

Cimitarra- Octubre 19 de 2021

Señores.
COMITÉ ETICA HOSPITALARIA
COMUNIDAD EN GENERAL
ESE Hospital San Juan +6
Cimitarra

REFERENCIA: TALLER SOBRE DIA MUNDIAL DE CANCER DE MAMA

En la dimensión de **GESTION DIFERENCIAL DE POBLACIONES VULNERABLES** del **PLAN DE ACCION EN SALUD "PAS 2021"** que ejecuta la ESE Hospital Integrado San Juan de Cimitarra, tiene como una de sus actividades:

ACTIVIDAD DOS: Promoción y capacitación sobre temas importantes de salud de Interés General

Comendidamente me permito solicitar espacio para realizar taller de capacitación en actividades de salud de interés general.

DIA: 19 Octubre 2021

HORA: 5. PM.

SITIO: PARQUE LINEAL LAGOS 1 CIMITARRA

Agradezco la atención que brinde a la presente, y cualquier decisión hacerla llegar a la ESE Hospital Integrado San Juan de Cimitarra, oficina del PAS 2021 o al celular 3203867296

Cordialmente,

Recibido

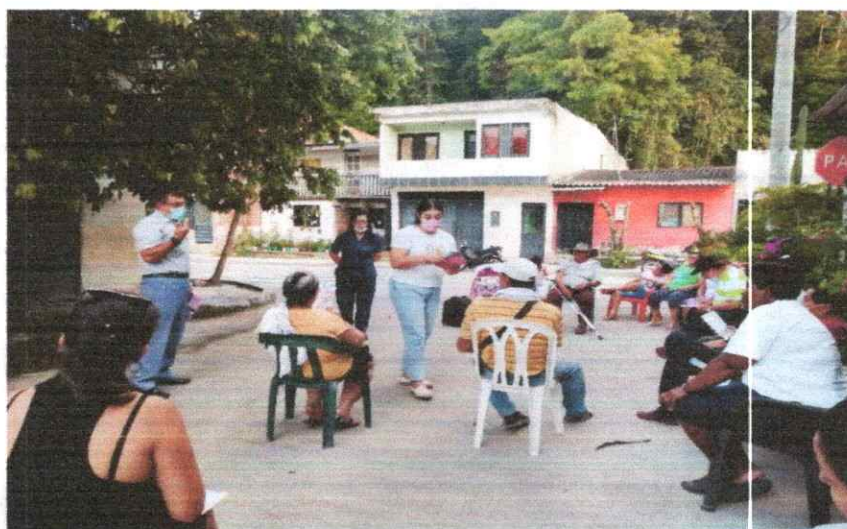
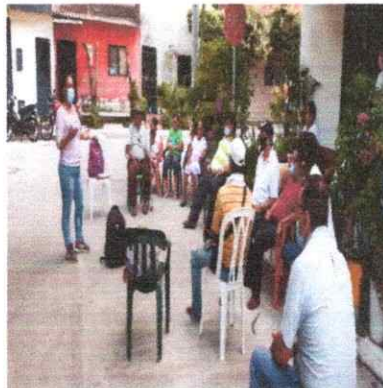
Firma:

Nombre: Guillermo León Aguirre

Fecha: 19 octubre 2021

Responsable Dimensión
Gestión Diferencial de Población Vulnerable

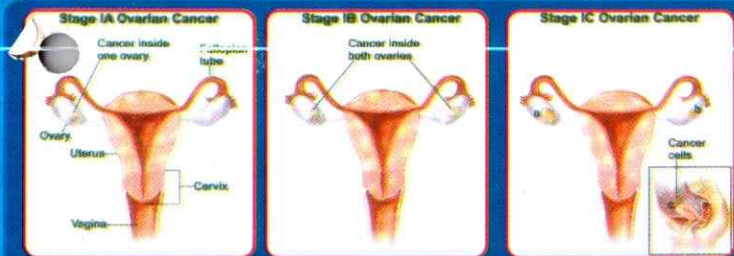
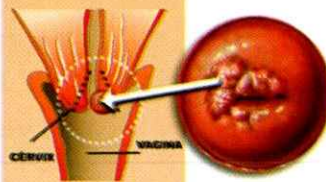
SOCIALIZACION PROGRAMAS DE SALUD DE INTERES GENERAL FORTALECIENDO LA GESTION EN SALUD



¿QUE ES EL CÁNCER DE CUELLO UTERINO?

