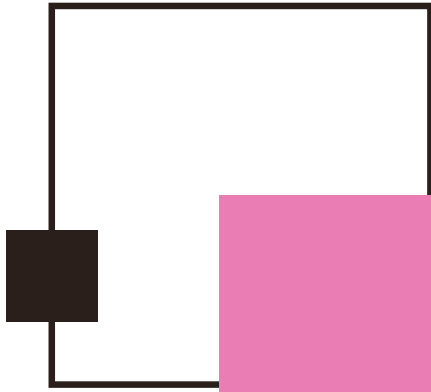


No. 85  
**Octubre**  
2021

**EnteraRSE**

Boletín informativo: Sistema de gestión de responsabilidad social y ambiental, Táctica/Worken

“Todo lo que puedes imaginar es real”.  
Pablo Picasso.



# CONTENIDO

|   |                   |
|---|-------------------|
| 3 | Notas de RSE      |
| 6 | Eventos del mes   |
| 9 | Datos de contacto |

# Notas de RSE



Comité de Salud  
y Seguridad

presenta:

## Concientización sobre el Cáncer de Mama

Por iniciativa de la OMS (Organización Mundial de la Salud), el 19 de octubre de cada año se conmemora el Día Internacional de la lucha Contra el Cáncer de mama, con el objetivo de hacer conciencia sobre la importancia de la detección y atención oportuna.

EN ETAPA TEMPRANA  
EL CÁNCER PUEDE  
SER CURABLE



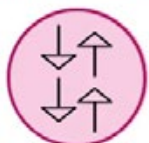
### FACTORES DE RIESGO PARA DESARROLLAR CÁNCER DE MAMA

|                                                                                     |                                                                          |                                                                                                    |                                                                     |                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>SER MUJER</b><br><br><b>100 VECES MAS COMÚN</b>                                  | <b>ENVEJECIMIENTO</b><br><br>DESPUÉS DE <b>45 AÑOS</b> EL RIESGO AUMENTA | <b>GENÉTICA</b><br><br>MUTACIÓN EN GENES <b>BRCA1 &amp; 2</b> PROVOCA CRECIMIENTO CELULAR ANORMAL. | <b>RAZA</b><br><br><b>NEGRA + RIESGO</b><br><b>HISPANA - RIESGO</b> | <b>TEJIDO DENSO</b><br><br>LA DENSIDAD SE AFECTA POR FACTORES: <b>EDAD, MEDICAMENTOS, EMBARAZOS Y GENÉTICA</b>  |
| <b>MENSTRUACIÓN</b><br><br><b>MENSTRUACIÓN TEMPRANA</b><br><b>MENOPAUSIA TARDÍA</b> | <b>NATALIDAD</b><br><br><b>USO DE ANTICONCEPTIVOS ORALES</b>             | <b>ALCOHOL</b><br><br><b>CONSUMO EXCESIVO</b>                                                      | <b>FALTA DE EJERCICIOS</b><br><br><b>VIDA SEDENTARIA</b>            | <b>RADIACIÓN ANTERIOR</b><br><br>HABER RECIBIDO RADIACIÓN EN UN PECHO EN CRECIMIENTO CONTRA OTRO TIPO DE CÁNCER |

**El autoexamen** acompañado de la mamografía y ultrasonido anual a partir de los 40 años pueden ayudar a detectar el cáncer en etapas tempranas, incluso si es asintomático.



Movimientos concéntricos.



Movimientos verticales.



**Acostada**

Mano derecha bajo la cabeza y con las yemas de la mano izquierda palmamos con firmeza. Luego realizar con la otra mama.



Palpar la axila.



Presionar suavemente el pezón para ver si hay secreciones.

Realiza la exploración al menos una vez al mes a partir de los 25 años de edad.

Explórate 7 días después del inicio de tu menstruación.



Buscar diferencias entre mamas.



Buscar cambios en la textura de la piel.

**Frente al espejo**



Revisar la forma del pezón.



Observar forma y contorno.

Si ya no reglas, hazlo un día fijo al mes.

Acude con tu médico Si notas alguna alteración.

**Ve con un especialista si notas...**



Protuberancias



Cambio de tamaño



Fluidos desconocidos



Dolor por más de un mes



Pezón invertido



Inchazón o endurecimiento



Enrojecimiento

Una de cada 12 mujeres enfermarán de cáncer de mama a lo largo de su vida.

