«Hacerme las pruebas fue lo mejor que hice en mi vida».

«Necesito estar ahí para mi familia».

¿Necesita más información?

Instituto Nacional del Cáncer
1-800-4-CANCER (1-800-422-6237)
www.cancer.gov/español

***Cancer Answers* (Programa de Respuestas sobre el Cáncer) de Moffitt**
1-888-MOFFITT (1-888-663-3488)
www.moffitt.org/español

Sociedad Americana del Cáncer
1-800-227-2345
www.cancer.org/español

Hablemos de cáncer de seno y de cáncer de cuello de la matriz.
Por su salud, por su familia.

TBCCN Tampa Bay Community Cancer Network at H. Lee Moffitt Cancer Center & Research Institute

MOFFITT CANCER CENTER

Llámenos al 1-866-84-TBCCN (1-866-848-2226) o visite WWW.TBCCN.ORG (haga clic en el enlace «Español»).

Esta publicación fue posible gracias a la subvención n.° U01 CA114627 del CRCHD. Los contenidos de este folleto son responsabilidad exclusiva de los autores y no representan necesariamente las opiniones oficiales del NCI.

9/2010 RL: 5

TBCCN Tampa Bay Community Cancer Network at H. Lee Moffitt Cancer Center & Research Institute

Hablemos de cáncer de seno y de cáncer de cuello de la matriz

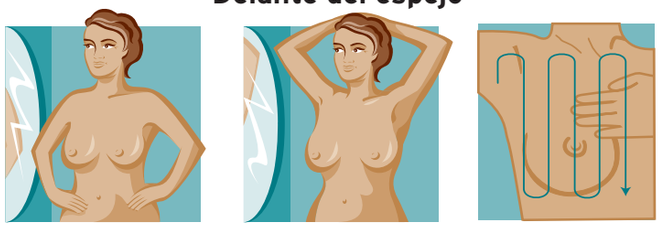
Cuatro maneras de cuidar de su salud

1 Incorpore el autoexamen de los senos a su vida

Sepa lo que es normal para usted. Examínese los senos una vez al mes. Espere 7 días después de terminar el período (ciclo). Si no tiene períodos, examínese el mismo día todos los meses.

Busque si hay cambios en el color, tamaño o aspecto de los senos.

Delante del espejo



Palpe los senos para ver si nota bultos (bolitas), y hable con su médico si tiene preguntas o inquietudes.

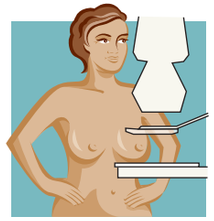
Acostada | **Use las yemas de los dedos** | **En la ducha**

2 Hágase chequeos de los senos con un médico o una enfermera

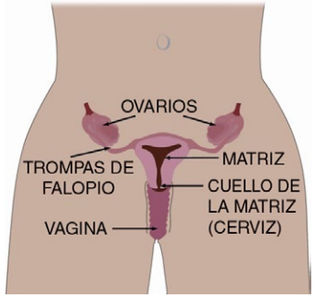
Cuando se haga la prueba de Papanicolau o los chequeos habituales.

3 Hágase una mamografía (radiografía de los senos)

Cada 1 o 2 años si tiene 40 años o más, o antes si hay antecedentes de cáncer de seno o de ovario en su familia.



4 Hágase la prueba de Papanicolau a los 21 años a más tardar



En la prueba de Papanicolau se examina el cuello de la matriz para ver si existen células anormales que pudieran convertirse en cáncer de cuello de la matriz. El cáncer de cuello de la matriz viene causado por el virus del papiloma humano (VPH), que se contagia por el contacto sexual.

Pregunte a su médico todos los años cuándo debe hacerse usted la prueba de Papanicolau.