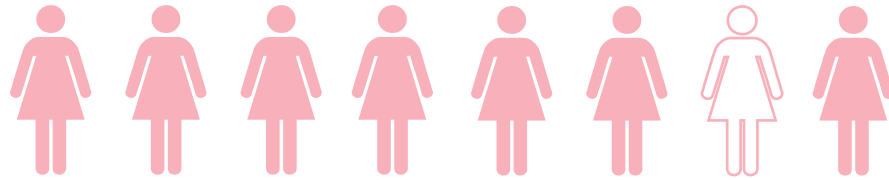


# Breast Cancer Awareness



## What is Breast Cancer?

Breast cancer is a disease in which cells in the breast begin to grow out of control. These cells usually form a tumor that can be seen on an x-ray or felt as a lump.



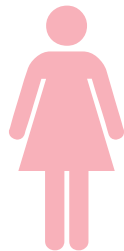
One in eight women in the United States will be diagnosed with breast cancer in her lifetime.

## 2nd

Breast Cancer is the second leading cause of cancer death amongst women.

### Risk Factors:

- Age
- Reproductive history
- Lack of physical activity
- Family history
- Dense breasts
- Alcohol
- Genetic mutations
- Smoking
- Taking hormones



## Breast Self-Awareness

Being familiar with how your breasts look and feel can help you notice symptoms such as lumps, pain, or changes in size that may be of concern. These could include changes found during a breast self-exam. You should report any changes that you notice to your doctor or health care provider.



## Mammograms



The best way to find breast cancer early is through a regular mammogram, an x-ray of the breast.

## Are you up to date on your Breast Cancer Screenings?

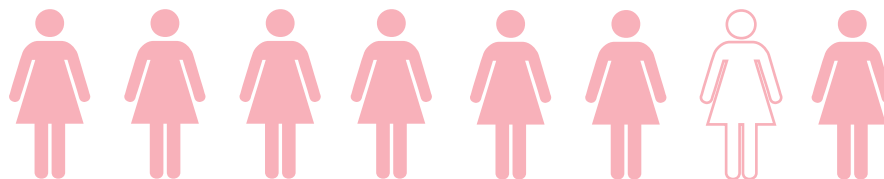
There are screening tests that are used to find breast cancer early before there are any warning signs or symptoms. These tests include clinical breast exam and mammography. A clinical breast exam is an exam done by a nurse or doctor on a yearly basis. Speak with your provider about when and how often you should get these exams.

# Hechos Sobre El Cáncer de Los Senos



## ¿Qué es el cáncer de los senos?

El cáncer de los senos es una enfermedad en la cual las células en el seno empiezan a crecer fuera de control. Estas células generalmente forman un tumor que se puede ver en una radiografía o se siente como un bulto.



Una de cada ocho mujeres en los Estados Unidos será diagnosticada con cáncer de los senos en su vida.

## 2nda

El cáncer de los senos es la segunda causa de muerte por cáncer entre las mujeres.

### Factor de Riesgo:

- Edad
- Historia reproductiva
- No hacer ejercicio
- Historia familiar
- Pechos densos
- Beber alcohol
- Mutaciones genéticas
- Fumar
- Tomar hormonas

### Conciencia sobre la salud de los senos

Estar familiarizado con el aspecto y la sensación de sus senos puede ayudarle a notar síntomas como bultos, dolor o cambios en el tamaño que puedan ser de su interés. Estos podrían incluir los cambios encontrados durante un auto-examen de los senos. Debe reportar cualquier cambio que usted note a su doctor o proveedor de servicios de salud.



### Mamografía



La mejor manera de encontrar el cáncer de los senos temprano es a través de una mamografía regular, una radiografía de los senos.

### ¿Está actualizado con sus exámenes del cáncer de los senos?

Las pruebas de detección se utilizan para detectar el cáncer de los senos antes de que haya signos o síntomas de advertencia. Estas pruebas incluyen examen clínico de los senos y mamografía. Un examen clínico de los senos es un examen realizado por una enfermera o un médico cada año. Hable con su proveedor médico acerca de cuándo y con qué frecuencia debe obtener estos exámenes.