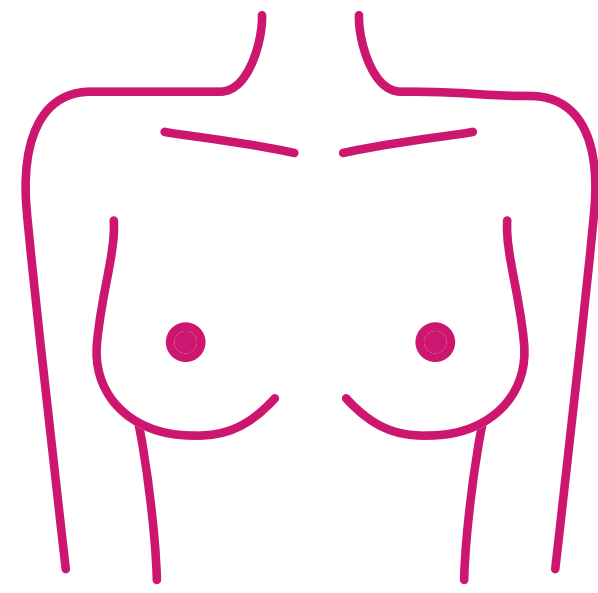
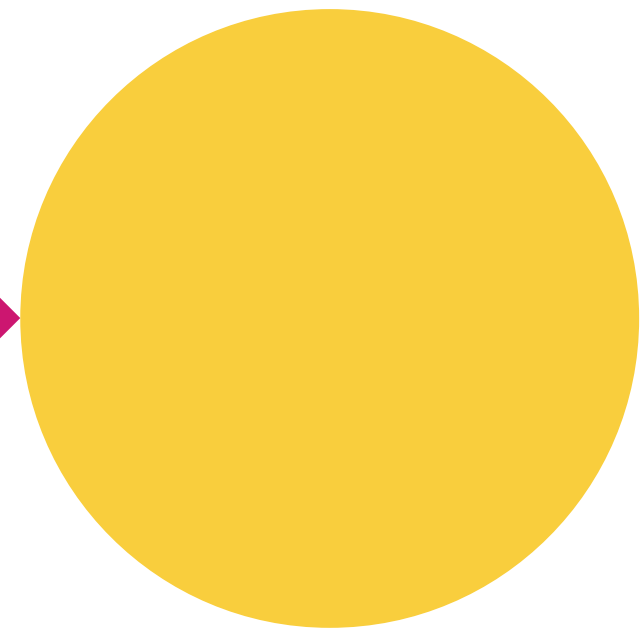




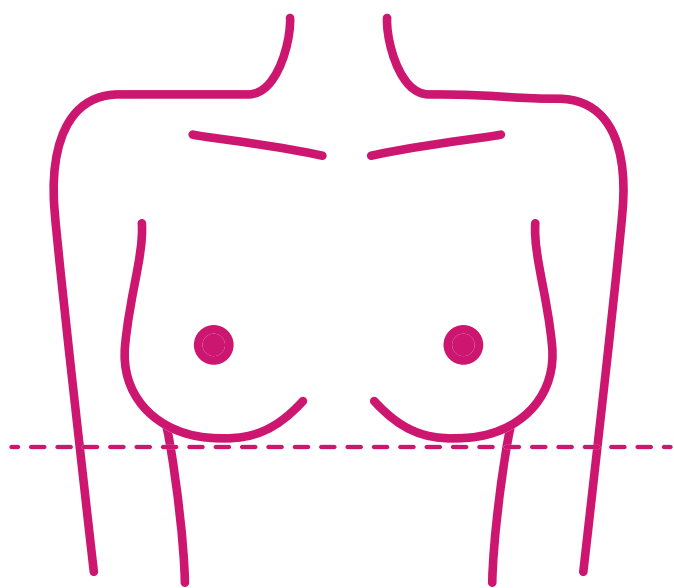
Octubre es el mes de la lucha contra el cáncer de mama. Detectarlo a tiempo puede salvar tu vida.

