

Cositas de Bienestar



PENSAR ROSA

Riesgo y Prevención

Afectando a 1 de cada 8 mujeres, el cáncer de mama es el cancer más común e invasivo en las mujeres. Si bien los avances en la investigación y el tratamiento han mejorado drásticamente en los últimos treinta años, la causa exacta aún no está clara.

Los estudios han demostrado que el riesgo de cáncer de mama se debe a una combinación de factores y aunque algunos factores de riesgo no se pueden cambiar como los antecedentes familiares y el envejecimiento, el aumento de factores protectores relacionados con el estilo de vida y su control puede ayudar a prevenir Cáncer. Para obtener una lista completa de los factores de riesgo, visite: <https://www.breastcancer.org/risk/factors>.

Detección Temprana y Diagnóstico

La detección temprana aumenta las posibilidades de un tratamiento exitoso. Exámenes de detección regulares para mujeres en un nivel medio de riesgo:

- Las mujeres de entre 40 y 44 años tienen la opción de comenzar a hacerse la prueba de detección con una mamografía cada año.
- Las mujeres de 45 a 54 años deben hacerse mamografías cada año.
- Las mujeres de 55 años o más pueden cambiar a una mamografía cada dos años, o pueden optar por continuar las mamografías anuales. Las pruebas de detección deben continuar mientras una mujer esté en buena salud y se espera que viva 10 años más o más.
- Todas las mujeres deben entender qué esperar al hacerse una mamografía para la detección del cáncer de mama, que es lo que la prueba puede y no puede hacer

El Desafío Fitbit® Pregunta

Cómo jugar

- 1) Lee este artículo: <https://bit.ly/3jx4P1v>
- 2) Haga clic en el botón para responder
- 3) Se elegirá un ganador aleatorio entre las respuestas correctas.

Pregunta

VERDADERO o FALSO:

El uso de antitranspirante en las axilas puede causar cáncer de mama.

**RESPONDE AL DESAFÍO
DE FITBIT® AQUÍ!**

