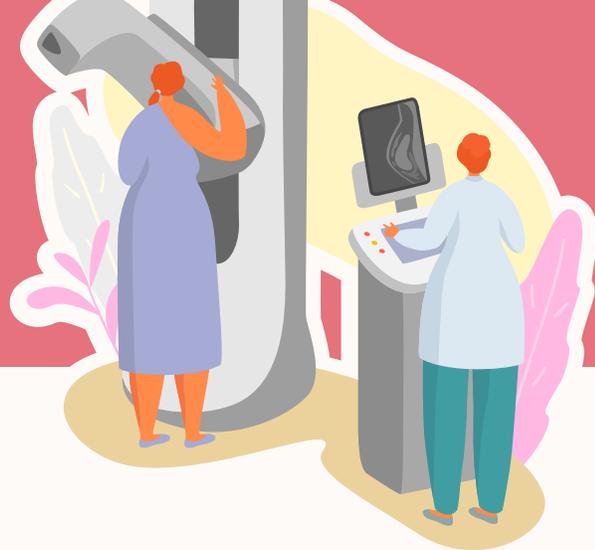


# Rompiendo mitos sobre el cáncer de seno

No permita que el miedo le impida hacerse una mamografía que le salve la vida



## MITOS

No siento ninguna protuberancia, así que no necesito una mamografía.



Una protuberancia significa que tengo cáncer.



No tengo riesgo. En mi familia nadie ha tenido cáncer de seno.



Tengo historial familiar de cáncer de seno lo que significa que lo tendré.



Las mamografías duelen y son vergonzosas.



No puedo prevenir el cáncer de seno.



No puedo pagar por una mamografía.



## HECHOS

Las mamografías de diagnóstico pueden detectar el cáncer de seno de forma temprana, hasta tres años antes de que se sienta una protuberancia.<sup>1</sup> La detección temprana del cáncer puede facilitar su tratamiento.<sup>2</sup>

La mayoría de las protuberancias no son cáncer.<sup>3</sup> Las protuberancias pueden ser causadas por muchas razones,<sup>4</sup> como las hormonas, el método anticonceptivo, el embarazo o lesiones.

Más del 85% de las mujeres diagnosticadas con cáncer de seno no tienen antecedentes familiares.<sup>5</sup>

El tener un familiar con cáncer de seno incrementa su riesgo, pero eso no significa que lo tendrá. Hable con su médico acerca de sus antecedentes familiares, hágase la mamografía de detección cada año y reduzca el riesgo llevando un estilo de vida saludable.

Algunas personas consideran que las mamografías son un poco incómodas, pero no deberían ser dolorosas. Para que le indiquen lo que puede esperar, llame a una enfermera de un Centro Florida Blue al 877-352-5830.

Un estilo de vida saludable puede ayudar a reducir el riesgo del cáncer de seno.<sup>6</sup> Mantener un peso saludable, no fumar, limitar el consumo de alcohol, el ejercicio, aprender a controlar el estrés, y limitar el consumo de azúcar, alimentos procesados y carne roja.

La mayoría de los planes de salud cubren una mamografía al año para las mujeres de 40 años o más, con un copago de \$0. **Si no tiene cobertura de salud, puede calificar para una mamografía de bajo costo o sin costo.**<sup>7</sup> Llame al Florida Cancer Program<sup>8</sup> al 850-245-4144 o comuníquese con un especialista de la comunidad de un Centro Florida Blue al 877-352-5830.



¡Las mamografías solo toman cerca de 15 minutos!

Conozca más acerca de las mamografías y el cáncer de seno en [floridablue.com/mammogram](https://www.floridablue.com/mammogram).

Florida  
Blue   
Su Blue Cross Blue Shield local

## Recursos

<sup>1</sup> [https://www.cdc.gov/cancer/breast/basic\\_info/mammograms.htm](https://www.cdc.gov/cancer/breast/basic_info/mammograms.htm)

<sup>2</sup> <https://www.cancer.gov/types/breast/patient/breast-screening-pdq>

<sup>3</sup> [https://www.cdc.gov/cancer/breast/basic\\_info/symptoms.htm](https://www.cdc.gov/cancer/breast/basic_info/symptoms.htm)

<sup>4</sup> <https://www.cancer.gov/types/breast/breast-changes>

<sup>5</sup> <https://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/breast-cancer-quiz.html> Question 1

<sup>6</sup> <https://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/risk-and-prevention/can-i-lower-my-risk.html>

<sup>7</sup> <https://www.floridahealth.gov/diseases-and-conditions/cancer/breast-cancer/bccedp.html>

<sup>8</sup> El Florida Cancer Program es administrado por el Departamento de Salud de Florida. No están afiliados con Florida Blue. Conozca más en [floridahealth.gov/cancer](https://www.floridahealth.gov/cancer).