El cáncer de Cérvix o de Cuello Uterino, es un tipo frecuente de cáncer en mujeres, y consiste en una enfermedad en la cual se encuentran células cancerosas (malignas) en los tejidos del cuello uterino.

TEJIDO CANCEROSO



¿QUE ES LA CITOLOGIA?

Es un examen que se realiza a la mujeres y consiste en tomar una pequeña muestra de tejido del cuello del útero para ser analizada en el laboratorio, con el fin de detectar la presencia de células anormales o cancerosas.



¿tomarse una Citología?

Vale la pena hacerse la **CITOLOGIA** y reclamar el resultado

La citología debe realizarse como mínimo una vez al año

No tener la menstruación o haber dejado pasar por lo menos tres días después de que haya desaparecido el sangrado.

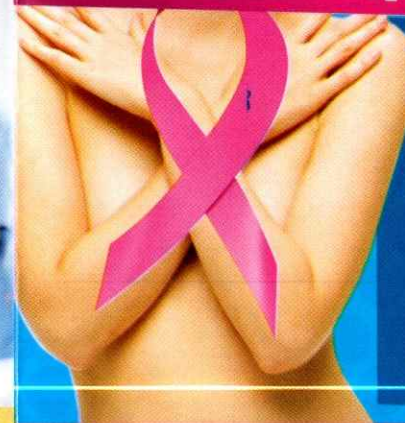
Dos o tres día anteriores al examen no haber tenido relaciones sexuales.

No haber aplicado óvulos, duchas o cremas vaginales, por que esto interfiere con el resultado de la citología.

¿CÓMO PREVENIR EL CANCER DE CUELLO UTERINO ?

- Tenga un solo compañero sexual.
- Si tiene más de un compañero sexual, use siempre condón.
- Mantenga buenos hábitos higiénicos.
- No fume
- Evite el exceso de peso e implemente hábitos de alimentación saludable.
- Si está embarazada acuda al control prenatal, deje un espacio considerable de tiempo (mínimo dos años y medio) entre un hijo y otro.
- No se exponga a tratamientos prolongados de hormonas

PREVENGA USTED MISMA EL CANCER DE MAMÁ



- Hágase el autoexamen de seno cada mes.
- Asista a chequeo médico anual.
- No se someta a tratamientos prolongados de hormonas sin orientación médica.
- Fomente hábitos de vida saludable.

AUTOEXAMEN DE SENO

Es un procedimiento para examinarte física y visualmente para detectar algún cambio en tus senos o axilas.



Colóquese frente a un espejo e inspeccione ambos senos en busca de deformidades o lesiones en la piel



Coloque las manos detrás de la cabeza y observe si hay deformidades en la superficie de tus senos (hoyuelos o pliegues en la piel)



Palpa tu seno haciendo pequeños círculos en la dirección de las manecillas del reloj , para detectar alguna masa, repite este paso en tu otro seno.



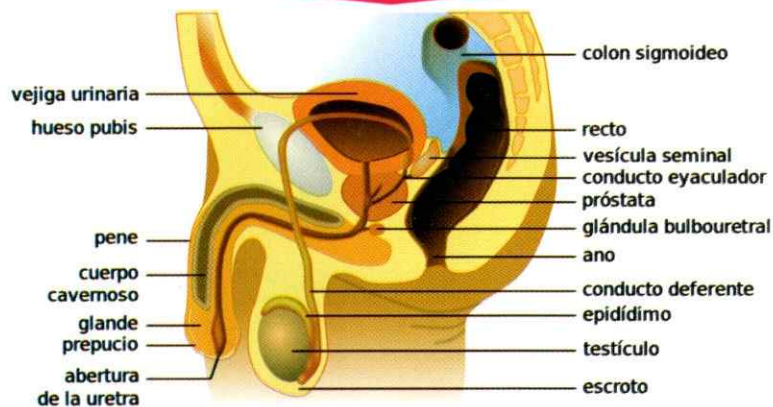
Levante el brazo sobre la cabeza y examina con tus dedos cada axila en busca de una posible masa.



Aprieta suavemente cada uno de los pezones entre los dedos índice y pulgar. Observe si hay secreción de cualquier color.

