

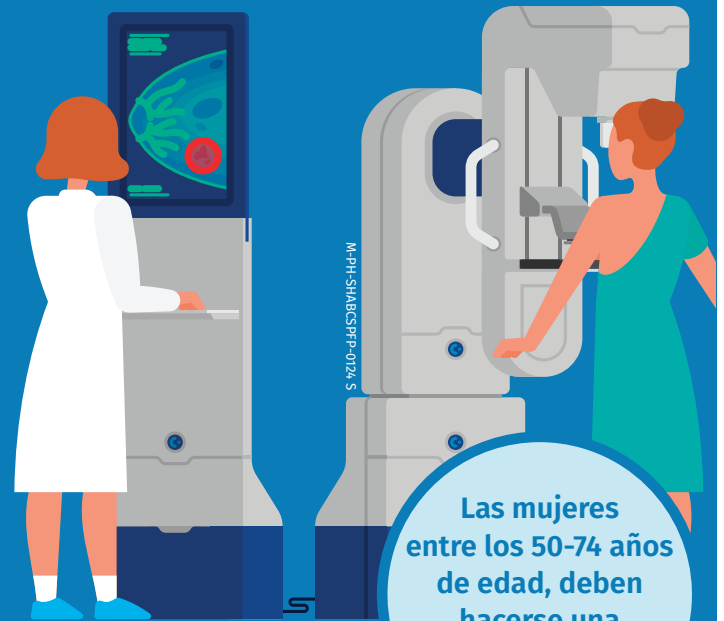
# ¡Hágase una mamografía para protegerse contra el cáncer de seno!



CenCalHEALTH®  
Local. Quality. Healthcare.

Las mamografías (rayos “X” del seno) se usan como prueba de detección de cáncer de seno.

Hacerse mamografías de manera regular para la detección de cáncer de seno, puede ayudar a encontrar temprano el cáncer de seno cuando puede ser más fácil tratarlo.



M-PP-SIABCSPP-0124 S

Las mujeres entre los 50-74 años de edad, deben hacerse una mamografía cada dos años.



Las mamografías son un beneficio gratis de CenCal Health ¡Y salvan vidas!

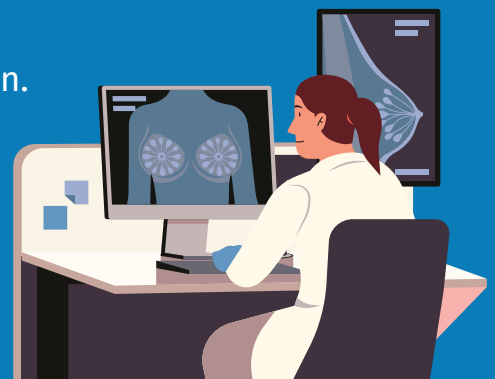
Si usted tiene historial personal o en su familia de cáncer de seno, hable con su doctor para saber si necesita revisiones más frecuentes.

Aprenda más: [bit.ly/CCHmammo](https://bit.ly/CCHmammo)

## Una mamografía (mamograma) es una dosis baja de rayos “X” del seno que se usa para buscar cambios en los senos

Las mamografías pueden detectar tumores que son demasiado pequeños para que usted o su doctor los sientan. Normalmente se toman imágenes de radiografía de dos ángulos diferentes de cada seno.

Una mamografía puede ser incómoda pero generalmente no es dolorosa. Normalmente solo toma cinco minutos.



# ¿Lista para su prueba de detección?

## Estos son los pasos que debe tomar:

1

Llame hoy a su **proveedor de cuidado primario (PCP, por sus siglas en inglés)** para pedir un pase para una mamografía.

2

Haga su **cita** en el laboratorio de su preferencia. Por favor vea la información adjunta.

3

Llegue **15 minutos antes** de la hora programada para su cita.

4

¡**Siéntase orgullosa de sí misma!** Hacerse una prueba de detección es importante para su salud, ¡y ya lo hizo!



## ¿Le preocupa exponerse a la radiación durante una mamografía?

La máquina toma radiografías a una dosis más baja de radiación que otras radiografías que se hacen para sacarles imágenes a otras partes del cuerpo. Su doctor está disponible para conversar sobre cualquier pregunta o duda.



Para ver si califica **para transporte gratis** para ir a su cita, llame, sin costo, al departamento de Servicios para Miembros de CenCal Health al 1-877-814-1861 (a la línea TTY/TDD 1-833-556-2560 o 711), de lunes a viernes, 8 a.m. - 5 p.m. o a Ventura Transit Systems al (855) 659-4600.



Para acceder a nuestra **biblioteca de educación sobre la salud en línea** con información, ayudas, y recursos para el cuidado preventivo y estilos de vida saludables, visite [www.cencalhealth.org](http://www.cencalhealth.org) y haga clic en "Salud y Bienestar."



Para **hablar con un Educador de Salud** en CenCal Health, por favor llame al 1-800-421-2560 ext. 3126. Deje un mensaje de voz con su solicitud para apoyo o información, y le regresaremos la llamada lo más pronto posible. También puede solicitar materiales educativos por su cuenta en el Portal para Miembros en [qrco.de/CCHmemberportal](http://qrco.de/CCHmemberportal).

# Puede hacer su cita de mamografía en cualquiera de estos establecimientos:

## Lompoc, CA

- Midcoast Imaging Medical Group | 805-737-3375

## Los Angeles, CA

- UCLA Radiology Medical Group | 310-301-6800

## Santa Barbara, CA

- Pueblo Radiology Medical Group, Inc. | 805-682-7744
- Santa Barbara Radiology Medical Group | 805-569-7279
- Santa Barbara Women's Imaging Center | 805-560-8111

## Ventura, CA

- Breast Center at Community Memorial Hospital | 805-948-5093

## San Luis Obispo, CA

- Magnetic Resonance Imaging of San Luis Obispo, Inc. | 805-434-1491
- Templeton Imaging | 805-434-0829

## Santa Maria, CA

- Diagnostic Imaging of Santa Maria | 805-739-3000
- Santa Maria Digital Medical Imaging | 805-928-3673

## Templeton, CA

- Templeton Imaging | 805-434-1491
- Templeton Radiology Diagnostic Center | 805-434-0829

