

Lo que debe saber sobre el cáncer de mama

NYC
HEALTH+
HOSPITALS



Spanish 05/25

Viva su vida más saludable.

NYC
HEALTH+
HOSPITALS

Llame para programar una cita.

1-844-NYC-4NYC (1-844-692-4692)



MANTÉNGASE CONECTADO. SÍGANOS.

nychealthandhospitals.org

El cáncer de mama es el segundo tipo de cáncer más frecuente en mujeres. La buena noticia es que muchas mujeres pueden sobrevivir al cáncer de mama si se lo descubre y trata en una etapa incipiente.



¿Qué es una mamografía?

La mejor prueba para detectar el cáncer de mama de forma precoz es la mamografía. Se trata de una serie de radiografías de la mama que permiten a los médicos buscar los signos tempranos del cáncer de mama.

Las mamografías son muy seguras. Lleva alrededor de 20 minutos hacerse una mamografía y puede salvar su vida. Esta prueba está cubierta por la mayoría de los planes de seguro médico. NYC Health + Hospitals también ofrece mamografías a muy bajo costo o sin costo alguno para usted.

¿Cuándo debo hacerme una mamografía?

Las mujeres de entre 40 y 74 años deben hacerse una mamografía cada dos años.

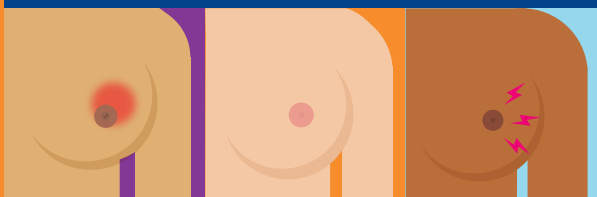
Las mujeres menores de 40 años o mayores de 74 años deben hablar con su médico y decidir si deben hacerse una mamografía.

¿Cuáles son algunos signos del cáncer de mama?

Algunas mujeres tienen signos y síntomas de cáncer de mama. Otras no tienen ninguno. Los síntomas pueden incluir:



- + Un bulto nuevo en la mama o en la axila
- + Engrosamiento o inflamación de parte de la mama
- + Formación de hoyuelos en la piel de la mama



- + Enrojecimiento o descamación de la piel en el área del pezón o de la mama
- + Un pezón que se invierte o se hunde
- + Dolor en la mama

Hable con su médico si tiene alguno de estos síntomas.

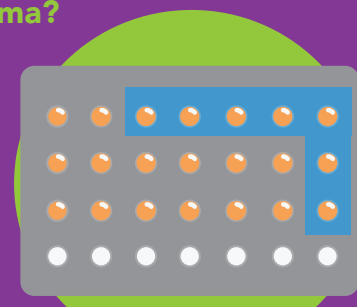
¿Qué puedo hacer para disminuir mis probabilidades de tener cáncer de mama?

Mantener una vida saludable desde una edad temprana puede ayudar a reducir las probabilidades de tener cáncer de mama:

CONTROLE SU PESO



CONSULTE A SU MÉDICO SOBRE LOS RIESGOS DE LA TERAPIA DE REEMPLAZO HORMONAL O DE LAS PÍLDORAS ANTICONCEPTIVAS



HAGA EJERCICIO FÍSICO CON REGULARIDAD



LIMITE LA EXPOSICIÓN A LA RADIACIÓN DE PRUEBAS DE DIAGNÓSTICO POR IMÁGENES COMO RADIOGRAFÍAS, TC Y TEP



DEJE DE FUMAR



LIMITE EL CONSUMO DE ALCOHOL A NO MÁS DE UN TRAGO POR DÍA



AMAMANTE A SUS HIJOS



Recuerde: se puede tratar el cáncer de mama que se detecta de forma precoz. Hable hoy con su equipo de atención médica acerca de su salud mamaria.