

Seja você
a protagonista
da sua saúde:

Previna-se contra o câncer de mama

 outubro
rosa



Previna-se:



Mantenha o
peso corporal
ideal



Faça atividades
físicas
regularmente



Evite o
consumo de
bebidas
alcoólicas



Não fume

**Para detectar precocemente,
faça sua mamografia anualmente.**

Agende sua mamografia e saiba mais no site:
hcp.org.br/outubrorosa

ou se preferir
escaneie o Qrcode