En 2020, alrededor de 685 000 mujeres fallecieron como consecuencia de esa enfermedad.

Es el cáncer de mayor prevalencia en el mundo.



# Eventos del mes ■

12 de octubre. Día del Respeto a la Diversidad Cultural



## ¿Sabías qué?

Se le llamó día de la raza gracias al libro de José Vasconcelos “La raza cósmica”.

En este texto Vasconcelos se refiere al mestizaje latinoamericano como la nueva raza.

## 12 de octubre. Certificación ISO 9001:2015

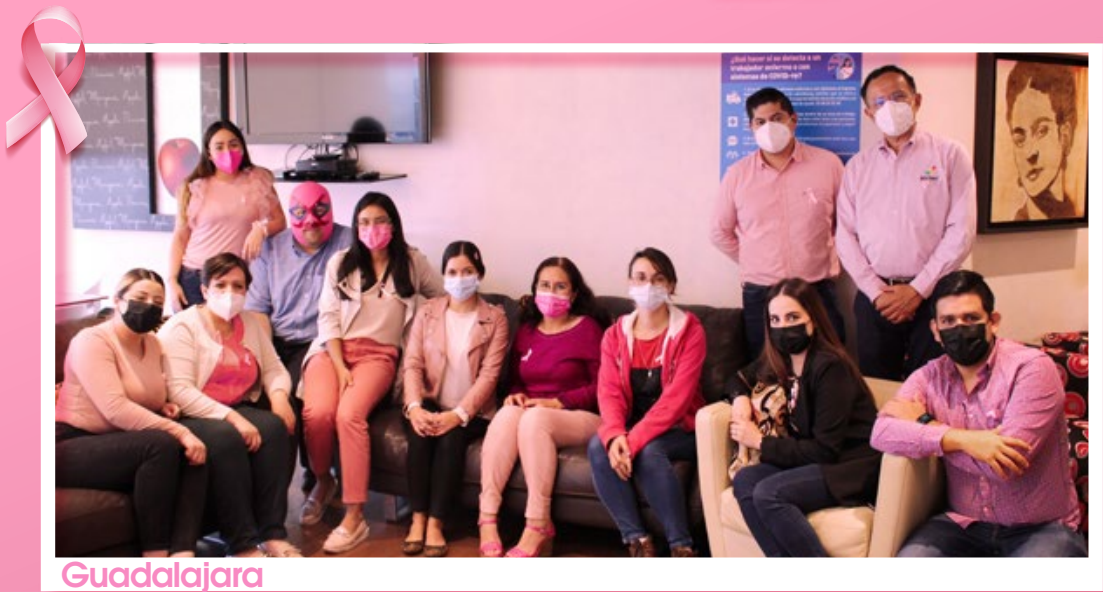
Nos llena de orgullo compartir el resultado satisfactorio de la reciente auditoría externa, donde el organismo evaluador dictaminó que continuamos manteniendo el certificado ISO 9001:2015, el cual acredita la calidad en nuestro sistema de gestión.



# Eventos del mes ■

19 de octubre. Nos vestimos de Rosa

## Octubre rosa





# Eventos del mes ■

19 de octubre. Nos vestimos de Rosa



# Eventos del mes ■

19 de octubre. Nos vestimos de Rosa





## Datos de contacto ■

Envíanos tus sugerencias y/o comentarios a:  
**responsabilidadsocial@worken.mx**

# COMITÉS RSE

## Táctica/Worken GDL

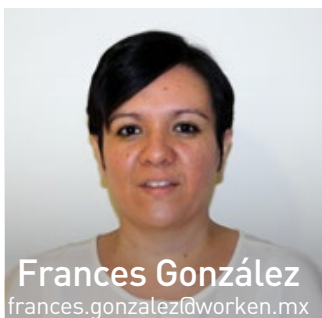
presenta:



## Comité de Salud y Seguridad

### ACTIVIDADES PRINCIPALES

Lleva a cabo **campañas de sensibilización** sobre la prevención de accidentes laborales, epidemias, etc.



**Frances González**  
frances.gonzalez@worken.mx

TITULAR

### INTEGRANTES

**Susana Gómez**

sgomez@tactica-innovacion.com

**Fernanda Montserrat Vaca**

fernanda.vaca@worken.mx





tactica-innovacion.com



# GRACIAS

¡Síguenos en redes sociales!

Talento Worken

worken.mx

