Cáncer de mama

Pasos para un autoexamen mamario[1]

La autoexploración puede efectuarse ante un espejo para apreciar cualquier cambio en el color y textura de los senos. Una vez observadas ambas mamas, el examen se completa con una palpación.

1.- Siéntese frente al espejo y observe si hay diferencias entre las mamas (hundimientos localizados, retracciones o modificaciones en la forma o posición del pezón).
2:- Levante los brazos y observe si aparecen anormalidades.
3.- Acostada, palpe cada mama con la mano opuesta haciendo pequeños movimientos circulares alrededor del pezón. Palpe despacio y en círculos toda la mama.
4.- Comprima la zona del pezón y observe si sale algún tipo de líquido por el mismo[1.]

El poder está en tus manos…

Autoexamínate por lo menos una vez al mes:

Referencia:
1.- 19 de Octubre [Internet]. Edu.ar. 2018 [citado el 25 de octubre de 2021]. Disponible en: https://www.unc.edu.ar/vida-estudiantil/19-de-octubre

Aviso: Material educativo elaborado por Dr. Reddy’s Laboratories Chile SpA, se recomienda consultar con su médico tratante.JTNDbWV0YSUyMHByb3BlcnR5JTNEJTIyb2clM0FpbWFnZSUyMiUyMGNvbnRlbnQlM0QlMjJodHRwcyUzQSUyRiUyRnd3dy5kcnJlZGR5cy5jbCUyRndwLWNvbnRlbnQlMkZ1cGxvYWRzJTJGMjAyMSUyRjEwJTJGY2FuY2VyX21hbWFfMTA4MHgxMDgwX01lc2EtZGUtdHJhYmFqby0xLWNvcGlhLTMuanBnJTIyJTIwJTJGJTNF