

# ¿Qué controles y estudios SE RECOMIENDA REALIZARSE de acuerdo con la edad en la mujer?

Contar con **información oportuna** puede marcar la **diferencia**, permitiéndonos conocer distintas enfermedades que nos atañen como mujeres, muchas de ellas prevenibles o de las cuales se puede lograr una **detección oportuna**, resultando fundamental para otorgar tratamientos permitentes y adecuados, **logrando así salvar vidas y mejorar nuestra calidad de vida.**

A continuación encontrarás información general sobre algunas enfermedades comunes en las mujeres lo cual te ayudará a cuidar tu salud.

## DIABETES MELLITUS

El **páncreas** es un órgano que se encarga de producir una sustancia llamada insulina, la cual sirve para que el azúcar que proviene de los alimentos proporcione la energía que necesita el cuerpo para sus actividades diarias.

Cuando la insulina no se produce en cantidades adecuadas o no funciona de manera adecuada, provoca una enfermedad llamada **Diabetes Mellitus**.



**La Diabetes Mellitus se detecta mediante una sencilla prueba para medir el nivel de azúcar en sangre cada tres años.**

## HIPERTENSIÓN ARTERIAL

Es una enfermedad crónica, es decir, para toda la vida.

Al inicio, puede ser que no produzca molestia alguna, por lo que pueden pasar muchos años antes de ser detectada.

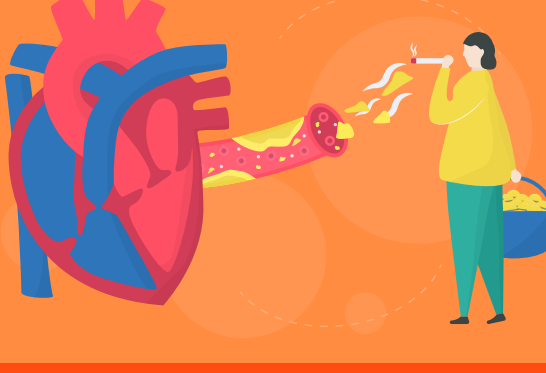
Se estima que más de la mitad de las personas que padecen hipertensión arterial, no lo saben.

**Se detecta cada año a partir de los 20 años de edad.**

## HIPERCOLESTEROLEMIA

La **hipercolesterolemia** es el **aumento de colesterol en la sangre.**

Dentro de sus factores de riesgo, se encuentran: mujeres de 20 a 44 años; antecedentes familiares de infartos al corazón o muerte súbita antes de los 55 años de padre o hermano, y antes de los 65 años en madre o hermana; obesidad, tabaquismo; en mujeres a partir de los 45 años sin enfermedades, como: diabetes o hipertensión.



**Su detección se realiza al obtener una gota de sangre de la yema del dedo para medir la cantidad de colesterol en sangre.**

**Si el resultado es normal, la detección se hace cada tres años.**

## CÁNCER DE MAMA

El **cáncer de mama** desafortunadamente es cada día más frecuente.

Es importante saber que no todas las mujeres que la padecen fallecen, **gracias a una detección de manera temprana y sus tratamientos.**

**La detección del cáncer de mama, se realiza de diversas formas:**

- Explora tus pechos cada mes desde los 20 años.
- Realiza un examen médico cada año a partir de los 25 años.

**Realiza una mastografía tomando en consideración lo siguiente:**

**De los 50 a los 69 años**  
o a partir de los 40 años; si tienes

**Familiares Directos**  
(Abuela, madre, hermana o hijo) hayan padecido cáncer de mama.

Usar **Tratamientos HORMONALES** por MÁS DE **5 AÑOS**

**Inicio de Menstruación**  
de los 12 años y/o Menopausia posterior a los 52 años.

**Dato importante:** La mastografía es un estudio de Rayos X, utilizado para identificar tumores dos o tres años antes de que la mujer o el personal de salud puedan sentirlos.

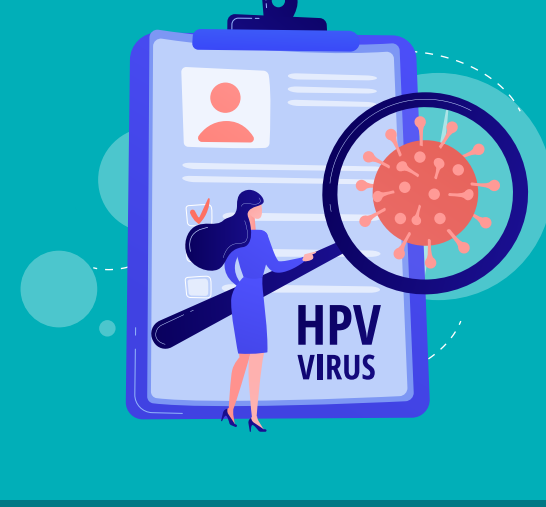
**AL DETECTARSE A TIEMPO, HAY EXCELENTES POSIBILIDADES DE UN TRATAMIENTO EXITOSO.**

## CÁNCER CÉRVICO UTERINO

El **cáncer cérvico uterino** es el crecimiento anormal de las células que se encuentran en el cuello de la matriz.

