

¿Cuáles son los exámenes de diagnóstico precoz que debe realizar toda mujer?

Auto examen de mamas

En la ducha: examine sus pechos en forma circular desde la axila hasta el pezón, sin levantar los dedos.



Frente al espejo: Verifique que sus pechos no presenten cambios en la piel, ni en el pezón.

Acostada: Levante su tórax con una almohada y palpe sus mamas con movimientos circulares. Comprima el pezón con los dedos índices y pulgar para confirmar que no hay salida de secreción.



Realizarlo una vez al mes, una semana después de la menstruación.

Es muy importante que el auto-examen mamario no reemplace la consulta con el médico.

Mamografía



Es un estudio que mediante los rayos X localiza zonas anormales en la mama. No hay peligro por las radiaciones de esta técnica, ya que son de baja potencia. Si en la mamografía se ven anomalías se puede realizar radiografías o una biopsia; ésta es la única manera segura de saber si hay cáncer o no.-

Visitar una vez al año al médico para el examen de mamas



Concejo Directivo Provincial

Jorge Molina: Secretario General

Juan Carlos Carreño: Secr. Gremial y Organiz.

Alberto Caccopardo: Secr. de Finanzas

Luis Ernesto Ríos: Secr. de Acción Social

Ana María Stürtz: Secr. de Actas y Administr.

Héctor Luis Giannini: Secr. de Prensa Comunicación y Cultura

Lisandro Ciavaglia: Secr. de Educación, Estadíst. Formac. Política Pedagógica y Sindical

Ana María Acuña: Secr. de Salud en la Escuela

María Cristina Bay: Secr. de Derechos Humanos, Género e Igualdad de Oportunidades

Chavela Guastavino: Secr. de Retirado/as y Jubilado/as

Graciela Noemí Ocampo: Secr. de Nivel Inicial

María Bárbara Palumbo: Secr. de Nivel Primario

Rosana Graciela Ameri: Secr. de Nivel Medio

Diego José Moschen: Secr. de Educación Especial

Néstor Osvaldo Silva: Secr. de Nivel Superior

Rosa Guizzardí - Marcelo Páez: Vocal Titular

Delegadas/o Dpto Salud en la Escuela

- ☺ **Mirta Gladys PENCHULEF** - Alto Valle Este
- ☺ **Sandra Y. GALVÁN** - Andina y Andina Sur
- ☺ **Bárbara Analía BRACCO** - Alto Valle Oeste
- ☺ **Sandra Mirna SILVA** - Valle Medio
- ☺ **Pastor Antonio HERNÁNDEZ** - Sur
- ☺ **María Alejandra GENTILE** - Atlántica

Avda. Roca, 595 (8332), Gral. Roca - Fiske Menuco, Río Negro

☎ 0298-4428100

✉ saludenlaescuela@unter.org.ar

🏠 www.unter.org.ar

Salud de la Mujer



Información sobre el cáncer de cuello uterino y PAP

¿Qué es el cuello uterino?

El cuello uterino o cérvix es la parte más baja del útero y conecta la parte superior de éste con la vagina.



¿Es frecuente que se desarrolle un cáncer en este sitio?

El cáncer de cuello uterino es una de las formas de cáncer más frecuente en las mujeres.-

¿Se puede prevenir?

SI!. El cáncer de cuello uterino es prevenible y se cura si se detecta en forma temprana.-

¿Qué es el PAP o Papanicolaou?

Es el principal estudio para detectarlo en etapa temprana y curable. El PAP puede encontrar células anormales en el cuello del útero mucho tiempo antes de que se transformen en cáncer invasor y así se hace el tratamiento y no se desarrolla el cáncer. Otras veces el cáncer ya se ha desarrollado, pero al ser muy pequeño las chances de que sea curable son muy altas.

¿En qué consiste el PAP?

Estudio que se hace en el consultorio. Se usa un espéculo de metal o plástico para abrir la vagina y poder

ver el cuello de útero. Se extrae un poco de secreción donde están las células y se coloca sobre un vidrio que se rocía con un spray para que no se dessequen. Esta muestra se envía al médico patólogo para su análisis.-

¿Quién tiene que hacerse un PAP?

Todas las mujeres desde los 21 años o dentro de los 3 años desde la primera relación sexual (lo que primero ocurra). Generalmente se hace una vez por año, se puede hacer por períodos más cortos o más largos según el médico lo crea necesario.-

¿Se hace otro examen en la misma consulta?

El médico también suele palpar el abdomen y hacer un tacto para examinar el útero y los ovarios. Puede también realizar el examen de mamas.

¿Cuándo tengo que retirar los resultados?

Pueden tardar hasta 3 semanas. No dejes de buscarlos ya que hay muchas razones para que un PAP pueda tener alteraciones y que requiera algún consejo médico sin que eso signifique que haya cáncer. **Sacá turno para que el médico te lo entregue y te explique si es necesario hacer algo más.**



¿CÓMO PREPARARSE PARA EL PAP?

No tenés que estar menstruando.

Hasta 2 días antes de la visita al Médico:

- ✋ No hagas duchas vaginales. No tengas relaciones sexuales.
- ✋ No uses tampones. No uses geles o cremas vaginales.

Información sobre el cáncer de mama

¿Qué es el cáncer de mama?

Es un crecimiento anormal y desordenado de células de la mama. Estas células pueden dañar tejidos vecinos o también pueden entrar al sistema sanguíneo y linfático y propagarse al resto del organismo. La mayoría de los tumores que se producen en la mama son benignos, no cancerosos, y son quistes que pueden producir dolor e inflamación pero no son peligrosos.

¿Cuántas mujeres padecen esta enfermedad?

El cáncer de mama es la principal causa de muerte por cáncer en la mujer. 1 de cada 8 mujeres pueden contraerlo y el riesgo de muerte es de 1 cada 282 mujeres. La cantidad de casos ha aumentado en las últimas décadas. **No se conoce qué es lo que causa el cáncer de mama.**

¿Cómo se manifiesta?

En el inicio suele no dar síntomas. La primera manifestación suele ser un bulto que, al tacto, se nota diferente al tejido mamario que lo rodea.

Otros signos: Dolor o retracción del pezón, hendiduras de la piel, inflamación de una parte del seno, enrojecimiento o descamación de la piel o pezón, secreción del pezón, nódulo en las axilas, cambio en el tamaño de la mama.

Aunque el cáncer generalmente no causa dolor, es mejor consultar ante el dolor de mamas o cualquier otro síntoma que aparezca en la mama o axila

¿Se puede prevenir?



Lamentablemente no hay forma de evitar la aparición de cáncer, pero sí detectarlo precozmente cuando el tumor no está extendido, lo que permite que la curación sea del 90%.