

# BREAST CANCER AWARENESS MONTH

October is [Breast Cancer Awareness Month](#) in Maryland. The Maryland Department of Health (MDH) recognizes that increased awareness and screening help reduce breast cancer deaths in the state. MDH offers this Breast Cancer Awareness Month toolkit as a resource that can help raise awareness about the importance of routine breast cancer screening and provide individuals, communities, and organizations with tools to help Marylanders take charge of their health by talking to their health care provider about risks and recommendations for screening.

## Resources

The following includes MDH's social media channels, an MDH webpage to share, and an overview of the content included in this toolkit.

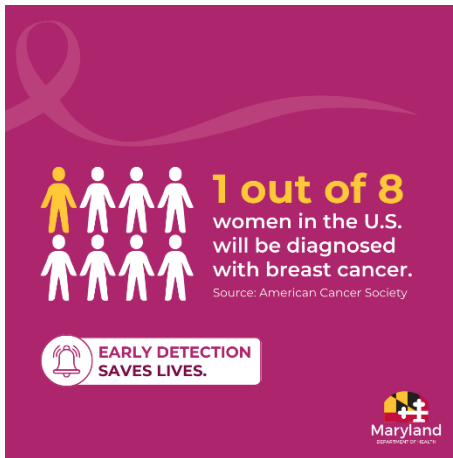
### MDH Social Media Accounts to Follow

- [X \(Twitter\)](#)
- [Instagram](#)
- [Facebook](#)
- [YouTube](#)
- [LinkedIn](#)
- [Bluesky](#)
- [Threads](#)

### Included in this Toolkit

- Eight posts with social media copy and graphics

## Learn the Facts About Breast Cancer



### English Copy:

Breast cancer is the second leading cause of cancer death in women.\* Know your risk of breast cancer and talk to your doctor about routine screening for breast cancer.

\*Source: American Cancer Society

### Spanish Copy:

El cáncer de mama es la segunda causa principal de muerte por cáncer en las mujeres.\* Conozca su riesgo de padecer cáncer de mama y consulte con su médico sobre las pruebas de detección de rutina para el cáncer de mama.

\*Fuente: American Cancer Society

### English Alt Text:

1 out of 8 women in the U.S. will be diagnosed with breast cancer. Source: American Cancer Society. Early detection saves lives. Source: American Cancer Society.

### Spanish Alt Text:

1 de cada 8 mujeres en los EE. UU. será diagnosticada con cáncer de mama. Fuente: American Cancer Society. La detección temprana salva vidas.

## Know Your Risk: 1 of 3



### English Copy:

The main risk factors for developing breast cancer include age, hormones, and a family history of breast cancer. Detect early. Talk to your health care provider about your breast cancer risks and when and how to get screened.

### Spanish Copy:

Los principales factores de riesgo para desarrollar cáncer de mama son la edad, las hormonas y los antecedentes familiares de este cáncer. Detéctelo temprano. Consulte con su proveedor de atención médica sobre sus riesgos y cuándo y cómo hacerse la prueba de detección.

### English Alt Text:

Breast cancer risk factors include aging, hormones, family history of breast cancer. Early detection saves lives.

### Spanish Alt Text:

Los factores de riesgo del cáncer de mama incluyen los siguientes: envejecimiento, hormonas, antecedentes familiares de cáncer de mama.

## Know Your Risk: 2 of 3



### English Copy:

All women are at risk for developing breast cancer, but some factors increase your risk. Detect early. Talk to your health care provider about your breast cancer risk and when and how to get screened.

### Spanish Copy:

Todas las mujeres corren el riesgo de desarrollar cáncer de mama, pero algunos factores aumentan su riesgo. Detéctelo temprano. Consulte con su proveedor de atención médica sobre su riesgo de cáncer de mama y cuándo y cómo hacerse la prueba de detección.

### English Alt Text:

All women are at risk for developing breast cancer. Talk to your doctor about your risk. Early detection saves lives.

### Spanish Alt Text:

Todas las mujeres corren el riesgo de desarrollar cáncer de mama. Consulte con su médico sobre su riesgo.

## Know Your Risk: 3 of 3



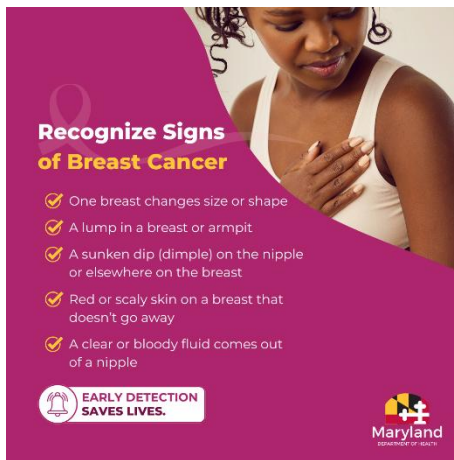
English Copy:

About 1 in 8 women in the U.S. will develop invasive breast cancer over the course of their lives. Schedule your screening test and follow up on all further tests you may need.

English Alt Text:

By your 25th birthday, start having routine conversations with your healthcare provider about your risk for breast cancer.

## Recognize the Symptoms



### English Copy:

In the early stages, breast cancer is usually not painful. But some things may be signs of breast cancer. Know the signs and talk to your health care provider if you have concerns.

