

FACTORES DE RIESGO MAS COMUNES:

- ♦ Ser mujer
- ♦ Envejecer

Una en ocho mujeres en los estados unidos desarrollara cáncer de mama invasivo durante su vida

Uno en mil hombres va a ser diagnosticado de cáncer de mama en su vida

El cáncer de mama es el **CÁNCER MAS COMÚN** en la mujer americana y la **SEGUNDA CAUSA DE MUERTE** por cáncer

*Madres, hijas,
hermanas, amigas....
TU importas!!!!*

*Tú cuidas a todos,
cuida de ti misma!!!!*

La detección temprana del cáncer de mama a través del examen de mama anual salva vidas.



CONTÁCTENOS
TELÉFONO: (315) 484-4237

FACEBOOK:
WWW.FACEBOOK.COM/UPSTATESHEMATTERS/



(315) 484-4237



¿QUE ES SHE MATTERS®?

She Matters® (Ella si importa) es un programa de acercamiento a la comunidad que educa a las mujeres sobre la prevención del cáncer de mama. She Matters (Ella si importa) está compuesto por Residentes Promotores de Salud (RPS) (RHA's en ingles), que ayudan y estimulan a las mujeres de la comunidad donde ellos viven a programar una cita para hacerse la mamografía. Los RPS dan su apoyo acompañándote a la cita de la mamografía y esperando en el salón de espera hasta que hayas terminado de hacerte la mamografía. Los RPS también hacen llamadas de recordatorio sobre la cita anual para la mamografía que está próximo a ocurrir.

QUE PUEDO HACER?

Tu puedes hacer cosas que sean buenas para tu salud y también son buenas para reducir el riesgo de cáncer de mama:

- Mantener un peso adecuado
- Anadir ejercicio físico a tu rutina diaria
- Reducir el consumo de alcohol
- Reducir el uso de hormonas para la menopausia
- Dar Lactancia materna si es posible
- Conocer como lucen tus mamas regularmente y notificar al médico si hay algún cambio en su apariencia
- Atender a secciones educativas para aprender más sobre el cáncer de mama.

Si tienes más de 40 anos:

Hazte una mamografía

Si tienes menos de 40 anos:

Conoce tu historia médica familiar, pregúntale a tu doctor por mas información acerca del cáncer de mama

LA MAMOGRAFIA SALVA VIDAS

- Una mamografía puede encontrar cáncer de mama incluso cuando es muy pequeño y no se siente al examen físico
- Cuando el cáncer de mama es diagnosticado tempranamente hay 93% de posibilidad de sobrevivir
- La mayoría de las mujeres que tienen cáncer de mama no tienen historia familiar de cáncer de mama
- Las mujeres de raza negra tienen más chances de morir de cáncer de mama que las mujeres de otras rasas, pues el cáncer es detectado en una etapa más avanzada cuando hay menos opciones de tratamiento.

She Matters®
(Ella si importa)



(315) 484-4237

UPSTATE
CANCER CENTER



susan G. komen.
UPSTATE
NEW YORK



UPSTATE
FOUNDATION

SHA
SYRACUSE HOUSING AUTHORITY

macy's