

Auto examen de mamas

Pasos básicos de una práctica debemos convertir en hábito.

OBSERVACIÓN



PALPACIÓN



La **autoexploración mamaria** es un examen visual y de tacto que se recomienda hacer a las mujeres a partir de los 25 años. Es una técnica fundamental para detectar cualquier tipo de anomalía, deformación o cambio en las mamas de la mujer. Es una técnica sencilla pero bastante eficaz ya que, ayuda a la detección precoz de bultos. Recordemos, que estos bultos no siempre son malignos. Más del 90% de ellos son benignos, es decir, no se han expandido por otras zonas del seno.

Te recomendamos realizar este ejercicio una vez al mes, preferiblemente, 7 días tras la regla. Para aquellas mujeres que ya hayan superado la menopausia les recomendamos establecer un día concreto del mes para repetir esta técnica cada mes. Lo más importante es ser constante y realizarlo de manera periódica

COMO DETECTAR EL CANCER DE MAMA A TIEMPO



La detección temprana significa detectar el cáncer antes de que empiecen a surgir los síntomas. Los exámenes de detección tienen como objetivo encontrar una enfermedad entre las personas que no presentan ningún tipo de síntoma.

Las mamografías son la prueba más común para encontrar el cáncer de seno de forma precoz,

Esta prueba puede ser molesta e, incluso, dolorosa, ya que los senos deben aplastarse para facilitar la visión. Tranquila, este momento sólo durará unos segundos. El proceso completo, sin embargo, tiene una duración aproximada de unos 15 minutos.



E.S.E CEMINSA

BOLETIN INFORMATIVO INSTITUCIONAL Diciembre de 2019



CA DE MAMA

El cáncer de mama es uno de los tipos de cáncer más comunes y, además, es una de las principales causas de muerte de las mujeres

Elaboró: Líder de Gestión Ambiental y SST
Revisó: Comité de Gestión de Calidad
Aprobó: Dra. Onerys Ilias Melgarejo
Gerente E.S.E CEMINSA

CANCER DE MAMA BI-RADS

INTERPRETACIÓN	RIESGO DE MALIGNIDAD	ACCIÓN
0 NO CONCLUYENTE	Variable	Realizar otro estudio de imagen
1 NEGATIVO	---	SCREENING de Rutina
2 BENIGNO	---	SCREENING de Rutina
3 PROBABLEMENTE BENIGNO	< 2% de malignidad	ESTUDIO DE IMAGEN a los 6 MESES
4 SOSPECHOSA	2-94 %	BIOPSIA
5 ALTAMENTE SUGESTIVA DE MALIGNIDAD	>95%	BIOPSIA y Tx
6 MALIGNIDAD COMPROBADA (BIOPSIA CONOCIDA)	---	TRATAMIENTO

BI-RADS

FACTORES DE RIESGO



SER MUJER.

+18 AÑOS
MAYOR EDAD.

-12 AÑOS
EDAD DE PRIMERA MENSTRUACION ANTES DE LOS 12 AÑOS.



SER PORTADORA DE UNA MUTACION (O ALTERACION) EN LOS GENES BRCA 1 Y BRCA 2.

+55 AÑOS
EDAD DE MENOPAUSIA POSTERIOR A LOS 55 AÑOS.



USO PROLONGADO DE **TERAPIA HORMONAL** DE REEMPLAZO DURANTE LA



ANTECEDENTES FAMILIARES DE CÁNCER.

¿CUÁLES SON LOS FACTORES QUE INCREMENTAN EL RIESGO DE PADECER CÁNCER DE MAMA?



NO TENER **HIJOS** O TENER UN PRIMER HIJO DESPUES DE LOS 30 AÑOS.

ALERTAS DEL CA DE MAMA

ALERTAS DEL CÁNCER DE MAMA

Investigación

Alertas

Protuberancias

Bulto Interno

Piel Anaranjada

Venas Crecientes

Erosiones de la Piel

Enrojecimiento y Ardor

Hendiduras

Hundimiento del Pezón

Huecos

Endurecimiento

Amnistía

El día del Cáncer de Mama

El día del Cáncer de Mama