

# Tienen que cuidarse primero para poder cuidar a otros.

— HELEN, SOBREVIVIÓ EL CÁNCER DEL SENO

Helen, quien en dos ocasiones ha superado el cáncer, desea ser una inspiración para todos. Pese a su artritis reumatoide crónica, vive una vida plena y activa. Helen aclara que es gracias a los exámenes y la detección temprana que todavía está con vida, y nos recuerda que primero, uno tiene que cuidarse para poder estar ahí para sus seres queridos.

Si usted tiene entre 40 y 49 años, hable con su médico sobre cuándo y con qué frecuencia se debe realizar una mamografía de rutina.

Si tiene entre 50 y 74 años, asegúrese de hacerse una mamografía cada dos años.



## EXÁMENES MÉDICOS PARA DETECTAR EL CÁNCER DE SENO

## EL DERECHO DE SABER

Para obtener más información visite [www.cdc.gov/RightToKnow](http://www.cdc.gov/RightToKnow) o llame al 1-800-CDC-INFO (232-4636) 1-888-232-6348 (TTY)

DISTRIBUIDO POR



Centers for Disease  
Control and Prevention  
National Center on Birth Defects  
and Developmental Disabilities