



**VIVÍ EN  
ROSA  
OCTUBRE**



Unimos  
la ciencia  
y la vida.

## Ayúdanos a concientizar.

El cáncer de mama es el tumor maligno que afecta con más frecuencia a las mujeres. Se estima que 1 de cada 8 podrían verse afectadas por esta enfermedad. Sólo el 1% de los casos de cáncer de mama se presentan en hombres.

**Compartí este folleto en tus redes y arrobanos (@fundacion\_FUCA).**

## Síntomas

**El cáncer de mama en su etapa temprana, por lo general, es posible que no presente síntoma alguno y por eso son tan importantes los chequeos médicos.** Sin embargo, conforme crece el cáncer, puede causar cambios a los que las mujeres deben poner atención:

- » Aparición de un nódulo en la mama o en la axila que previamente no existía.
- » Irregularidades en el contorno de la mama.
- » Aumento del volumen de la mama, con alteración en la piel de la mama (úlceras, cambios de color, edema, piel de naranja).

- » Retracción del pezón (hundimiento) o secreción por el mismo.

## Actuá

**Aunque el cáncer de mama no se puede prevenir, es posible reducir el riesgo de padecerlo teniendo una vida saludable.**

Realizar ejercicio físico en forma regular, teniendo una dieta sana y equilibrada, evitando el consumo de alcohol y tabaco y manteniendo un peso adecuado.

**Acompañá a esa persona que sabés que hace tiempo no se hace los controles a sacarse un turno y a visitar al médico.**

## Recordá

- » Realizar una consulta médica anual.
- » Realizar una mamografía anual a partir de los 40 años.
- » Consultar inmediatamente si aparece alguno de los síntomas mencionados.

La **Fundación FUCA** fue creada por los **Dres. Reinaldo Chacón y José Mordoh** con el fin de reducir la mortalidad por cáncer a través de la educación médica, la investigación científica para innovar en los tratamientos y la prevención a la comunidad brindando herramientas a través de la educación y la concientización para el cuidado de la salud.



## COMUNIDAD FUCA

Un espacio virtual gratuito para capacitar, acompañar, informar y entretener a todas las personas que conviven con el cáncer, sus familiares y amigos.

**@FundacionFUCA**