

ÚLTIMA HORA

PÁGINA 2

NACIONALES

LO MÁS LEÍDO

ESTILO EJECUTIVO

ACCIÓN

OPINIÓN

SOSTENIBILIDAD

MÁS



IMPULSO PYME

PRO SAN JOSÉ

BBC NEWS MUNDO

NOTA DE TANO

MUJER EMPRENDEDORA

FORO DE LOS LECTORES

IMPUESTOS Y SU DINERO

RANKING

ESPECIALES Y SUPLEMENTOS

FORBES CENTROAMÉRICA

NEWSLETTERS

CONTENIDOS EXCLUSIVOS

BICENTENARIO CR

BLOGS

VIDEOS

**ESPECIAL CÁNCER DE MAMA 2021**

Mujeres a partir de los 40 años deben realizarse estudios médicos anualmente

# Autoexploración, una medida necesaria para detectar a tiempo el cáncer de mama

Tratamientos pueden tener hasta un 90% de efectividad en diagnósticos tempranos

**Brenda Camarillo** bcamarillo@larepublica.net | Martes 19 octubre, 2021

**ÚLTIMA HORA**



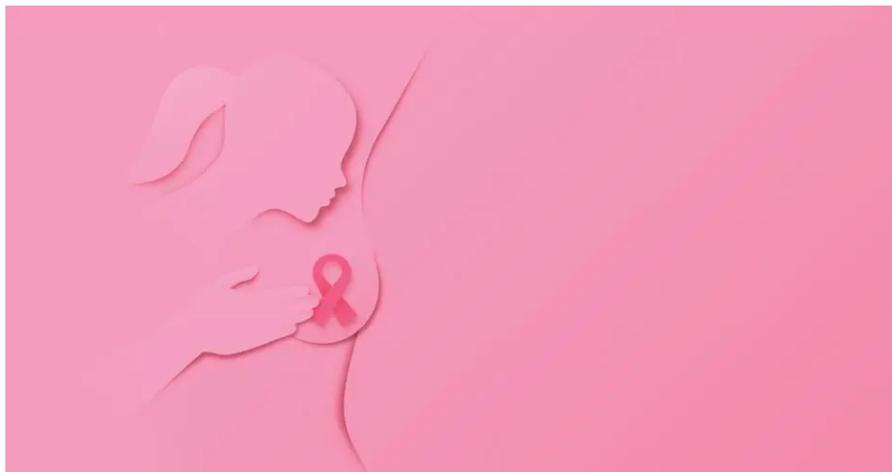
15:30 Mascarilla vuelve a Estados Unidos por nueva variante de Covid-19: ¿qué pasará en Costa Rica?



15:15 (VIDEO) Cantante mexicana Danna Paola anuncia concierto en Costa Rica



14:56 ¡Escandaloso! Investigan a más de 11 mil atletas por hacer trampa



A partir de los 20 años se recomienda auto examinarse una vez al mes para identificar bultos, anomalías, grietas, salpullidos o secreción, entre otras señales de alerta. Shutterstock/La República.



La detección temprana puede salvar la vida de las mujeres con **cáncer de mama**, al permitirles tener un diagnóstico en etapas no muy avanzadas y recibir el tratamiento adecuado para vencer la enfermedad.

Aunque los ultrasonidos y mamografías son las formas más eficientes para detectar cualquier anomalía en los senos, la autoexploración juega un papel fundamental para poder actuar a tiempo y aumentar las posibilidades de curación.

La recomendación médica es que a partir de los 40 años las mujeres se realicen estos estudios con un especialista al menos una vez al año, pero desde los 20 años se debe realizar una autoexploración mamaria una vez al mes.

Lea más: [Detección temprana la clave en la supervivencia ante el cáncer de mama](#)

Bultos no necesariamente dolorosos al tacto, anomalías en el pezón, formación de hoyuelos, alteraciones, grietas, arrugas, enrojecimiento, salpullido o inflamación en la piel del seno, y secreción anormal en el pezón, son los principales signos de alerta.

### ¿Cómo se realiza la autoexploración de seno?

De pie, con los brazos caídos, frente a un espejo, revise que sus senos mantienen el tamaño y forma de siempre.

Observe detenidamente para corroborar que no haya anomalías en su piel, forma de los senos y/o pezones.

en Maratón de México



14:33 (Video)  
**Tabacaleras tendrían que recolectar y gestionar desechos de colillas de cigarro si prospera plan del PLN**



14:07 **Presas hacia Cartago cerca de terminar por nuevo túnel**

## MÁS LEÍDAS

DÍA	7 DÍAS	30 DÍAS
-----	--------	---------



**Dos costarricenses brillan y dejan en alto al país en prestigiosos premios Napolitan de Washington**



**Rosti: La marca "esencial Costa Rica" potencia su pasión culinaria**



**¿Part time laboral?**



**5 razones que hacen a GBM University el aliado estratégico para el crecimiento de su empresa**



**Marca País: Un impulso esencial para las**

Levante los brazos y observe que no haya alguna diferencia notable entre ambos senos. Posteriormente gire su cuerpo para identificar si hay alguna alteración en el perfil de cada uno.

Para continuar con la palpación recuéstese, levante la mano derecha y con los dedos de la mano izquierda presione con firmeza haciendo pequeños movimientos para explorar toda la mama derecha. Repita este paso del otro lado.

Finalmente presione suavemente los pezones y verifique que no hay secreción.

Si detecta cualquiera de los elementos mencionados anteriormente, o siente dolor durante la exploración, lo mejor será acudir al médico.

La revisión puede hacerla después de su periodo menstrual o si ya no lo tiene, elegir un día fijo de cada mes.

Lea más: [Avanzando en la lucha y apoyando la sensibilización: Cáncer de Mama](#)

A nivel mundial, el cáncer de mama es el tipo de cáncer más común con más de 2,2 millones de casos en 2020, según la Organización Mundial de la Salud.

Durante ese año, cerca de 685 mil mujeres fallecieron en el mundo por esta enfermedad, siendo la principal causa de mortalidad en la población femenina.

La detección precoz y las terapias basadas en cirugía, radioterapia y farmacoterapia aumentan significativamente el pronóstico de vida de las personas, de acuerdo con la Organización.

Además, el tratamiento del cáncer de mama puede alcanzar probabilidades de supervivencia del 90% o más, en particular cuando la enfermedad se detecta de forma temprana.

---

## DATOS DEL CÁNCER DE MAMA

---

- 2,2 millones de casos en el mundo en 2020
- 685 000 mujeres fallecieron por esta causa a nivel mundial en 2020
- Una de cada 12 mujeres enfermará de cáncer de mama a lo largo de su vida

- Tratamientos de cáncer de mama tienen 90% de probabilidad de supervivencia si se detecta a tiempo

Fuente: Organización Mundial de la Salud

## NOTAS RELACIONADAS



### Kotex se une a la prevención y detección temprana del cáncer de mama

Martes 05 octubre, 2021

La marca pionera de cuidado femenino de Kimberly-Clark, apoyará a través de una donación, a la ONG para que más mujeres del país tengan acceso a exámenes especi



### ¿Por qué las ticas tienen más probabilidades de sobrevivir al cáncer de mama?

Martes 01 octubre, 2019

Costa Rica tiene la sobrevida más alta del mundo y la mejor de Centroamérica y Suramérica.



CONTÁCTENOS

MEDIA KIT

SUSCRÍBASE

¿QUIÉNES SOMOS?

MAPA DE SITIO

© 2023 Republica Media Group todos los derechos reservados.