



CÁNCER DE MAMA: PREVENCIÓN Y CONTROL

El 19 de Octubre se celebra el Día Mundial de Lucha contra el Cáncer de Mama.

El color rosado que tiñe este mes pretende recordarle a todas las mujeres la importancia de realizar la mamografía anual para la detección precoz del cáncer de mama. En Medicina Personalizada nos unimos ayudando en generar consciencia entre nuestras socias mujeres.

El cáncer de mama es el más común entre las mujeres en todo el mundo. Según datos de la Organización Mundial de la Salud representa el 16% de todos los cánceres femeninos.

La mamografía anual a partir de los 40 años es un control que ayuda a detectar lesiones en forma precoz pudiendo brindar un tratamiento a tiempo.

También es importante el autoexamen de manera frecuente, conocerse, advertir cambios y anomalías en el cuerpo. Es muy útil para tumores de intervalo, es decir los que se desarrollan entre mamografías.

Los factores de riesgo en general son:

- **Edad:** La mayoría de los diagnósticos se realizan después de los 40 años; el riesgo aumenta con la edad.
- **Historial menstrual y de reproducción:** aumentan las posibilidades cuando la persona tuvo su primera menstruación antes de los 11 años; su primer hijo después de los 30 años o no ha tenido hijos; tuvo su menopausia después de los 52 años o realizó una terapia menopáusica de hormonas durante muchos años.
- **Densidad mamaria:** las mujeres que representan grandes áreas de tejidos densos tienen más posibilidades de tener cáncer de mama.
- **Estilo de vida:** obesidad, poca actividad física, consumo excesivo de alcohol también son factores de riesgo.

- **Genética:** Si la madre, padre, hermana o hija han padecido cáncer de mama las posibilidades aumentan.

Se debe consultar si:

- Se nota cambios en la apariencia del pezón o la mamá más allá de las típicas transformaciones que se viven en el mes.
- Al palparse se siente nódulos mamarios
- En períodos no correspondientes con la lactancia salida espontánea de líquido del pezón.
- Hinchazón en todo o parte del pecho.
- Irritación de la piel del pecho o el pezón.
- Enrojecimiento o rugosidad de la piel del pecho o el pezón.
- Retracción de la piel o del pezón.
- Cambios de coloración en la piel.
- Asimetrías.
- Dolor mamario persistente.

RECORDEMOS: PREVENIR ANTE TODO.

DISPENSACIÓN DE MEDICAMENTOS EN MP

En la farmacia interna de MP (Clínicas Setiembre y Carrasco) contamos con medicamentos que son los más indicados por nuestros médicos y que cubren la mayoría de las necesidades de nuestros socios por medio de un copago.

Nuestras farmacias se encuentran en Clínica Setiembre, abierta los 365 días del año las 24 horas, y en Clínica Carrasco, abierta de lunes a viernes de 8 a 21 horas y sábados de 8 a 14 horas. El teléfono de farmacia es 2711 1000 int. 4.

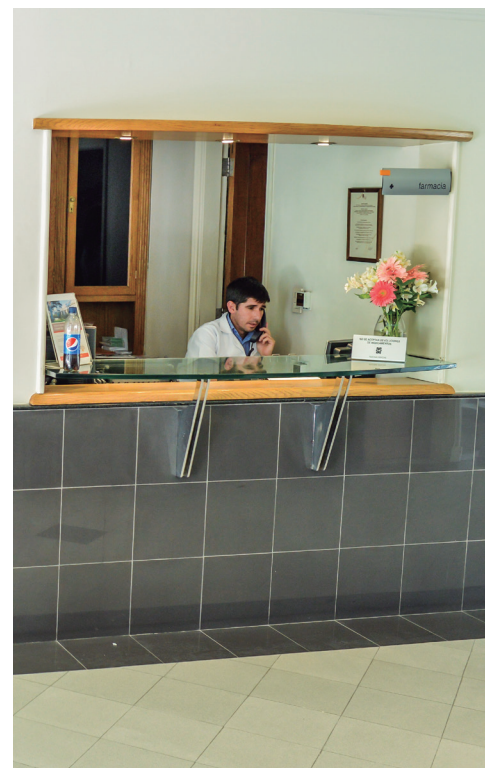
Para complementar el Servicio de entrega de medicamentos, también contamos con el beneficio de una extensa red de farmacias adheridas donde se puede adquirir un medicamento (bajo cobertura) con el descuento de 40% sobre el precio de lista.

Nuestros médicos, además, pueden realizar prescripción crónica de los medicamentos que así

lo ameriten, dicha indicación debe validarse en cualquiera de las dos farmacias de MP. Pueden retirarse medicamentos hasta 2 meses de tratamiento en nuestra farmacia, o generar vales para retiro en cualquiera de las farmacias adheridas (también por dos meses).

