

Chihuahua, Chih., a 18 de octubre del 2024.

## **Realiza Pensiones Civiles más de 5 mil mastografías para cuidar la salud de las mujeres chihuahuenses**

*-De enero a septiembre también se han efectuado 1,721 sonografías, como parte de las acciones para la detección oportuna del cáncer de mama*

Durante el mes octubre, mes de la lucha contra el cáncer de mama, Pensiones Civiles del Estado (PCE) prioriza la atención médica de las derechohabientes para prevenir y detectar oportunamente esta enfermedad, para lo cual se han realizado 5 mil 327 mastografías de enero a septiembre del presente año.

En dicho lapso, la institución también ha efectuado un total de 1,721 sonografías de glándulas mamarias. Ambos estudios fueron dirigidos a 6 mil 038 mujeres, acciones que derivaron en la detección oportuna de 74 casos.

Además, se brinda atención, seguimiento y tratamiento adecuado a 14 pacientes con diagnósticos nuevos de tumores malignos de mama.

El director médico de PCE, Óscar Aguirre Barrera, detalló que este tipo de cáncer afecta a las mujeres de cualquier edad después de la pubertad, por ello, es necesario implementar la autoexploración mensual a partir de los 20 años de edad, un examen clínico anual a partir de los 25 años y la mastografía bianual en mujeres entre 40 y 69 años.

La institución invita a las derechohabientes a que acudan a realizar su detección oportuna de cáncer de mama con su médico de familia para que brinde seguimiento, o a solicitar el estudio en los módulos de PrevENSIONES ubicados en las delegaciones Chihuahua, Juárez, Delicias, Parral, Cuauhtémoc, Meoqui, Camargo, Saucillo y Nuevo Casas Grandes.

Para disminuir los factores de riesgo de esta enfermedad, es recomendable mantener un estilo de vida saludable al incrementar el consumo de frutas y verduras, disminuir el consumo de grasas de origen animal y grasas trans, hacer ejercicio 30 minutos al día y evitar el consumo de tabaco y bebidas alcohólicas.