

EL CÁNCER DE MAMA

es la primera causa de muerte por cáncer en mujeres mexicanas

Tú puedes disminuir el riesgo de cáncer de mama si:

- Tienes una dieta saludable.
- Disminuyes los alimentos procesados, ricos en grasas.
- y azúcar (galletas, pasteles, frituras y refrescos).
- Realizas actividad física de 30 a 60 minutos todos los días.
- Elimina el consumo de alcohol y tabaco.

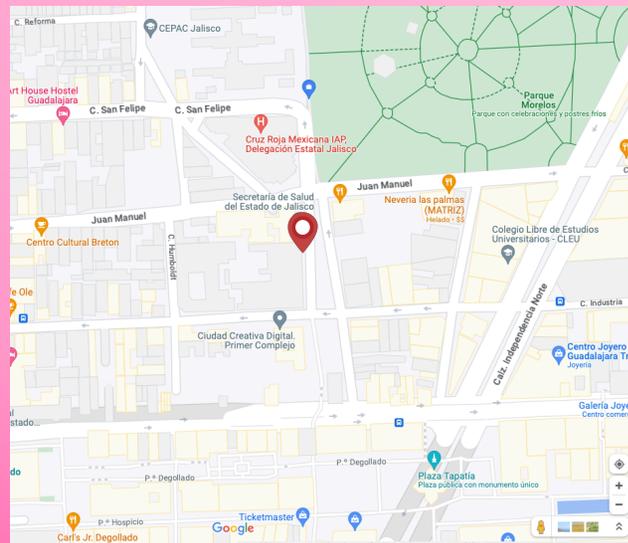


Por cuidarte y acudir a tu unidad de salud

PROGRAMA DE CÁNCER DE LA MUJER, OPD. SERVICIOS DE SALUD JALISCO

Calle Dr. Joaquin Baeza Alzaga
107, Col. Centro,
Guadalajara Jalisco.

TEL 3330305000 ext. 35070,
35069



EL CÁNCER DE MAMA

puede ser curable si se detecta a tiempo

Si tienes 20 años o más autoexplorar tus mamas es una forma de detectar alguna anomalía

Debes acudir una vez por año a tu unidad de salud para que personal médico capacitado te realice un **examen clínico** de las mamas y si **tienes 40 años o más**, debes realizarte una **mastografía** cada dos años



Mastógrafo

PODRÁS CONSULTAR TU *RESULTADO (disponible 5 días después de realizarlo) EN:

<https://camujal.site/#resultado>



Necesitaras: Tu Nombre:

ID Estudio:

¡ESTOS SERÁN LOS POSIBLES RESULTADOS!

y lo que deberás de hacer cuando lo sepas:

-> Si tu estudio resulta **NORMAL** ó con hallazgos benignos (**BIRADS 1** ó **BIRADS 2**), deberás realizarte una nueva mamografía en **2 años**, siempre y cuando estés entre los **40 a 69 años**.

-> A las mujeres con resultado probablemente benigno (**BIRADS 3**) se les realiza una mamografía cada **6 meses** por **2 años**, deberás preguntar en tu Centro de Salud por la próxima visita de la unidad de mamografía a tu localidad ó sacar tu cita en WWW.CAMUJAL.SITE cuando se acerque la fecha.

-> Cuando se obtiene un resultado **BIRADS 0**, **BIRADS 3** será necesario realizar un ultrasonido mamario complementario antes de poder entregarte el estudio de mamografía inicial, estas mujeres reciben seguimiento individual por el personal del Programa de Cáncer de la Mujer para la cita de ultrasonido.

-> Y por último a las mujeres con resultado **BIRADS 4**, **BIRADS 5**, son contactadas para un revisión por médico especialista, ahí tendrán el estudio de mamografía inicial, estas mujeres reciben seguimiento directo por el Centro de Invitación Organizada y Seguimiento en coordinación con el Centro de Salud ya que antes de acudir será necesario ir por una Referencia o Pase a la clínica de especialidades