



**¿CUÁNTO HACE DE TU
ÚLTIMA MAMOGRAFÍA?**

Adeslas

Decídete ahora: la prevención mejora tu calidad de vida

Una mamografía preventiva cada 2 años es el método recomendado para detectar lesiones en las mamas, aunque no tengas síntomas.

Recomendaciones para la mamografía

Al pedir cita:

- Procura hacerte la mamografía unos días después del periodo, cuando las mamas están menos sensibles.

El día de la prueba:

- Ponte ropa cómoda y no lleves joyas ni bisutería de metal.
- No te apliques desodorante, talco, cremas ni perfumes en las mamas ni axilas.
- Lleva tus mamografías previas, si las tienes.
- Si notas algún cambio en tus mamas, o puedes estar embarazada, coméntalo al personal.

Después de la mamografía:

- Recuerda recoger tu informe y llevarlo a tu médico.

SegurCaixa Adeslas, S. A. de Seguros y Reaseguros, con domicilio social en el paseo de la Castellana, 259 C (Torre de Cristal), 28046 Madrid, con NIF A28011864, e inscrita en el R. M. de Madrid, tomo 36733, folio 213, hoja M-658265.

Prevenir con una mamografía puede ser clave

Si eres asegurada y tienes **entre 50 y 69 años**, no lo dejes pasar: cada dos años, hazte una mamografía preventiva.

Por tu tranquilidad.



Adeslas