LA CARTA DE FLEURISH

SEMANA DEL 2026-10-19 | EDICIÓN 41

Concientización sobre el cáncer de mama

Fleurish



Octubre es el Mes de Concientización sobre el Cáncer de Mama. Vestir de rosa inicia una conversación. Pregúntele a un profesional de salud cuándo le conviene hacerse estudios de detección. Una mamografía puede encontrar cáncer antes de que aparezcan síntomas, pero no previene la enfermedad.

Para las mujeres con riesgo promedio, el Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los Estados Unidos recomienda una mamografía cada dos años entre los 40 y los 74 años. Si su riesgo es mayor, podría necesitar un plan distinto. Consúltelo con su profesional de salud.

Si nota una bolita nueva, secreción del pezón o cambios en la piel del seno, consulte pronto. No espere a su próxima cita de detección. Un cambio no significa necesariamente cáncer, pero merece evaluación.

Más información de los CDC: Detección · Síntomas.

Pink Day es el miércoles 21 de octubre. Si nos visita, acompáñenos vistiendo de rosa.

LA COCINA DE LA DOCTORA

Panquecitos de arándano y naranja con proteína

Los ingredientes y las instrucciones completos están en la página de la receta.

