerca del pezón en busca de salida de algún tipo de secreción (figura 1). Si la hay verifique cantidad, color y consistencia, ya que no es normal fuera de los períodos de lactancia o embarazo.



Figura 1

A continuación inicie la palpación de ambas mamas, una por vez, con los dedos índice, mayor y anular. Con el brazo de la mama a examinar detrás de la nuca, comience la palpación por la parte superior del seno con un movimiento en espiral (figura 2)



Figura 2



Figura 3



Figura 4



Figura 5

buscando un bulto o espesamiento. Repita el mismo procedimiento dos veces, uno con una presión superficial y el otro con una presión profunda (figuras 3 y 4). Recuerde que es importante abarcar el pecho en su totalidad. Continúe con el examen axilar, coloque un brazo por detrás de la nuca y con la otra mano palpe el hueco axilar abarcándolo en ancho, largo y profundidad (figura 5). Como último paso deberá recostarse en una cama colocando un almohadón o toalla doblada por debajo del medio de la espalda de la mama a examinar (figura 6). Repita el mismo procedimiento de la palpación en ambas mamas y axilas en esta nueva posición.



Figura 6

Recordá que la presencia de cualquier irregularidad no significa tener cáncer de mama. Puede ser una alteración benigna.

Consultá con tu médico .



DRES. TROVATO
centro de diagnóstico

Av. de Mayo N° 537 · (1704) Ramos Mejía
Tel. Fax. 011 4654 5400 (Líneas Rotativas)
info@doctorestrovato.com.ar
www.doctorestrovato.com.ar