

CONMEMORAMOS

El Día

Internacional de la

**LUCHA CONTRA EL
CÁNCER DE MAMA.**

En Argos estamos convencidos de que la seguridad y la salud son un compromiso de todos. Por eso, una vez más, nos sumamos a la conmemoración del Día Internacional de la Lucha Contra el Cáncer de Mama este 19 de octubre, con el fin de generar consciencia sobre la importancia de su detección y tratamiento oportuno.



**¿SABES
QUÉ ES?**

El cáncer de mama es la proliferación anormal y desordenada de células mamarias que conduce al crecimiento de un tumor dentro de la mama, el cual tiene la capacidad de migrar hacia otros órganos. Según datos de la Organización Mundial de la Salud, se trata del tipo de cáncer más común, con más de 2,2 millones de casos reportados en 2020, y es la principal causa de mortalidad en las mujeres, aunque también puede afectar a los hombres*.

CINCO DATOS SOBRE EL CÁNCER DE MAMA:

1



1 de cada **12** mujeres enfermarán de cáncer de mama a lo largo de su vida.

2

En **2020** alrededor de **685.000** mujeres fallecieron como consecuencia de esta enfermedad.

3



La mayoría de los casos de cáncer de mama y de las muertes por la enfermedad se registran en **países de bajos y medianos ingresos.**

4

Las características que se asocian con un mayor **riesgo de desarrollar cáncer de mama** incluyen la obesidad, el consumo de alcohol y tabaco, los antecedentes familiares, reproductivos y hormonales; y la exposición a la radiación.



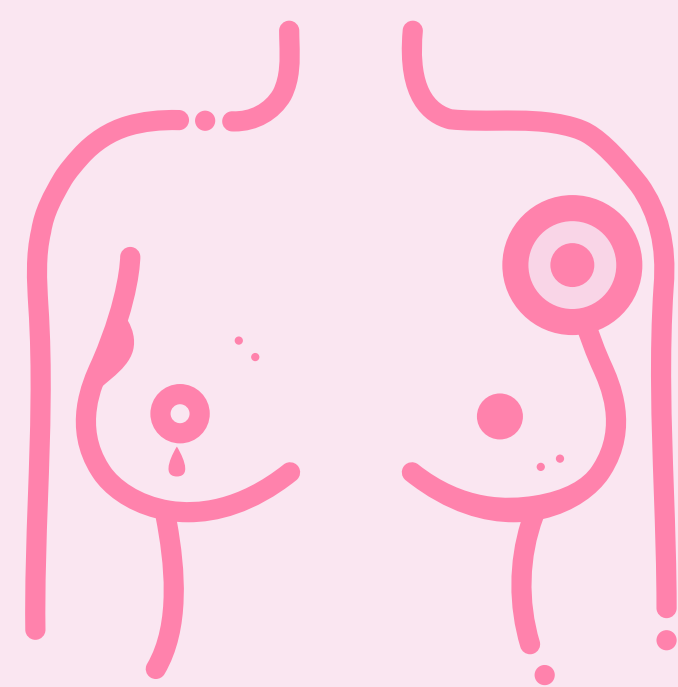
5

El tratamiento puede ser eficaz, especialmente cuando la enfermedad se detecta a tiempo. Por lo general, implica cirugía en ocasiones y radioterapia o farmacoterapia



PRINCIPALES SIGNOS Y SÍNTOMAS:

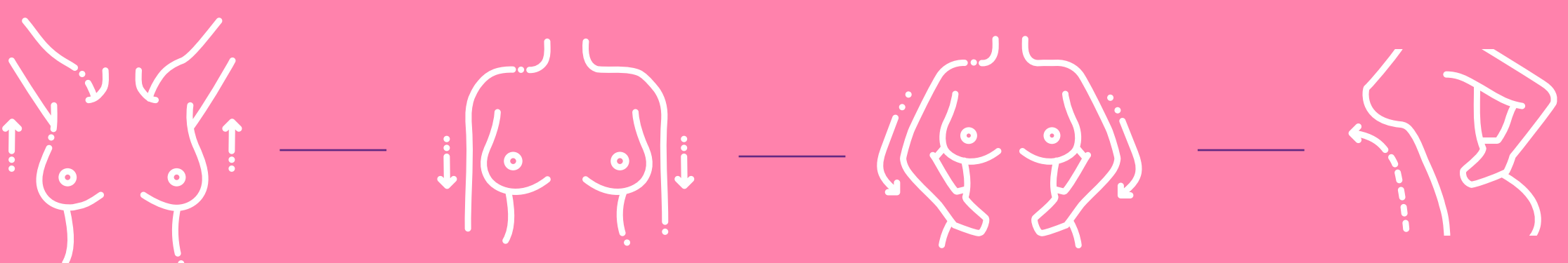
- Presencia de masas o bultos en los senos o en las axilas.
- Endurecimiento o hinchazón de una parte de las mamas.
- Enrojecimiento o descamación en el pezón o las mamas.
- Hundimiento del pezón o cambios en su posición.
- Salida de secreción por el pezón en periodos diferentes a la lactancia.
- Cualquier cambio en el tamaño o forma de las mamas.
- Dolor en cualquier parte de las mamas o axilas.
- Inflamación debajo de la axila o alrededor de la clavícula.



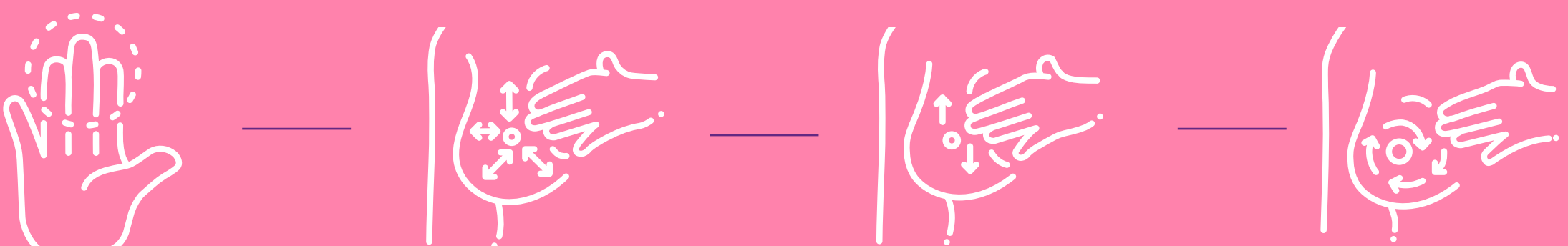
**Y, LO MÁS IMPORTANTE,
¿CÓMO PREVENIRLO?**

Realizar actividad física, alimentarse saludablemente, evitar el sobrepeso, disminuir el consumo de alcohol, así como el amamantamiento pueden reducir el riesgo de padecer cáncer de mama. Sin embargo, la mejor forma de prevención está en tus manos:

• HAZTE EL AUTOEXAMEN •



Revisa frente al espejo los senos con los brazos en diferentes posiciones.



Utiliza suavemente las yemas de los dedos para palpar con movimientos del centro hacia afuera, verticales y manecillas del reloj.

*Cifras y datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS).