

# PREVENCIÓN GENERAL



Consejos personales para ayudar a reducir la predisposición a los riesgos:

- Limitar la ingesta de grasa.
- Limitar el consumo de alcohol y evitar el tabaco.
- Consumir alimentos con fibra: Pescados, vegetales, granos, etc.
- Consumir frutas y vegetales.
- Realizar actividades físicas: Caminatas, bicicleta, ejercicios, etc.
- Evitar la exposición a pesticidas.

LA CONSULTA  
EVITA RIESGOS

Más información acerca de este tema y otros relacionados a la prevención y el cuidado de la salud en:

MINISTERIO DE SALUD DE CÓRDOBA  
Av. Uélez Sársfield 2311 (ex Complejo Pablo Pizzurno)  
Tels.: (0351) 468-8688 / 414-3988 / 4343079 al 89  
[www.cba.gov.ar](http://www.cba.gov.ar)

SECRETARÍA DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD  
Tel.: 0351-4688610  
[prevencion.promocion@gmail.com](mailto:prevencion.promocion@gmail.com)



[gobdecordoba](https://www.facebook.com/gobdecordoba)

# PROGRAMA DE PREVENCIÓN

Cáncer de MAMAS



GOBIERNO DE LA  
PROVINCIA DE  
CÓRDOBA



Secretaría de  
Prevención y  
Promoción de la Salud

Ministerio de  
SALUD



GOBIERNO DE LA  
PROVINCIA DE  
CÓRDOBA