Alineados al cuidado del medio ambiente, MP participa del *Plan Plesem*, donde nuestros socios pueden desechar medicamentos vencidos, en desuso o vacíos en la buzonera que se encuentra al lado del mostrador de cada una de nuestras farmacias. De esta manera se reciclan los envases de los medicamentos y se destruyen los medicamentos, bajo normas avaladas por la Dirección Nacional de Medio Ambiente.

Por mayor información puede comunicarse con Atención al Socio: atencion.socios@mp.com.uy o al 2711 1000 int. 3.



Administración Central: Av. Ricaldoni 2452 esq. Campbell | Tel.: 2711 1000
www.mp.com.uy | informes@mp.com.uy



LÍNEA DE VIDA

Una línea telefónica de prevención del suicidio atenderá las 24 horas durante todo el año. En el Día Nacional de Prevención del Suicidio, que se conmemoró el 17 de julio, el Estado inauguró la línea 0800 0767 (desde teléfono fijo) y *0767 desde telefonía móvil para todo el país, las 24 horas, los 7 días de la semana.

Se trata de una línea gratuita, gestionada por ASSE que es atendida por profesionales idóneos en el tema, como licenciados en Psicología y Enfermería, que han sido capacitados para atender con la mayor calidad.

Los usuarios de MP Medicina Personalizada, así como el resto de la población podrán utilizar dicho servicio en caso de ser necesario.

Mediante la implementación de un sistema de asistencia telefónica para personas en situaciones críticas, se busca contribuir a la prevención de intentos de autoeliminación y suicidios.

Línea de Vida es una herramienta más que se encuentra disponible como forma de escucha profesional, contención, información y, en casos de emergencia, realizar coordinaciones necesarias.



CANCELACIÓN DE CONSULTA

Para una mayor eficiencia del servicio y beneficio de otros socios es importante cancelar con la mayor anticipación posible una consulta coordinada en caso de no poder concurrir.

Los medios para hacerlo son:

- Respuesta al mensaje recordatorio de consulta por SMS
- Envío de mail a coordinación@mp.com.uy
- Telefónicamente al 2711 1000 Opción 2
- A través de Mi MP



ASESORAMIENTO EN LACTANCIA

Para las mamás recientes que se encuentren internadas, MP brinda servicios especializados en cuidados y alimentación del recién nacido. Recibirán visitas de lunes a viernes, pudiendo luego consultar telefónicamente o coordinar consulta en la Policlínica de Apoyo a la Lactancia Materna de MP al 2711 1000 Opción 2.



REGALOS GO

15% de beneficio ingresando en cupón de descuento la palabra "mp".

Regalos Go es una tienda online de regalos para niños de 2 a 12 años.

Es una solución a la falta de tiempo que evita que tengas que salir de casa y tener esperas. Ingresás en www.regalosgo.com.uy, lo comprás y te lo llevamos pronto para regalar!

Tenemos también la opción de retirarlo por un pick up center



ESPACIO AROMA

20% de descuento de Lunes a Miércoles en todos sus productos.

Es una empresa uruguaya dedicada a la venta de productos de aromatización ambiental y corporal con 15 años de trayectoria. Dentro de sus productos podrás encontrar aromatizadores para el ambiente, difusores eléctricos, lociones corporales, jabones naturales, velas aromáticas, perfumadores para telas y mucho más.

Descuento válido para los locales dentro de Montevideo. No acumulable con otras promociones y/o beneficios.

www.espacioaroma.com

Presentar tarjeta de socio y C.I.



LA VILLETA

25% de beneficio en los primeros tres meses de estadía.

La Villetta Residencial ofrece un ambiente familiar, seguro, agradable y armónico donde el adulto mayor disfruta y socializa como en una familia, integrándose a una pequeña comunidad que garantiza su contención y atención en forma personalizada y profesional.

Parada 5. Pilcomayo casi Pedragosa Sierra - Punta del Este

Tel.: +598 9911 2233

www.lavilletta.com.uy

Pago adelantado. Válido sólo para estadías permanentes. Válido también para familiares directos. Presentar tarjeta de socio y C.I.

* MP no responderá por los daños que eventualmente pueda sufrir el Socio en ocasión de la utilización de cualquiera de los beneficios que refiere este documento, derivados de los productos y/o servicios brindados por terceros.



Administración Central: Av. Ricaldoni 2452 esq. Campbell | Tel.: 2711 1000
www.mp.com.uy | informes@mp.com.uy

