



---

## **Comité de Seguridad, Salud y Ambiente**

---



# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



*El 19 de octubre es el Día Internacional de la Lucha contra el Cáncer de Mama*



# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



## El cáncer de mama

Según los datos del Registro Nacional de Tumores, en el área metropolitana de San Salvador el cáncer de mama representa la cuarta causa de muertes por tumores malignos en el sexo femenino.

A continuación, te presentamos la información básica sobre el cáncer de mama: qué es, qué lo provoca y cómo detectarlo.

## Causas y síntomas

# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



## ¿Qué es el cáncer de mama?

Es un crecimiento maligno, anormal y desordenado de las células del tejido mamario. El cáncer se puede extender fundamentalmente a los ganglios linfáticos cercanos y, con menor frecuencia, a órganos a distancia (pulmones, pleura, hueso, pelvis e hígado). Su diagnóstico es raro en mujeres por debajo de los 30 años y en hombres (aunque posible).



Se presenta con mayor incidencia entre los 45 y 65 años, y el riesgo aumenta después de la menopausia.

## Causas y síntomas

# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



## Causas

- La edad y los antecedentes de salud pueden afectar el riesgo de padecer cáncer de mama.
- En algunas ocasiones, el cáncer de mama es causado por **mutaciones (alteraciones) genéticas heredadas**.



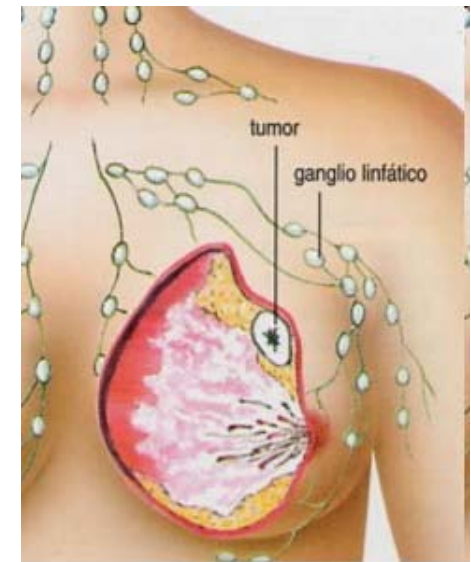
## Causas y síntomas

# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



## Signos y síntomas

- Masa o engrosamiento en la mama o cerca de ella, o en el área debajo del brazo.
- Cambio en el tamaño o la forma de la mama.
- Huevo o arruga en la piel de la mama.
- Pezón que se vuelve hacia adentro de la mama.
- Líquido que sale del pezón y que no es leche materna; especialmente si es sanguinolento.
- Piel con escamas, roja o hinchada en la mama, el pezón o la aréola (área oscura de piel que rodea el pezón).
- Huecos en la mama parecidos a la piel de la naranja.



## Causas y síntomas



# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



## Cómo detectarlo y prevenirlo

- Examina las mamas.
- Realiza un examen ginecológico regular/anual.
- Realiza una mamografía de base entre los 35 y 40 años; posteriormente, una revisión periódica al menos una vez al año.

## Tratamiento

- Cirugía para extirpar los nódulos, bultos o ganglio linfáticos.
- Extirpar todo el pecho.
- Terapia radiactiva.
- Quimioterapia y hormonas.

# Tratamiento y prevención

# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



## Recomendaciones

- A partir de la primera menstruación, es importante que la adolescente se empiece a palpar la mama.
- Tocarse el pezón presionando con el dedo pulgar y el índice. Si sale un líquido blanco, no hay problema; si el líquido es oscuro, es recomendable que se realice la mamografía.
- Si se tiene quistes o bolitas de grasa, lo mejor es retirarlos para prevenir el cáncer y otras enfermedades.
- Es recomendable no usar desodorante por las noches para que las células puedan respirar.
- Cuidar la alimentación, realizar ejercicios y asistir periódicamente al médico.

## Tratamiento y prevención



# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



## Tratamiento y prevención

# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



## Charla sobre cáncer de mama

El 25 de octubre pasado se llevó a cabo una charla informativa y preventiva sobre el cáncer de mama, que fue impartida por la doctora Zulma Echeverría, en coordinación con la Clínica de Salud de la UCA.

La actividad se realizó en el auditorio del Edificio de Aulas "D" y contó con la asistencia de empleadas de la Universidad.



**Comité en acción**

# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



Durante el evento, Ana Beatriz Castellanos, quien labora en Talleres Gráficos, contó su testimonio, pues en octubre de 2010 fue diagnosticada con cáncer de mama. En su intervención, explicó en qué consiste el tratamiento y lo que es vivir con la enfermedad.

Manifestó que, al principio, se sorprendió que le descubrieran cáncer y que esto le causó miedo. Por ello, enfatizó en la importancia de prevenir la enfermedad realizándose exámenes periódicos.



## Comité en acción

# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



*¡No olvides  
hacerte el examen  
de mamografía y  
visitar a tu  
ginecólogo(a)  
regularmente!*



**Comité en acción**

**¡Eduquémonos en prevención de  
riesgos y enfermedades  
laborales!**

**Generemos una cultura de  
prevención**

