



## **APCP**

**Por: Rosarito Cortés, CPL y sobreviviente**

El mes de octubre es el mes para crear consciencia sobre el cáncer del seno. Nuestra Asociación tiene muchas mujeres y nuestra profesión trabaja con la prevención. ¿Quién mejor que nosotros y esta revista para llevar el mensaje de la prevención? Es importante detectar el cáncer temprano para que podamos luchar y sobrevivir. Aquí presentaremos mucha información que deben leer y guardar.

Todos los años se supone que las mujeres vayamos a chequearnos varias cosas. Después de los 35 años las mamografías son anuales. La mamografía, definitivamente, fue inventada por un hombre. A una mujer no se le puede ocurrir el aplastarse los senos con dos bloques de cemento.

Resulta gracioso que cuando te aplastan te digan, “no te muevas, no respire”, ninguna de las dos cosas puedo hacer. No me puedo mover porque tienen la teta aplastada y pillada así que no hay forma de moverme. No puedo respirar porque el dolor es tan fuerte que no tengo forma de respirar. Tome 2 tylenol, 30 minutos antes de la mamografía y vaya a un lugar que sea un buen ambiente de empleo, nunca vaya a un lugar en donde las empleadas estén molestan con la administración, se desquitarán con sus tetas.

En ocasiones es con la mamografía que encuentran el tumor y en otras ocasiones lo puedes palpar. Es por eso que es tan importante que cada mujer se haga el chequeo mensual para de esa manera conocer sus senos y poder notar cualquier cosa extraña o diferente. Si te encuentras algo, comienza el proceso de biopsias y otros estudios. En muchas ocasiones lo que encontramos puede ser benigno y desgraciadamente en otras puede ser un tumor canceroso. Mientras más rápido te muevas, mejor es la oportunidad que tienes de sobrevivir. No dejes que el susto te paralice, ve al ginecólogo o cirujano, sé assertiva y pide que te aclaren dudas y te atiendan con prontitud. Es tú salud, tú vida. Para eso estamos las consejeras para mejorar la calidad de vida de nuestros estudiantes... demos el paso y protejamos nuestra salud.