

OUTUBRO Rosa

TODOS CONTRA O CÂNCER DE MAMA

No Brasil, **66.280 mulheres desenvolverão este tipo de câncer**, a cada ano, entre 2020 e 2022, de acordo com o INCA.

Não há uma causa única para o aparecimento da doença, mas para diminuir o risco, **recomenda-se manter o peso corporal adequado, praticar atividades físicas e evitar o consumo de bebidas alcoólicas.**

Entre os principais sinais do câncer de mama estão **dor na axila ou mamilo, vermelhidão e caroço.**

**FAÇA O AUTOEXAME.
O DIAGNÓSTICO PRECOCE
PODE SALVAR SUA VIDA!**



ÁGUA: A ECONOMIA NÃO PODE PARAR

O nível dos reservatórios de água tem caído devido as altas temperaturas, a falta de chuva e o aumento do consumo de água pela população.

Para evitar o racionamento ou a falta de água, lembre-se de economizar. Apesar de ser vital, a água é um bem esgotável e pode faltar.

