

¿ESTÁS BRINDANDO LA ATENCIÓN NECESARIA A TUS SENOS?

Los senos son sin duda nuestro primer contacto hacia el placer, basta recordar la fruición con que succiona el lactante o el reposo del amante sobre el pecho. Desde los descomunales implantes de silicona de antaño hasta la imperceptible protuberancia de las actuales modelos de pasarela; los senos se han erigido como zona privilegiada de la anatomía femenina. Sin embargo, exceptuando la estética, las mujeres nos olvidamos del cuidado de los senos y como resultado de este "descuido" muchas mueren de cáncer de seno. ¿Desconocimiento o desidia? ¿Y tú, estás brindando la atención necesaria a tus senos?

Cuando se habla de cáncer del seno nos atemorizamos porque desconocemos que:

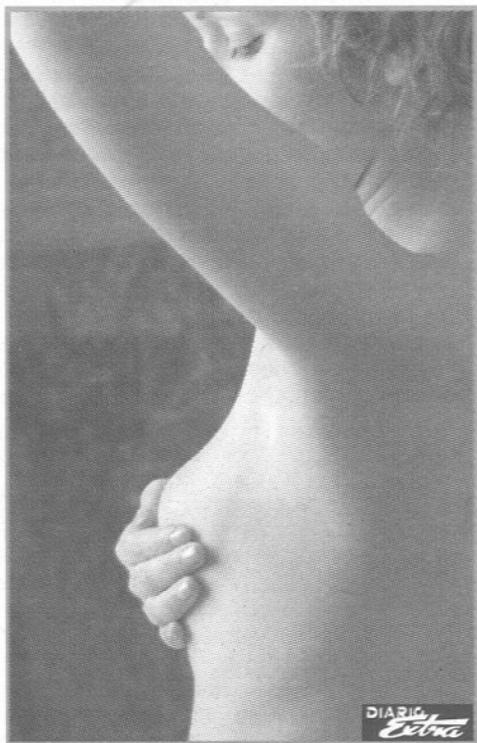
La autoexploración cotidiana puede salvar tu vida. Al tener conocimiento de nuestros senos podemos detectar cualquier anomalía (bolitas, cambios en la piel, secreciones) inmediatamente. Es muy importante remarcar que la autoexploración de los senos debe ser mensual porque si el cáncer se detecta de manera temprana existen muchas posibilidades de un tratamiento exitoso.

Cualquier mujer puede presentar cáncer de seno. Si bien en medicina existe lo que se denomina factor de riesgo (casos de cáncer en la familia, fumar, menstruación antes de los 10 años, menopausia después de los 50 años, obesidad) la mayoría de los casos de cáncer de mama ocurren en mujeres que no tenían el riesgo, es decir, todas estamos expuestas.

No toda bolita es un cáncer. Los diversos periodos hormonales son responsables de algunas alteraciones en los senos, una mujer entrenada en el autoexamen podrá perfectamente distinguir entre un cambio menstrual o un signo o síntoma anormal. Finalmente serán los exámenes médicos los que determinen si la alteración es benigna.

Cualquier alteración se debe consultar con el médico. Las alteraciones pueden ser:

- ▼ Dolor punzante en alguna parte del seno que persiste tras la menstruación.
- ▼ Cambios en la coloración o aspecto de la piel del seno, con especial atención a la aparición del aspecto de la piel de naranja.
- ▼ Protuberancias o hundimientos de la piel que cubre el seno.
- ▼ Bolitas que no se palpaban previamente y que persisten tras la menstruación.
- ▼ Secreción de líquido por el pezón que puede ser de aspecto transparente,



lechoso o con sangre.

El dolor en un seno puede ser indicativo de una enfermedad mamaria, no necesariamente cáncer. El cáncer en sus primeras etapas no produce dolor.

RECUERDA QUE EXISTEN OTROS EXÁMENES QUE PUEDEN SALVAR TU VIDA.

Después de los 25 años, lo mejor es que un especialista explore tus mamas anualmente. Y a partir de los 40 años de edad, es conveniente someterse periódicamente a una mamografía. La mamografía es un estudio que puede realizar un diagnóstico temprano del cáncer y se realiza con un aparato de Rayos X especial para mamas que, con muy baja dosis de radiación, es capaz de detectar diversos problemas que a simple vista no se ven.

Es indispensable revisar que el lugar en donde se practicará la mamografía para asegurarse que éste esté certificado por las autoridades de salud.

El cáncer mamario es la causa de muerte en las mujeres y el evitar ser parte de estadísticas está en tus manos, palpa con ellas mensualmente tus senos. También puede ayudarte tu pareja a descubrir protuberancias.