Inscripciones en

Andén Central

o contacta con el
Servicio de RC

responsabilidad.corporativa@metromadrid.es

o en los teléfonos

91 379 10 22 31022

696 85 63 65 49604

Más información en

www.geicam.org

/GEICAM

@GEICAM y @GeicaMujer

Talleres

GEICAM
investigación en
cáncer de mama

Hábitos de vida saludables

Cáncer de mama

Metro

Cáncer de mama

El objetivo de esta actividad es promover pautas a la población femenina sobre los cuidados de las mama, sobre la periodicidad de los controles, signos y síntomas de alarma de la enfermad, los avances en el tratamiento y la investigación del cáncer de mama y sobre los Mitos y Verdades sobre el cáncer de mama.

La actividad se desarrolla a través de talleres impartidos por oncólogos médicos en los que se ofrece contenidos y actividades para adquirir esas pautas, promover la salud de la mujer y difundir información veraz en relación a esta importante patología que afecta a 1 de cada 8 mujeres españolas.

Programa

· El cáncer de mama en España.
· Factores de riesgo
· Falsos Mitos
· Diagnóstico precoz: autoexploración y mamografías Síntomas
· Tipos de cáncer de mama
· Hacia su superación: avances en el tratamiento y diagnóstico
· Tipos de investigación
· Presentación del Grupo GEICAM de Investigación en Cáncer de Mama

Cúando 11 de mayo, 17.00 a 19.00 h.
Dr. Jose Ignacio Chacón López-Muñiz
Jefe de Servicio de Oncología Médica del Hospital Virgen de la Salud de Toledo

18 de mayo, 10.30 a 12.30 h.
Dr. Juan Antonio Guerra Martínez
Jefe del Área de Oncología del Hospital Universitario de Fuenlabrada

Dónde Aulas de formación de Canillejas

Hábitos de vida saludables frente al cáncer

Este taller está orientado a la adquisición de hábitos saludables a través de unos conocimientos básicos sobre cómo influyen la alimentación y el ejercicio físico en la salud , así como en la prevención de enfermedades tan importantes como es el cáncer.

La actividad ofrece contenidos y actividades que faciliten la adquisición de hábitos de vida saludable, y la capacitación para decidir entre las opciones que favorezcan la adopción de éstos como prevención primaria del cáncer y en particular del cáncer de mama.

Programa

· ¿Qué son los hábitos de vida saludables?
· ¿Por qué tengo que tener hábitos de vida saludables?
· La dieta mediterránea, esa gran desconocida
· Bienestar Físico
· Adiós al estrés. Relájate y disfruta
· Preguntas

Cúando 11 de mayo, 10.30 a 12.00 h.
Dra. Soraya Casla Barrio
Coordinadora de programas de ejercicio físico en oncología del Grupo GEICAM

18 de mayo, 17.00 a 18.30 h.
Dra. Soraya Casla Barrio
Coordinadora de programas de ejercicio físico en oncología del Grupo GEICAM

Dónde Aulas de formación de Canillejas