



PALESTRA/WORKSHOP

Outubro Rosa – Câncer de Mama

Ementa

O que entendemos por prevenção?

Falar de câncer é assustador, mas poucas pessoas estão realmente dispostas a mudar seus comportamentos para que se previna, verdadeiramente, esse mal.

Parece mais fácil deixar que as coisas aconteçam para só depois dar a devida atenção a elas do que se antecipar e evitar o problema, mesmo ao preço da qualidade de vida e a própria vida.

Objetivo

Prevenção não é fazer checkup anualmente, ou ainda, regularmente fazer o autoexame, apesar de serem procedimentos essenciais para os devidos cuidados.

Neste contexto, o objetivo desta palestra é o de dar plena consciência sobre o assunto, mostrando aos participantes o que significa prevenção, e para isso, falaremos sobre hábitos e comportamentos.

Público-alvo

- Homens e mulheres, sem exceções.

Programa - Conteúdo Proposto

Teórico

- A falsa ideia de prevenção
- Diagnóstico precoce
- Tumores: Malignos e Não-malignos
- Hábitos destrutivos e saudáveis
- O ciclo vicioso dos hábitos
- Mudar e criar novos hábitos





- **Ângústias e seu impacto nas doenças**
 - **Inteligência Positiva**
 - **A simbologia do câncer de mama**
 - **Mudança de Mindset**
 - **Qualidade de vida**
-

Prática

- Testes.

Carga Horária

- 90 minutos

Recursos Necessários

- *WiFi* com boa velocidade
- *Data Show*
- Equipamento de Som
- *Flip Chart* + Caneta Apropriada
- Blocos de notas e canetas esferográficas

Material Fornecido

- Certificado de Participação

