Feliz Aniversário!

Seu aniversário se aproxima!

Que tal cuidar de você? A Banescaixa oferece no mês do seu aniversário a oportunidade de fazer a mamografia gratuitamente. Isso mesmo! Sem custo para você, beneficiária.

Previna-se contra o câncer de mama. Cuide-se! Faça regularmente consultas ao ginecologista, e claro, não deixe de realizar o autoexame no dia a dia. Prevenção é o melhor presente que você pode dar a si mesma.

BANESCAIXA

Palpação

Como fazer?

Levante seu braço esquerdo e coloque-o sobre a cabeça. Com a polpa digital dos três dedos do meio da mão direita, examine a mama esquerda, firme e cuidadosamente, comece pela superfície externa, mova os seus dedos em pequenos círculos de fora pra dentro até chegar no mamilo.

Preste atenção se existe massas ou inchaços que você não tenha notado antes. Não faça o movimento de “pegar alguma coisa”, mas sim, de “sentir” a mama. Repita o movimento na outra mama.

BANESCAIXA

*Essa campanha é válida exclusivamente durante o mês de aniversário das beneficiárias com idades entre 40 e 59 anos.