

# Cáncer de mama:

Prevención y detección  
Identificar, reducir, prevenir



## ¿Qué es el cáncer de mama?

El cáncer de mama comienza cuando las células sanas de las mamas cambian y se multiplican sin control y, en general, forman una masa llamada tumor. El cáncer de mama es el tipo de cáncer más frecuente en Estados Unidos, a excepción de los cánceres de piel. Los hombres también pueden desarrollar cáncer de mama.

## ¿A qué debe prestar atención?

- Un bulto o dolor en la mama
- Aumento del grosor o hinchazón en parte de la mama.
- Irritación o hundimiento en la piel de la mama
- Enrojecimiento o descamación en la mama
- Hundimiento del pezón o dolor en la zona del pezón
- Secreción del pezón que no sea leche, en especial sangre
- Cambio en el tamaño y la forma de la mama

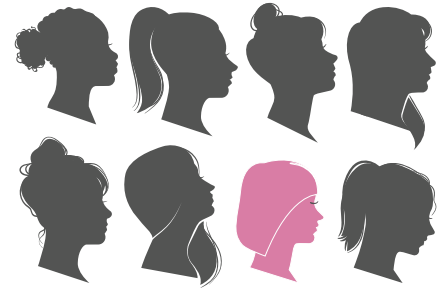
## Qué puede hacer al respecto:

- Si tiene antecedentes familiares de cáncer de mama, hable con su médico sobre pruebas genéticas y otras formas de reducir el riesgo
- Mantenga un peso saludable
- Haga ejercicio con regularidad
- Limite las bebidas alcohólicas
- Amamante a sus niños
- Familiarícese con el aspecto del pecho y preste atención a los cambios
- Mamografía
- Imagen por resonancia magnética (IRM) de las mamas
- Sepa qué es normal para sus mamas:  
[www.acog.org/womens-health/faqs/mammography-and-other-screening-tests-for-breast-problems](https://www.acog.org/womens-health/faqs/mammography-and-other-screening-tests-for-breast-problems)

Fuentes:

[https://www.cdc.gov/cancer/breast/basic\\_info/index.htm](https://www.cdc.gov/cancer/breast/basic_info/index.htm)

<https://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/about/how-common-is-breast-cancer.html>



# 1 de cada 8\*

mujeres tendrá un diagnóstico de cáncer de mama en su vida.

## HÁGASE UNA PRUEBA DE DETECCIÓN

¡Para obtener más información y comenzar hoy, puede llamar, enviar mensajes de texto, escanear el código o visitar nuestra página!

Mensaje de texto: Envíe "SCREEN" al 43386

Teléfono: 833.727.3665

Visite: [go.rutgers.edu/BreastCancer](https://go.rutgers.edu/BreastCancer)

Escanee:



Rev. 08.29.2024