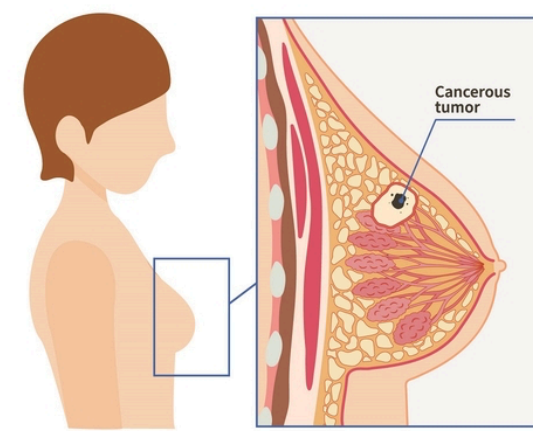


Concientización sobre el cáncer de mama



¿Qué es el cáncer de mama?

“Células mamarias anormales que crecen sin control y forman un tumor que puede propagarse si no se trata”.

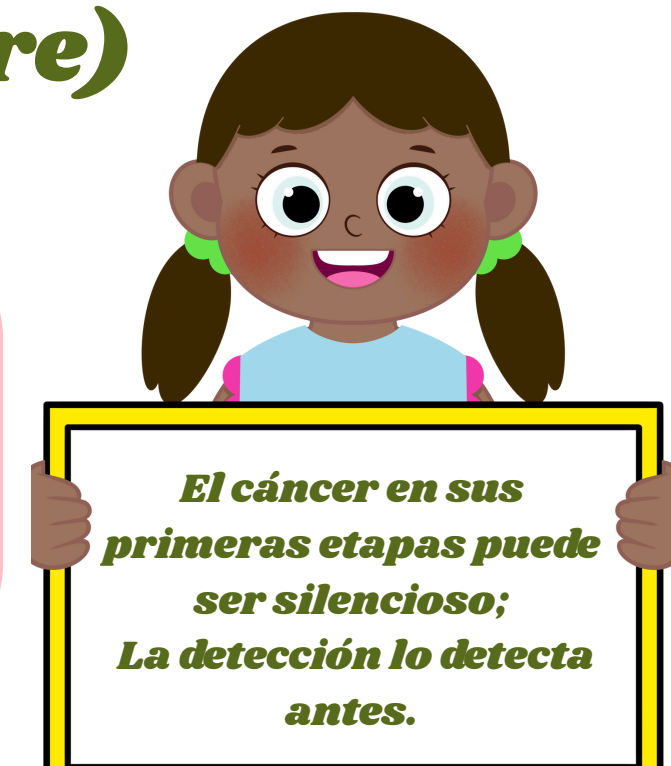


Una mamografía rápida puede detectar cambios antes de que se forme un bulto.

**Hazte chequeos.
Protégete.
Conéctate.**

Conozca las señales (no las ignore)

- Nuevo bulto en el seno o la axila
- Cambio de tamaño o forma
- Hoyuelos, enrojecimiento y engrosamiento de la piel
- Secreción o dolor en el pezón



Guía de detección (USPSTF 2024)

- Edades 40 a 74 años: Mamografía cada 2 años (riesgo promedio).
- 75+: La evidencia es insuficiente: decida con su médico.
- Personas de alto riesgo (p. ej., BRCA, radiación torácica previa, cáncer de mama previo): seguir las indicaciones del especialista.



Hazlo esta semana (3 sencillos pasos)

- 1 Verifique su elegibilidad para una evaluación gratuita o de bajo costo.
- 2 Reserva tu mamografía (dura unos 20 minutos).
- 3 Preséntese con una identificación o seguro si lo tiene (no es obligatorio para los clientes elegibles para NJCEED).

Escanee este código QR para encontrar centros de detección en Nueva Jersey



Prevención que puedes empezar hoy

1. Manténgase activo y mantenga un peso saludable
2. Limitar el alcohol
3. No fume
4. Conozca su historia familiar
5. Pregunte sobre asesoramiento genético si está indicado.



Empowering Communities
for Health Equity and Social Justice

La detección temprana salva vidas. Hazte la prueba y recuérdaselo a un amigo hoy mismo.