

# ¿Como prevenir el cáncer de mama?

Encuentre cáncer de mama a tiempo con un examen regular

## ¿Qué es cáncer de mama?

El cáncer de mama es cuando células en los senos crecen de forma descontrolada. Las células usualmente forman un tumor o un bulto que se puede ver con rayos o a veces tocar.

Es importante encontrar y tratar esta enfermedad a tiempo antes que se disperse para otras partes del cuerpo.

**Hay opciones de exámenes gratis y a bajo costo**

Revise la parte de atrás de la hoja

## ¿Quien necesita hacerse el examen?

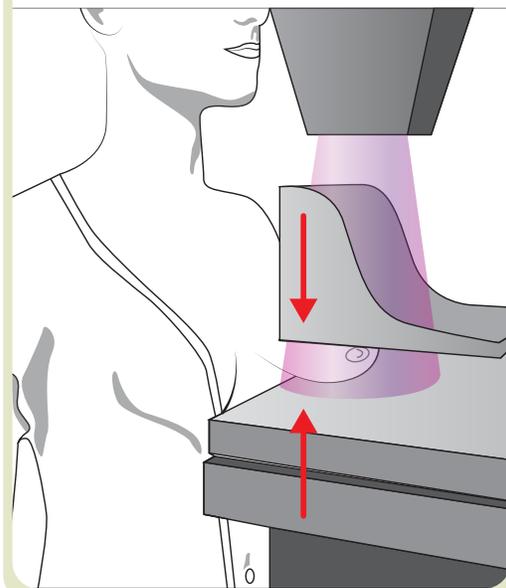
Edad	¿Qué hacer?
Menores de 40	Hable con su doctor
40 - 49	Hable con su doctor
<b>50 - 74</b>	<b>Una mamografía cada 2 años</b>
75+	Hable con su doctor

## ¿Qué es el examen?

Una **mamografía** es un rayo X de los senos.

Lugares donde puede hacerse una mamografía:

- Oficina del doctor
- Centro de salud comunal
- Hospital
- Mamografo móvil



## ¿Quién debería examinarse tempranamente?

Tiene un alto riesgo de cáncer de mama si:

- Usted o alguien de su familia tuvo cáncer de mama
- Usted tuvo terapia de radiación en su pecho o mama
- Usted tuvo su primer periodo menstrual antes de los 12 años
- Usted tuvo su primer bebe antes de los 30 años, o nunca tuvo un embarazo a termino
- Su madre usó DES tratamiento de estrógeno para prevenir abortos, y usted nació entre 1940-1971

**⚠ Si alguien en su familia tuvo cáncer de mama, hable con su doctor para hacerse exámenes tempranamente.**

**Hable con su doctor si usted tiene alto riesgo y pregúntele si se debería hacer el examen tempranamente.**



¿Debería hacerme el examen para cáncer de mama?



## Pagando por el examen:

### Seguro de salud

Los exámenes de cáncer de mama son gratis con seguro de salud

### Programa de cuidado de mujeres

Paga por exámenes de cáncer de mama si usted:

- Tiene entre 45-65 años
- No tiene seguro de salud, o necesita ayuda para pagar por el examen de cáncer de mama
- Tiene un ingreso familiar mensual entre:

Tamaño familiar	1	2	3	4	5
Ingreso mensual	\$0-\$2,685	\$0-\$3,523	\$0-\$4,444	\$0-\$5,365	\$0-\$6,285

Considere el ingreso de todas las personas en su familia

Llame al 2-1-1 para encontrar el Programa de cuidado de mujeres cerca usted.

Si necesita tratamiento, podría calificar para Medicaid Cuidado de Mujeres. Este es un programa diferente que cubre los costos de tratamientos y servicios.

Llame al 608-266-1720 para postular.

### Centro comunal de salud

Pueden hacerle un examen de mama con descuento, según el ingreso y el tamaño familiar.

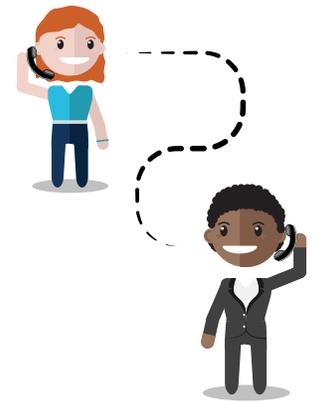
Llame al 2-1-1 para encontrar el Centro de salud comunal cerca usted.



Developed by:  
**covering**  
**Wisconsin**  
Connect to Care, Engage in Health  
[www.coveringwi.org](http://www.coveringwi.org)

### ¿Qué es el 2-1-1?

2-1-1 es una línea de ayuda de United Way que conecta personas con ayuda local en la comunidad.



Marque 2-1-1 desde cualquier teléfono. Se habla Español.

## ¿Cómo puedo bajar el riesgo del cáncer de mama?

- Ejercítense con frecuencia
- Mantenga un peso saludable
- Limite el consumo de alcohol. Si toma, no más de 1 bebida por día.
- Hable con su doctor sobre medicación y otras formas de disminuir el riesgo.
- Si usa pastillas para control del embarazo o toma hormonas para los síntomas de la menopausia, hable con su doctor sobre los riesgos de cáncer de mama.



¿Que es una bebida?