¿Qué puede esperar durante un examen de los senos?

- El examen se lleva a cabo en una habitación privada.
- Usted necesitará desvestirse de la cintura para arriba.
- Usted posiblemente quiera que alguien esté con usted en la habitación. Pida a un miembro del personal femenino, una amiga o miembro de la familia que esté con usted.

Hablar sobre la salud de sus senos es una parte importante de su examen médico.

La persona que examina le hablará a usted sobre lo siguiente:

Su historial de salud y el riesgo de cáncer de los senos.

Preguntas y dudas sobre los senos.

Cada paso del examen.

Su comodidad durante el examen.

Hable con la persona que examina sobre:

Las áreas de los senos que no se ven o sienten bien.

Información o palabras que tal vez no entienda.

Evaluaciones o exámenes que usted posiblemente necesite.

Materiales por escrito sobre la salud de los senos, autoexámenes (BSE, por sus siglas en inglés) y mamografía.

"La detección temprana es la mejor protección…Cada año para la vida"

Si usted es una mujer que tiene entre 47 y 64, años, llame al:

(800) ACS-2345
(800) 227-2345

Para saber si usted llena los requisitos para un examen de los senos y para el cáncer del cuello del útero por medio de Best Chance Network.

Best Chance Network
for women's cancer screening

American Cancer Society®

D H E C
PROMOTE PROTECT PROSPER

South Carolina Department of Health and Environmental Control
www.scdhec.gov/bcn ML-025382 10/11

Agradecimientos especiales al Departamento de Servicios de Salud, Unidad de Educación Profesional, Sección de Detección del Cáncer por el diseño original y el contenido de este folleto.

Qué debe esperar de un examen clínico de los senos

Un examen clínico de los senos realizado por un **médico** o **enfermera** debe ser parte de su **cuidado médico rutinario**. Este folleto le ayudará a entender el examen.

Durante el examen

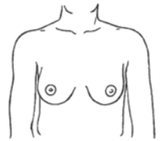
Mientras está sentada:

La persona que examina observará los pechos para ver si hay algún cambio en la forma, en la piel o los pezones. A usted posiblemente le pidan que coloque los brazos en la siguiente posición:

A) Los brazos relajados colocados al lado

B) Los brazos sobre la cabeza

C) Las manos sobre la cintura



A) Los brazos relajados colocados al lado

B) Los brazos sobre la cabeza

C) Las manos sobre la cintura

Los ganglios linfáticos sobre y debajo de su clavícula y debajo de su brazo son normalmente revisados para buscar cualquier hinchazón.

Mientra está acostada:

El tejido de los senos es examinado con la palma de los tres dedos del medio de la mano. Esto ayudará a la persona que le examina a sentir los tejidos de los senos.

Palma de los dedos

Los tejidos de los senos cubren un área grande desde su clavícula hasta la línea del sostén y del esternón a la mitad de la axila.

Área del tejido del seno

La persona que realiza el examen clínico de los senos usa un diseño de búsqueda. Un buen patrón de búsqueda son las líneas verticales. Este diseño se mueve de arriba hacia abajo en el seno en líneas uniformes. Cubrirá cada espacio de los senos, incluyendo al pezón.

Patrón de tira vertical

La persona que examina siente el tejido de sus senos usando tres niveles de presión: ligera, mediana y profunda. Estos tres niveles de presión ayudan a sentir todas las capas de los senos donde algunas veces se puedan encontrar los bultos. Algunas veces sentir la capa profunda de los senos puede causar molestias. Pero sentir este tejido profundo es muy importante.

Presión: Ligera Mediana Profunda

El final del examen

- Es posible que quiera saber algunas formas de cómo puede examinarse los senos, para que usted pueda sentir cual es el tejido normal.
- Usted y la persona que examina hablarán de un plan regular de exámenes y seguimiento que le conviene mejor a usted.

¿Qué puede hacer usted para cuidar los senos?

- Usted puede seguir un plan de salud regular para los senos.
- Usted puede aumentar sus posibilidades de una vida saludable al encontrar cáncer de mama en una etapa temprana.
- Se sugiere que un plan para la buena salud de los senos incluya lo siguiente:

1. Tenga un examen clínico de los senos realizado por un médico o enfermera o asistente del médico.
   De la edad de 20 a 30 años A cada tres años
   A partir de los 40 años de edad A cada año
2. Hágase una mamografía (rayos x de los senos).
   A partir de los 40 años de edad A cada año
3. El autoexamen es un examen opcional que las mujeres pueden escoger hacerse mensual o hacerlo irregularmente.
   Empieza a la edad de 20 años

CBE por siglas en inglés

2. Mamografía

3. Autoexamen de los senos (BSE)