

**¡La mejor protección
es la prevención!**

19 de octubre

Día Mundial contra el Cáncer de Seno



Clínica de Seno



**HOSPITAL
UNIVERSITARIO
SAN IGNACIO**

CIENCIA Y TECNOLOGIA CON PROYECCION SOCIAL

Conozca algunas estrategias para Prevenir el Cáncer de Seno:



Mantener un peso adecuado



Ejercitarse regularmente



Dormir lo suficiente



Limitar el consumo de alcohol y cigarrillo



Conocer los signos y consultar al médico