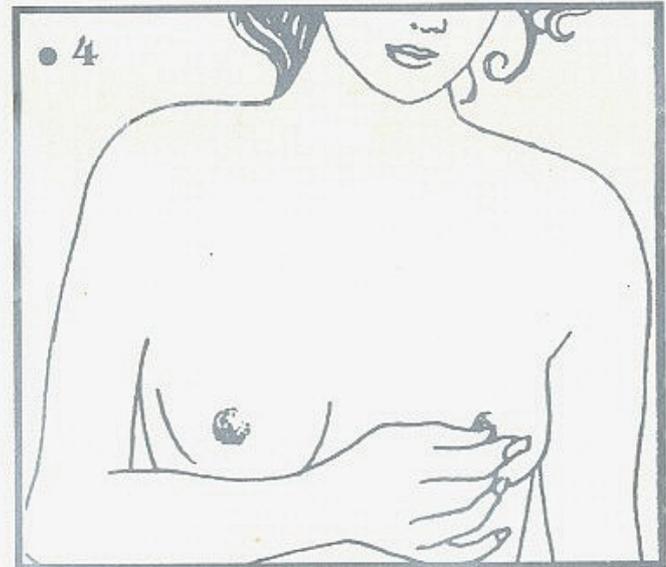
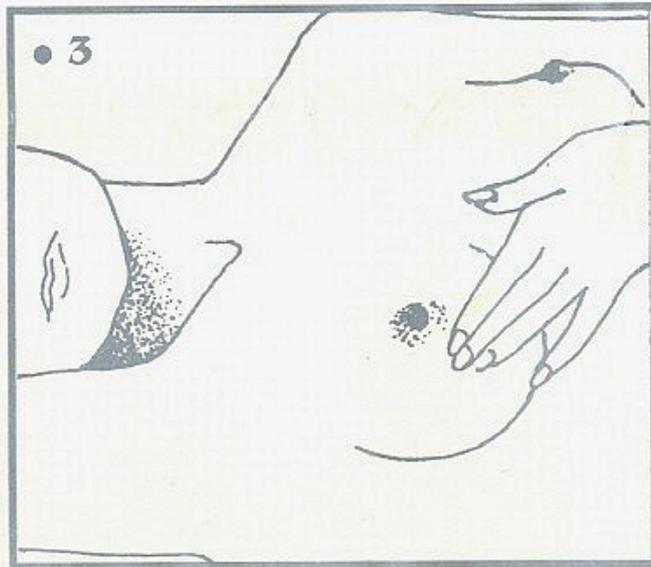
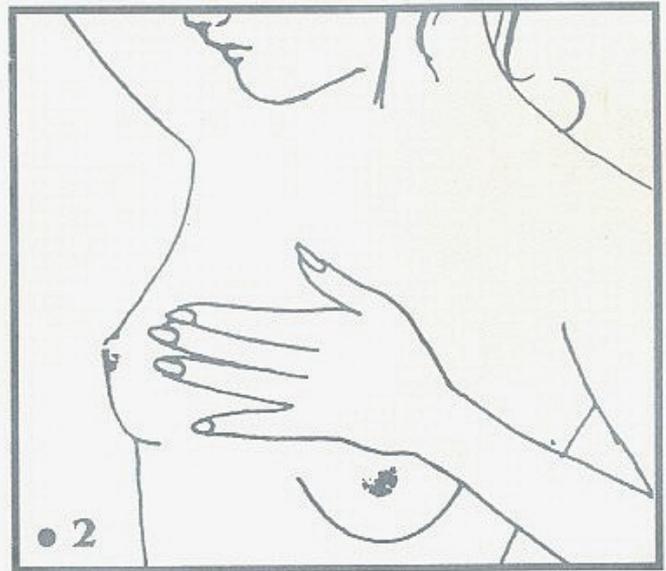
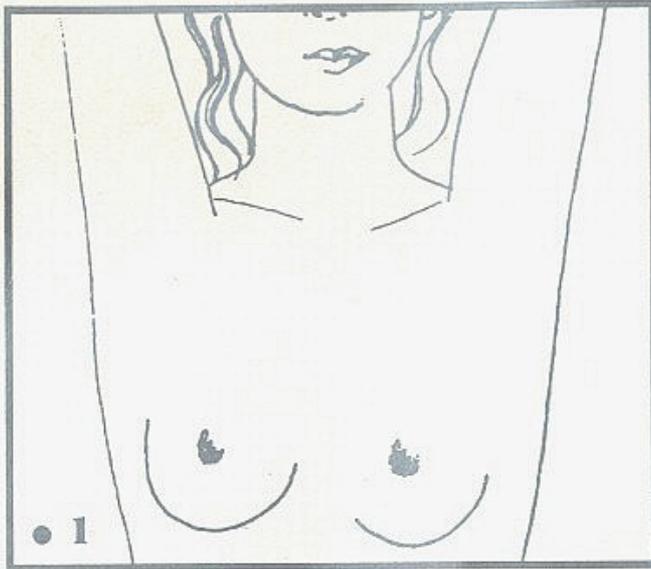


MAMAS (PREVENCIÓN)

Prevención del Cáncer de Mama



●1 Observe sus mamas frente a un espejo, primero con los brazos sueltos a los costados y luego levantándolos por encima de la cabeza. Investigue si existe alguna asimetría de los pezones y mamas entre sí, retracciones o alteración de las formas.

●2 En posición de pie levante un brazo detrás de su cabeza y con los dedos de la otra mano palpe la

mama opuesta buscando detectar algún bulto, cualquiera sea su tamaño y forma. Repita la operación con la otra mama.

●3 Repita la palpación de ●2 acostada y con una almohada bajo el hombro de la mama a examinar.

●4 Presione los pezones y observe si aparece alguna secreción.