



O.S.C.O.E.M.A.
Obra Social de la Confederación de Obreros y Empleados Municipales
Argentina



PROGRAMA DE PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE MAMA

El cáncer de mama es una patología frecuente en la mujer. Se trata de la proliferación desordenada de células pertenecientes a distintos tejidos de la glándula mamaria. Se considera que los siguientes factores aumentan el riesgo de desarrollar la enfermedad:

- Edad mayor de 35 años
- Antecedentes familiares de cáncer de mama
- Menarca precoz o menopausia tardía
- Mujeres que no han tenido hijos o que no han dado de mamar
- Consumo de alcohol y tabaquismo
- Dieta muy rica en grasas y exceso de peso

En la actualidad es alta la posibilidad de tratamiento exitoso, siempre que se detecte precozmente. La Obra Social desarrolla este Programa de Prevención para lograr que las mujeres:

- Dispongan de la información completa y adecuada sobre la patología.
- Incorporen las conductas de prevención.
- Conozcan la importancia de la detección precoz, asumiendo su responsabilidad en ello.
- Incorporen la práctica del auto examen de mama.
- Concurran periódicamente al especialista y realicen los controles mamográficos anuales y ecográficos según indicación.

¿Cómo realizar el auto examen de mamas?

- Realizar una suave palpación rotatoria de ambas mamas para reconocer su estructura habitual: Se podrán detectar durezas localizadas o zonas dolorosas.
- Frente al espejo observar las mamas: 1) con los brazos levantados 2) con las manos en la cintura. Observar la presencia de: bultos, zona de hundimiento, eczema o enrojecimiento, pezón retraído o desviado, característica de secreción del pezón al apretarlo suavemente.
- Cualquiera de los detalles observados debe ser inmediatamente consultado con el médico.
- Realizar el auto examen de mamas no exime de realizar el control ginecológico periódico.

Se recuerda a la población beneficiaria femenina mayor de 35 años, la importancia de ingresar en el Programa de prevención y no abandonarlo
Consultar con el especialista el modo de ingreso

Recomendamos que visiten los siguientes LINKS para más información:

<https://www.argentina.gob.ar/salud/cancer/tipos/cancer-de-mama>

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>

<https://www.paho.org/es/temas/cancer-mama>

Recuerde que puede acudir a su Delegación más cercana para más información y asistencia médica.