



CNDH
M É X I C O
Defendemos al Pueblo



UNIDAD NACIONAL
**Igualdad
de Género**



DÍA MUNDIAL DE LA **LUCHA** CONTRA EL **CÁNCER** DE **MAMA**

19 de octubre

El cáncer de mama es uno de los más comunes entre las mujeres a nivel mundial.
Detectarlo a tiempo aumenta las posibilidades de éxito en el tratamiento.

Recomendaciones:

- ♦ Realizar autoexploraciones mamarias mensuales.
- ♦ Acudir a revisiones médicas anuales.
- ♦ Mantener una dieta balanceada y actividad física regular.
- ♦ Evitar consumo excesivo de alcohol y tabaco.

La CNDH promueve campañas informativas y espacios de apoyo para sensibilizar sobre la importancia de la detección oportuna del cáncer y el respeto a los derechos de las personas que lo padecen.



"Juntas y juntos contra el cáncer de mama".

¡Defendemos al Pueblo!