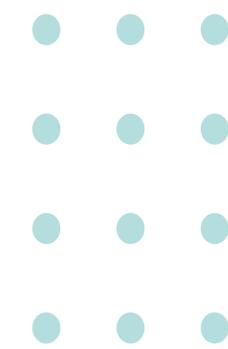


19 de Octubre

# DÍA MUNDIAL CONTRA EL CÁNCER DE MAMA

Cuanto más temprano se detecta, más posibilidades hay de controlar y/o curar la enfermedad. Por ello es fundamental la incorporación de hábitos saludables, el autoexamen y los chequeos periódicos.



- Hacete el autoexamen todos los meses.
- Visitá a tu ginecólogo/a una vez al año.
- Mantené una dieta saludable y hacé ejercicios.
- Evitá fumar y consumir mucho alcohol.



*Recordá estos consejos para prevenir esta enfermedad.*



**LAMUTUAL**

Asociación Mutualista de Empleados  
del Banco de la Provincia de Buenos Aires