

Juntas, somos mais fortes!

Cada mulher tem uma história.

Desempenha diversos papéis com habilidade e competência: é filha, mãe, esposa, avó, amiga, profissional, provedora de afeto e de cuidado.

Com a correria do dia a dia, é comum a mulher se descuidar da sua saúde.

Algumas mulheres têm cicatrizes que lembram o quanto elas são fortes! São marcas que transformam, inspiram e abençoam!

Cuide-se com carinho! Reserve um tempo para olhar-se atentamente e perceber os sinais que o seu corpo apresenta. Consulte-se com os médicos periodicamente e realize os exames indicados para a sua idade. Além de alimentar-se de forma saudável, praticar atividade física, manter o peso adequado e cuidar do emocional.

Neste outubro rosa, o mês em que enfatizamos a prevenção ao câncer de mama, que a sua saúde seja uma prioridade para você!

O diagnóstico precoce de câncer de mama aumenta as chances de cura!

O LiberSaúde convida você a refletir sobre o cuidado com a sua saúde! É preciso uma decisão pessoal para realizar as mudanças necessárias.

A prevenção pode mudar a sua história!

Juntas, somos mais fortes!

Mariana Mendes

Médica relatora do LiberSaúde