Al inicio, las lesiones que provoca pueden ser tan pequeñas que no son visibles a simple vista, pasando desapercibidas por muchos años.

Cuando el cáncer avanza es posible observarlo de manera directa durante una exploración ginecológica, o causar molestias que son fáciles de notar, tales como: sangrado anormal después de la relación sexual o entre cada período menstrual, incluso después de la menopausia.



**El cáncer cérvico uterino se detecta mediante una prueba llamada Papanicolaou, la cual debe realizarse a partir de los 25 años de edad en todas las mujeres que han tenido relaciones sexuales.**

**Si después de dos Papanicolaou (uno por año) obtuviste resultado normal, está indicado realizarlo cada tres años.**

Te damos mayor información para proteger tu salud y la de tu familia. El siguiente cuadro te orientará sobre diversos tipos de cáncer y las formas en que se pueden presentar:

## IDENTIFICACIÓN OPORTUNA DE DIVERSOS TIPOS DE CÁNCER

### CAMBIOS

Alteración en el funcionamiento del intestino o de la vejiga.

Heridas o lesiones de la piel que no curan.

Sangrado anormal.

Engrosamiento o bultos en el seno o en otra parte del cuerpo.

Indigestión o dificultad para pasar los alimentos.

Cambios recientes en una piel, lunar o en la piel.

Placas blancas en la boca o manchas blancas en la lengua.

### SIGNOS Y SÍNTOMAS DE ALGUNOS TIPOS DE CÁNCER

El estreñimiento o diarrea que persista por mucho tiempo, o bien cambios en la forma y el tamaño del excremento, así como presencia de sangre en el excremento, pueden ser signos de **cáncer de colon.**

Dolor al orinar, sangre en la orina o cambio en la función de la vejiga, es decir orinar con una frecuencia mayor o menor que lo acostumbrado, son signos que podrían estar relacionados con **cáncer de vejiga.**

El **cáncer de piel** puede presentarse como una herida que no sana o que sangra. Una lesión en la boca por mucho tiempo puede ser **cáncer oral**, especialmente el personas que fuman, mastican tabaco o que toman alcohol frecuentemente.

Heridas en la vagina que pueden ser signos de una infección o cáncer en fase temprana, por lo que deban acudir con un médico.

Toser flema con sangre puede ser un signo de **cáncer de pulmón.**

Sangre en el excremento (coloración negra u oscura del excremento) puede ser un signo de **cáncer de colon y recto.**

El **cáncer de la matriz o del endometrio** está asociado con sangrado vaginal anormal. Este alerta sobre menstruaciones abundantes o hemorragias entre ellas.

Salida de sangre por el pezón, puede ser un signo de **cáncer de mama.**

Sangre en la orina, tal vez sea un signo de **cáncer de vejiga, riñón o próstata.**

Pon atención, **muchos tipos de cáncer pueden sentirse a través de la piel**, estos se presentan principalmente en el seno, testículo y nódulos linfáticos (glanglios).

Cualquier engrosamiento o bolita puede ser un signo temprano o tardío de cáncer y debe acudir con su doctor para una evaluación completa, especialmente si ha notado que ha crecido en tamaño.

La indigestión o la dificultad para pasar los alimentos, que no se quitan, pueden ser signos de **cáncer de esófago** (conducto que lleva el alimento al estómago), estómago o faringe.

El **cáncer de estómago** puede presentar los siguientes signos y síntomas: malestar o dolor abdominal, náuseas y vómitos (esto puede presentarse con sangre), diarrea o estreñimiento, indigestión o una sensación de plenitud, después de pequeñas comidas, inflamación abdominal después de cada comida.

Debe acudir con el método si observa cambios de color, tamaño o forma en algún lunar, verruga o peca que tenga o bien si hay cambio en la forma de su borde.

Si aparece alguna lesión nueva en la piel, asista a consulta, recuerde que el **cáncer de piel**, si es identificado en etapa temprana puede ser tratado exitosamente.

Placas blancas en la boca y manchas blancas en la lengua puede ser leucoplasia (es un área pre cancerosa que es causada por irritación frecuente), la cual es causada frecuentemente por el tabaco, si esta lesión no se trata, puede convertirse en cáncer. Los cambios en la boca de larga duración, deben ser evaluados por un médico o dentista.