

ESCUELA DE *Salud*



sumavida 
arganda

Cáncer de mama

¿Es posible la prevención?

SABÍAS QUE .. El cáncer de mama es el más frecuente en las mujeres y si bien su incidencia en España es menor que en otros países desarrollados, se estima que el riesgo de padecer cáncer de mama a lo largo de la vida es de, aproximadamente, 1 de cada 8 mujeres.

SABÍAS QUE... Aunque muchos de los factores de riesgo son inevitables, cada vez hay indicios más claros de que ciertos cambios en los estilos y hábitos de vida pueden reducir el riesgo de padecer cáncer de mama:

- Realizar ejercicio físico de modo regular.
- Evitar el sobrepeso y la obesidad tras la menopausia.
- Evitar el consumo regular de alcohol.

SABÍAS QUE... el diagnóstico precoz sigue siendo la piedra angular para el control de este tipo de cáncer, mejorando el pronóstico y aumentando la supervivencia. La realización de mamografías en la población de mayor riesgo (mujeres de 50-69 años) sigue siendo el método más eficaz para ello.

El cáncer de mama puede curarse y para ello la prevención, la información y el control periódico es lo más importante. Por ello desde el Área de Salud del Ayuntamiento animamos a todas las mujeres comprendidas en este grupo de edad, que serán citadas por la Consejería de Sanidad, a participar en la Campaña que se está realizando en nuestro municipio, con la absoluta confianza en los beneficios que puede reportar una detección precoz.



facebook.com/ArgandaSalud



@salud_arganda