### Spanish Copy:

En las primeras etapas, el cáncer de mama generalmente no es doloroso. Pero algunas cosas pueden ser signos de cáncer de mama. Conozca los signos y consulte con su proveedor de atención médica si tiene inquietudes.

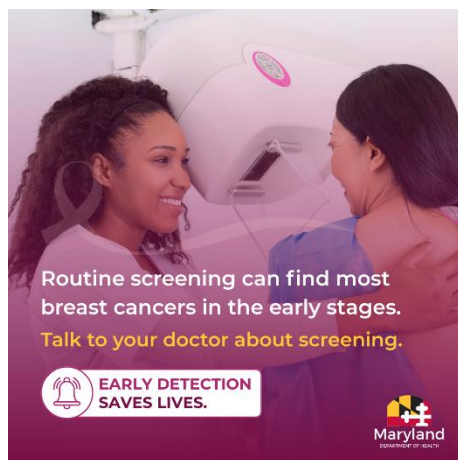
### English Alt Text:

Recognize signs of breast cancer: one breast changes size or shape, a lump in a breast or armpit, a sunken dip (dimple) on the nipple or elsewhere on the breast, red or scaly skin on a breast that doesn't go away, a clear or bloody fluid comes out of a nipple. Early detection saves lives.

### Spanish Alt Text:

Reconozca los signos de cáncer de mama: seno que cambia de tamaño o forma, bulto en un seno o axila, hoyuelo (hendidura) en el pezón o en otra parte del seno, piel enrojecida o escamosa en un seno que no desaparece, líquido transparente o sanguinolento que sale de un pezón.

## Get Screened: 1 of 3



### English Copy:

Routine screening can find most breast cancers in the early stages, when treatment is more likely to be successful. Talk to your health care provider about your breast cancer risk and breast cancer screening.

### Spanish Copy:

Las pruebas de detección de rutina pueden detectar la mayoría de los cánceres de mama en las primeras etapas, cuando es más probable que el tratamiento sea exitoso. Consulte con su proveedor de atención médica sobre su riesgo de cáncer de mama y las pruebas para detectarlo.

### English Alt Text:

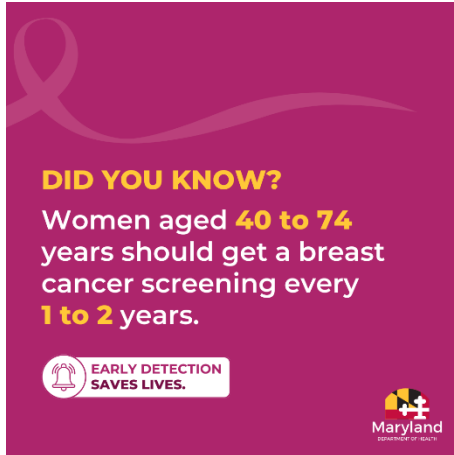
Routine screening can find most breast cancers in the early stages. Talk to your doctor about screenings. Early detection saves lives.

### Spanish Alt Text:

Las pruebas de detección de rutina pueden detectar la mayoría de los cánceres de mama en las primeras etapas. Consulte con su médico sobre las pruebas de detección.

## Get Screened: 2 of 3

Image Options:



English Copy:

Women aged 40 to 74 years should get a breast cancer screening every 1 to 2 years. Detect early. Talk to your health care provider about when and how to get screened.

Spanish Copy:

Las mujeres de 40 a 74 años deben hacerse una prueba de detección de cáncer de mama cada 1 a 2 años. Detéctelo temprano. Consulte con su proveedor de atención médica sobre cuándo y cómo hacerse la prueba de detección.

Image 1 English Alt Text:

Did you know? Women aged 40 to 74 years should get a breast cancer screening every 1 to 2 years. Early detection saves lives.

Image 1 Spanish Alt Text:

¿Sabía que...? Las mujeres de 40 a 74 años deben hacerse una prueba de detección de cáncer de mama cada 1 o 2 años.

Image 2 English Alt Text:

Breast Cancer Screening Saves Lives. Show up. Follow up. For every reason that matters. Talk to your provider.

Image 2 Spanish Alt Text:

Las pruebas de detección del cancer de mama salvan vidas. Asiste. Haz un seguimiento. Por todas las razones que importan. Habla con tu proveedor.

## Find Local Resources



### English Copy:

Maryland Cancer Programs are located throughout the state to provide no-cost cancer screening and treatment information to eligible residents. To learn more about your eligibility and find a Cancer Program near you, visit [bit.ly/4mfzjUZ](https://bit.ly/4mfzjUZ).

### Spanish Copy:

Maryland Cancer Programs están en todo el estado para informar sobre las pruebas de detección y el tratamiento del cáncer sin costo a los residentes elegibles. Para más información sobre su elegibilidad y encontrar un Programa contra el Cáncer cercano, visite [bit.ly/4mfzjUZ](https://bit.ly/4mfzjUZ).

### English Alt Text:

Maryland Breast and Cervical Cancer Program. Eligible Maryland residents can access the following services: no-cost cancer screenings, diagnostics, linkage to treatment.

### Spanish Alt Text:

Maryland Breast and Cervical Cancer Program. Los residentes elegibles de Maryland pueden acceder a los siguientes servicios: pruebas de detección de cáncer sin costo, diagnósticos, vinculación al tratamiento.