

MASTOGRAFÍA

La mastografía ayuda a detectar el cáncer de mama en sus etapas iniciales, cuando aún no es posible que se pueda palpar por el médico o por usted misma.

Mastografía de detección: Se dirige a mujeres sin síntomas de 50 a 69 años de edad y en las de 40 a 49 años con factores de riesgo.

Mastografía de diagnóstico: Se realiza cuando la mujer tiene síntomas en los pechos y debe efectuarse lo más pronto posible.

LA
DETECCIÓN
TEMPRANA
ES
TU
MEJOR
ALIADA. 

Un trabajador sano es un
trabajador productivo.®

ULTRASONIDO

Si tienes menos de 40 años y percibes alteraciones en tu seno, se recomienda la realización de **Ultrasonido** de mama bilateral para la identificación oportuna de posibles lesiones.



Servicio Médico Universitario cuenta con Ultrasonido.



Ubicados en Dr Eliseo Ramírez Ulloa 400 "Ex Hospital Civil, Col. Doctores, 42090 Pachuca de Soto, Hgo.

Horarios: Lunes – Viernes

9:00 – 14:00 Horas

Solicita tu cita aquí



/Servicio Médico Universitario



7172000 – Ext. 2371, 2374

SIN COSTO PARA TODA LA
COMUNIDAD UNIVERSITARIA

CÁNCER DE
MAMA

TÓCATE PARA
QUE NO TE TOQUE



¿QUÉ ES EL CÁNCER DE MAMA?

El Cáncer de Mama es un tumor maligno que se desarrolla en la mama y puede invadir los tejidos que están alrededor y otros órganos.



FACTORES DE RIESGO



Edad avanzada



Menstruación a temprana edad



Edad avanzada en el primer parto



Antecedentes familiares



Nunca haber dado a luz



Consumo de alcohol

SÍNTOMAS

- ✗ Dolor de las mamas
- ✗ Secreción mamario o con sangre
- ✗ Deformidad de la mama
- ✗ Presencia de bolitas
- ✗ Hundimiento del pezón
- ✗ Piel rugosa
- ✗ Formación de hoyuelos en la piel

¿CÓMO REDUCIR EL RIESGO?

- ✗ Cuidar el peso corporal
- ✗ Practicar ejercicio
- ✗ Tener una alimentación rica en frutas y verduras.
- ✗ No consumir tabaco ni alcohol.
- ✗ Realizarse un autoexamen de mama mensualmente.
- ✗ Realizarse una mastografía cada año a partir de los 40 años.

RECOMENDACIONES

- ✗ La **autoexploración** permite detectar cualquier cosa rara en las mamas.
- ✗ Si tienes más de 40 años, una opción para ir más a fondo es la **mastografía**.



AUTOEXPLORACIÓN

1  Con los brazos abajo, fíjate si alguna de tus mamas está deformada, si hay cambio de color o está hundido.

2  Coloca las manos en la cadera. Inclínate un poco hacia adelante y busca alguno de los cambios mencionados.

3  Ahora observa los cambios, pero con los brazos extendidos hacia arriba.

4  De pie, con una mano detrás de la cabeza explora toda la mama con movimientos circulares desde la axila hasta el pezón.

5  Efectúa todas las maniobras anteriores, pero ahora acostada y con una almohada bajo tu espalda.

6  Termina tu exploración apretando el pezón y observa si hay salida de líquido anormal.