Cualquier bolita, zona dolorosa, abultamiento o consistencia diferente en tus senos puede ser señal de cáncer.

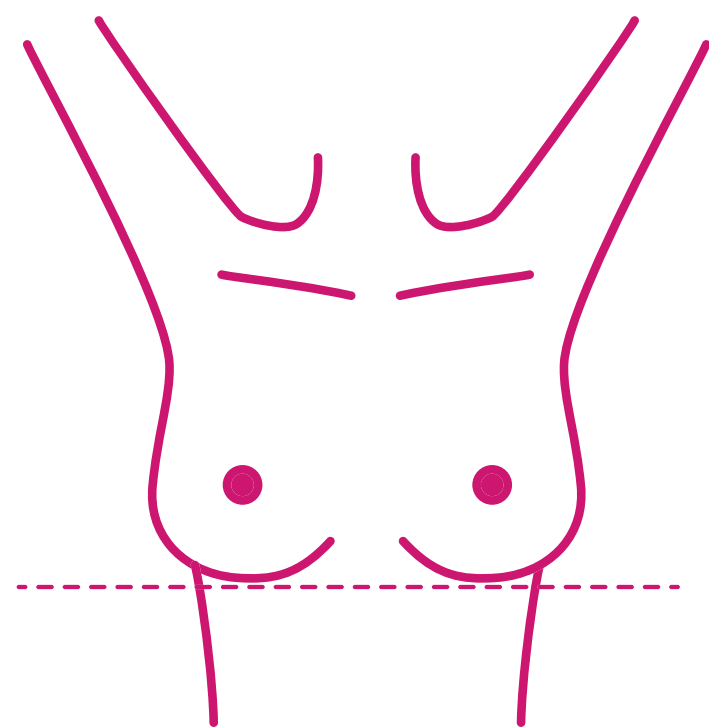
Sigue estos sencillos pasos para autoexplorarte:



● Busca enrojecimientos, bultos o hundimientos en tus senos.



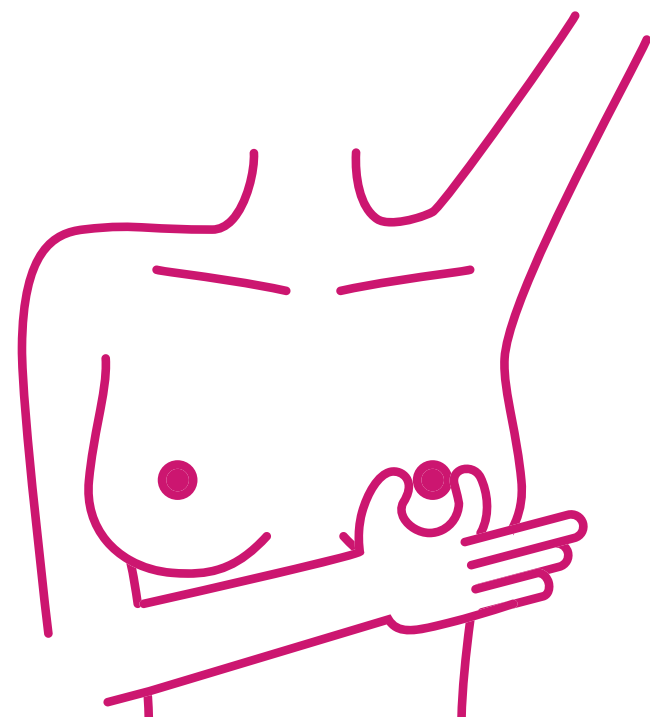
● Revisa que ambos senos estén en el mismo nivel.



● Repite los pasos 1 y 2 pero con los brazos arriba.



● Levanta el brazo izquierdo y con 3 dedos revisa tu seno derecho de forma circular.



● Presiona el pezón para revisar que no salga ningún líquido.



● Repite los dos pasos anteriores en tu otro seno.

