

**Sí tengo dolor en la mama, ¿puedo tener cáncer?**

Al presentar dolor en la mama se recomienda acudir a un médico para una revisión. Es importante recordar que al inicio de la menstruación se puede presentar dolor en las mamas como consecuencia de los cambios hormonales.

**¿Quién debe hacerse un ultrasonido mamario?**

Las jóvenes que tengan sospecha de tumor y las mujeres embarazadas. También se recomienda para todas las mujeres mayores de 40 años como complemento de la mastografía.

**¿La lactancia me protege del cáncer de mama?**

La lactancia materna tiene beneficios tanto para el bebé como para la madre, ya que disminuye levemente la posibilidad de desarrollar cáncer de mama.



Nueva York N°. 38, Col. Napoles,  
C.P. 03810, Mexico D.F.

Tel: 015556690211  
buzon@femecog.org.mx

**Federación Mexicana de Colegios de  
Obstetricia y Ginecología A.C.**

Ante cualquier duda acude a tu servicio de salud  
más cercano o consulta a tu médico

**Te invitamos a entrar a la página  
[www.femecog.org.mx](http://www.femecog.org.mx)  
para mayor información**



**DETECCIÓN DE  
CÁNCER DE MAMA**



**DETECCIÓN DE  
CÁNCER DE MAMA**

Federación Mexicana de Colegios  
de Obstetricia y Ginecología A.C.

## Detección de cáncer de mama

El cáncer de mama es el más frecuente en la mujer y puede presentarse desde temprana edad.

### ¿Qué factores influyen en su aparición?

- \* Historia familiar de cáncer de mama.
- \* No haber tenido hijos.
- \* Problemas de obesidad y sobrepeso.
- \* Tener más de 40 años de edad.

### ¿Qué es la detección de cáncer de mama?

Es la exploración de la mama a través de tres acciones principales, que tienen como objetivo su detección en una etapa temprana.

Diagnosticar el cáncer de mama en esta primera etapa ofrece una mayor probabilidad de recuperación a través de un tratamiento menos agresivo.

### ¿Cuáles son estas tres acciones?

Autoexploración.  
Revisión por parte de un médico.  
Mastografía.

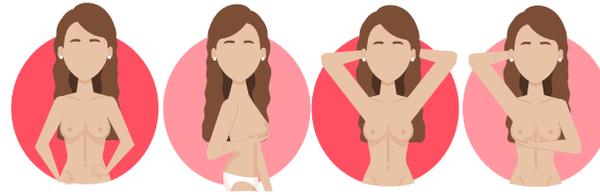
## Autoexploración

Es la exploración que la mujer se realiza a sí misma en las glándulas mamarias y en la zona de las axilas. Este examen debe realizarse desde la pubertad con la orientación de un ginecólogo para conocer todo lo relacionado a las glándulas mamarias y sus cambios.

### ¿Cómo se realiza?

El examen se efectúa utilizando el dedo índice, medio y anular, realizando movimientos circulares de adentro hacia afuera en toda la mama y apretando suavemente el pezón. El examen en la mama izquierda se hace con la mano derecha e inversamente.

Se recomienda su realización después del ciclo menstrual, así como escoger un día al mes para efectuarlo.



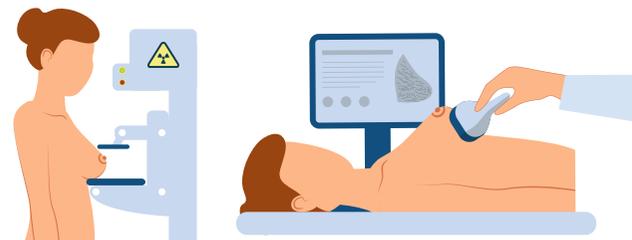
### Revisión por parte de un médico

Se recomienda acudir anualmente a su médico personal o al ginecólogo. El profesional de la salud determinará si se necesitan otros estudios.

## La mastografía

La Norma Oficial Mexicana para la detección de cáncer de mama establece que la mastografía debe efectuarse a partir de los 40 años de edad, cada dos años.

El médico indicará otros estudios secundarios (ultrasonido, biopsia, entre otros) de ser necesario.



### ¿Cuándo acudir al médico?

- Tumor de aparición temprana en mama o axila.
- Presencia de lesiones (úlceras o manchas) en la piel.
- Expulsión de sangre a través del pezón.
- Crecimiento irregular de las glándulas mamarias.

## Preguntas frecuentes:

### ¿Qué es el cáncer de mama?

Es el desarrollo anormal de las células mamarias. Cuando estas células malignas se agrupan forman un tumor que si no es controlado se traslada a otras partes del cuerpo, como los pulmones, los huesos y el hígado, afectando su estructura y función. Esto es lo que realmente causa la muerte de las pacientes.

### ¿La mastografía es peligrosa?

No es peligrosa. Es un estudio con poca radiación realizado por profesionales de la salud.

### ¿Si no tengo familiares con cáncer de mama y tuve hijos joven, estoy protegida?

No, si bien al no presentar factores de riesgo a posibilidad es menor. Cualquier mujer puede desarrollar cáncer de mama por lo que es importante acudir periódicamente al médico.