

FASHION TARGETS BREAST CANCER



[www.laco.pt/fbc](http://www.laco.pt/fbc)

As nossas ações e as nossas ideias precisam necessariamente de um parceiro para as projetos, e assim passamos a luta contra o cancro da mama em Portugal apoiados pela Associação Laço à Laço e prestamos a nossa colaboração a quem quiser. Um benefício garantido por todos os parceiros envolvidos neste propósito.

© 2014 Associação Laço e Luta com o Câncer da Mama. Todos os direitos reservados. É proibida a reprodução total ou parcial sem autorização expressa da Associação Laço e Luta com o Câncer da Mama.



Associação Laço e Luta com o Câncer da Mama

ASSOCIAÇÃO LAÇO

## Câncer da Mama no Alvo da Moda

Com os fundos angariados em 2008, a Laço começou a campanha para a criação de um Centro de Excelência para o Diagnóstico e Tratamento do Câncer da Mama no Hospital Sta. Maria em Lisboa. O nosso objetivo é ter um Centro de Excelência em cada região.

Está provado em estudos internacionais que a taxa de sobrevivência e a qualidade de vida das mulheres com cancro da mama melhoraram substancialmente quando são tratadas em centros especializados.

[www.laco.pt/fbc](http://www.laco.pt/fbc)

FASHION TARGETS BREAST CANCER



## Tome conta de si!

- Faça exercício regularmente!
- Mantenha um peso saudável e uma dieta variada, rica em frutos e vegetais.
- Beba com moderação.
- Não fume.
- Visite o médico uma vez por ano.
- Conheça bem o seu corpo. Se notar qualquer mudança, consulte o seu médico.
- Participe no Programa Nacional de Rastreio do Câncer da Mama.
- Se o Programa não está ainda disponível na zona onde vive, peça ao seu médico para fazer uma mamografia de 2 em 2 anos, a partir dos 40 anos.

ASSOCIAÇÃO LAÇO