SINTOMAS DEL CANCER DE PROSTATA

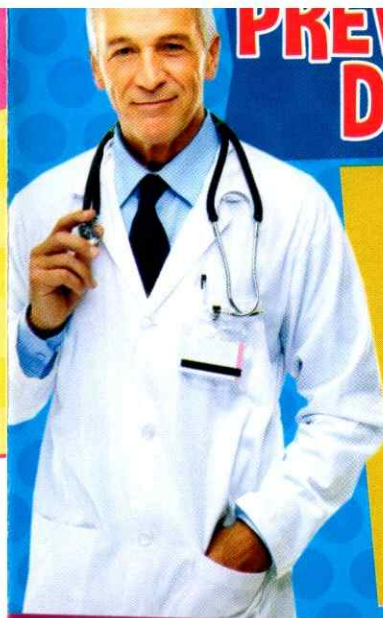
- Masa pequeña y dolorosa en los testículos.
- Sensación de peso en los testículos.
- Cambio en la consistencia de los testículos, acumulación de líquidos o de sangre en los testículos.
- Aumento del número de veces que orina al día.



AUTOEXAMEN DE TESTICULO

- Póngase cómodo.
- Coloque la mano izquierda en los escrotos (bolsitas).
- Con la yema de los dedos de la mano derecha, palpe las diferentes partes de los testículos, tratando de buscar bolitas o masas que difieran del resto del mismo.
- En caso de localizar alguna masa extraña, consulte inmediatamente al médico.
- Esta práctica puede prevenir con mucha

PREVENCIÓN DEL CANCER

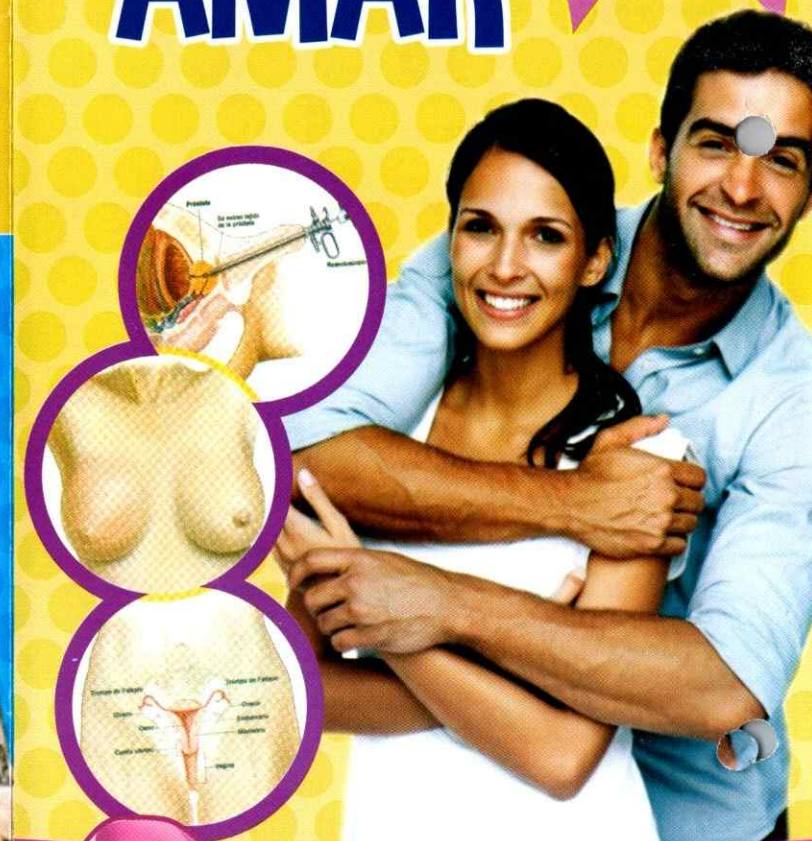


Es importante DETECTAR el cáncer de cuello uterino, mama y próstata a TIEMPO. Vale la pena hacerse la citología vaginal, autoexamen de mama y autoexamen de órganos sexuales masculinos

Todos Unidos en la Prevención y Lucha Contra el Cancer



PREVENIR ES AMAR



Prevención del Cáncer
de Cuello Uterino,
Mamas y próstata