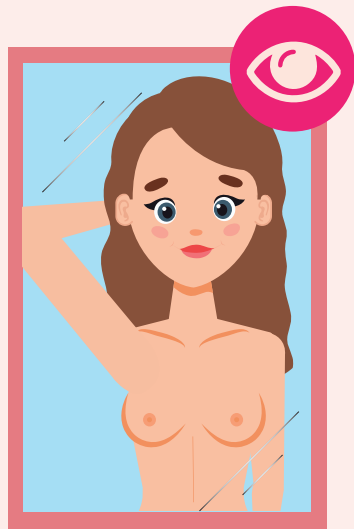
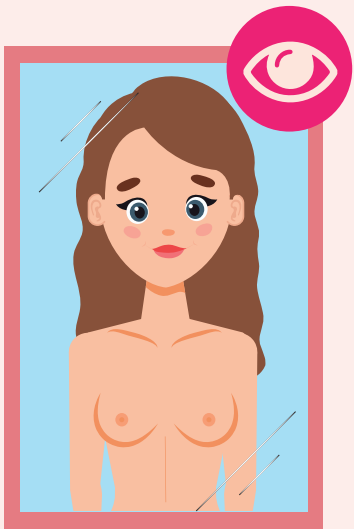




¿CÓMO REALIZAR LA AUTOEXPLORACIÓN?

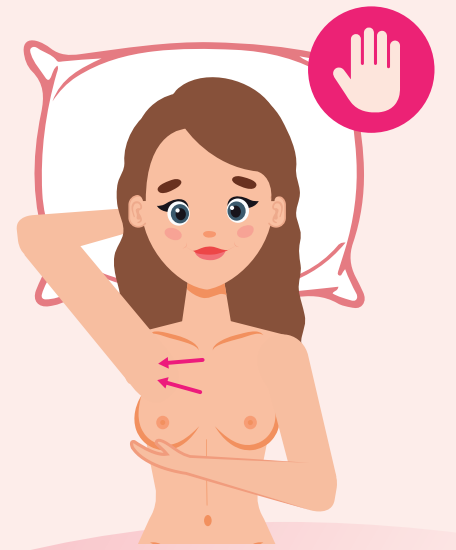
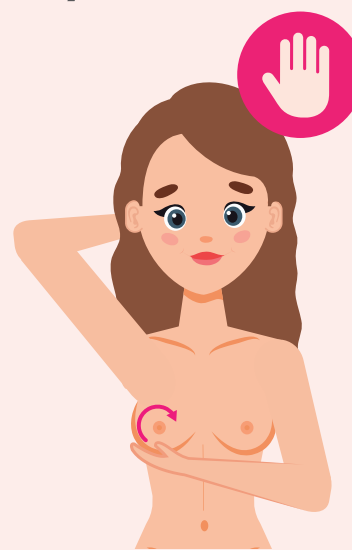


Recostada, de pie o en la ducha haz círculos pequeños en cada seno hasta llegar al pezón, no olvides el área de la axila.

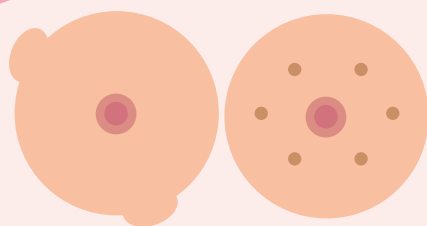
El autoexamen se divide en dos partes



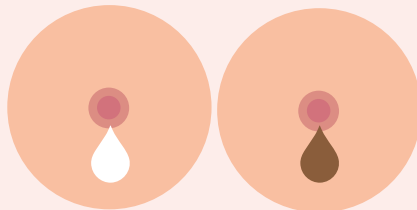
Frente al espejo, observa la piel, textura, temperatura y color.



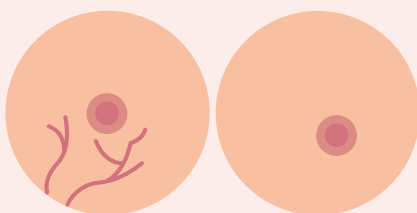
¿CUÁLES SON LAS SEÑALES DE ALARMA?



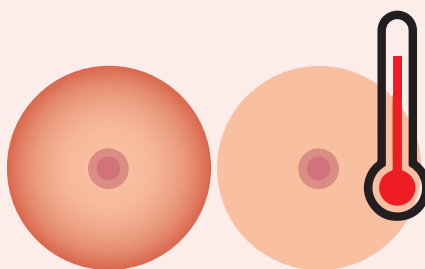
Bolitas extrañas o piel de naranja



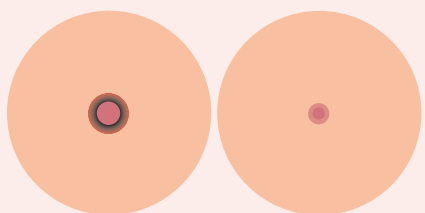
Fluido anormal, blanco, café o rojo



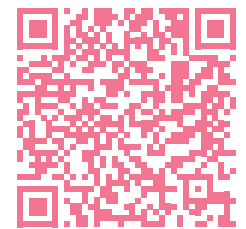
Venas crecientes o asimetría



Dolor o aumento de temperatura en el seno



Cambios en el pezón: hundimiento o irritación



NO OLVIDES

autoexplorarte mensualmente. Escanea el código QR y llévate esta información.

