

TUS HÁBITOS
cambian
TU VIDA TAMBIÉN

más prevención, menos cáncer.

Incorporá hábitos saludables a tu vida cotidiana.



Aumentá las frutas, verduras y pescado a tu dieta diaria



Disminuí la ingesta de grasas y carnes rojas



Realizá actividad física de manera regular



Evitá el tabaco y consumo excesivo de alcohol



Mantené un peso adecuado



Disfrutá del sol con cuidado y evitá los solarium



No te olvides consultar a tu médico y realizarte los chequeos correspondientes.



El Cáncer se previene y se cura