

[Forma listón humano Ceagua en favor de lucha contra cáncer de mama \[1\]](#)



[2]

Miércoles 19 de Octubre de 2022, Cuernavaca, Morelos

- **Que las mujeres estén informadas sobre el cuidado de su salud es el primer paso: Juárez López**

En el marco del mes de la lucha internacional contra el cáncer de mama, y con la finalidad de promover hábitos de prevención en el cuidado de la salud de las mujeres, el titular de la Comisión Estatal del Agua (Ceagua), Jaime Juárez López, acompañado por su equipo de trabajo representaron un listón humano a fin de sumarse a las acciones sobre los signos de alerta, factores de riesgo y prevención de la enfermedad.

“Queremos que las mujeres se cuiden, deseamos que tengan información de cómo prevenir la enfermedad y que recuerden que detectada a tiempo es atendible y curable; por ello el ejercicio de hoy, lo hacemos para concientizar a mujeres y hombres, porque todos tenemos a una mujer a nuestro lado y porque también los hombres pueden padecerlo”, indicó.

El cáncer de mama es el tipo más común a nivel global y afecta a mujeres de cualquier edad, aunque las tasas aumentan en la edad adulta; en México desde el 2006 es la primera causa de fallecimiento entre las mujeres, por ello la importancia de sumarse a las actividades que permitan reforzar, difundir e informar sobre una cultura de prevención.

Finalmente, la encargada de la Unidad de Igualdad de Género y Consejera, Bertha Mariana Ponce de León Vázquez, indicó que para reducir el riesgo se recomienda la autoexploración de las mamas a partir de los 20 años de edad al menos una vez al mes, así como realizar una mastografía cada dos años en mujeres mayores de 40 años o en mujeres con antecedentes familiares del citado padecimiento.

Además de llevar un estilo de vida saludable a través de una alimentación variada en frutas y verduras, así como de

actividad física diaria; practicar la lactancia materna y consultar al personal médico sobre el uso y control de anticonceptivos hormonales.

<https://youtu.be/fUlfPsG1djU> [3]



[4]



[5]



[6]



[7]



[8]



[9]



[10]



[11]

URL de origen: <https://ceagua.morelos.gob.mx/node/1668>

Enlaces

[1] <https://ceagua.morelos.gob.mx/noticias/forma-liston-humano-ceagua-en-favor-de-lucha-contra-cancer-de-mama>



- [2] <https://ceagua.morelos.gob.mx/sites/ceagua.morelos.gob.mx/files/noticias/principal/d9c5648f-c575-4944-bb77-d5910f6e079c.jpeg>
- [3] <https://www.youtube.com/watch?v=fUfPsG1djU&feature=youtu.be>
- [4] https://ceagua.morelos.gob.mx/sites/ceagua.morelos.gob.mx/files/noticias/galeria_fotografica/d9c5648f-c575-4944-bb77-d5910f6e079c.jpeg
- [5] https://ceagua.morelos.gob.mx/sites/ceagua.morelos.gob.mx/files/noticias/galeria_fotografica/bc0d123e-d664-4c41-9f26-1d0b98e620da.jpeg
- [6] https://ceagua.morelos.gob.mx/sites/ceagua.morelos.gob.mx/files/noticias/galeria_fotografica/aaba04b2-856b-4f18-b79a-30e3df4f3fb7.jpeg
- [7] https://ceagua.morelos.gob.mx/sites/ceagua.morelos.gob.mx/files/noticias/galeria_fotografica/a2838b60-bffb-48f7-91de-ec403b401a6a.jpeg
- [8] https://ceagua.morelos.gob.mx/sites/ceagua.morelos.gob.mx/files/noticias/galeria_fotografica/7981ffb7-0c6a-4cf6-8222-7c1cce62af4f.jpeg
- [9] https://ceagua.morelos.gob.mx/sites/ceagua.morelos.gob.mx/files/noticias/galeria_fotografica/740fdae9-220d-441e-b00c-0ecd38ff6c46.jpeg
- [10] https://ceagua.morelos.gob.mx/sites/ceagua.morelos.gob.mx/files/noticias/galeria_fotografica/79c42478-46cd-4734-bb81-38a1394f6449.jpg
- [11] https://ceagua.morelos.gob.mx/sites/ceagua.morelos.gob.mx/files/noticias/galeria_fotografica/02e7c046-1efb-4723-9e2f-4017b4899b7b.jpeg