

# Frases que inspiran y motivan para la prevención del cáncer de mama



Con frases motivacionales, inspiracionales y de reflexión, **estudiantes y colaboradores** del [Tecnológico de Monterrey](#) apoyan este **19 de octubre** la **prevención del cáncer de mama**.

**Octubre** es el mes de la concientización sobre el **cáncer de mama** a través de una campaña anual que busca **aumentar la atención y el apoyo** para la **sensibilización, detección temprana y tratamiento**.

Martín Grijalva, médico del campus Sonora Norte, recalca la importancia de tener conciencia sobre esta enfermedad y de motivar a las **mujeres** a realizarse la **autoevaluación**.

*"A la fecha la mejor herramienta para evitar muertes es la **prevención**, que lleva al **tratamiento oportuno**. Las campañas logran informar, concientizar y salvar vidas",* señala el doctor Grijalva.

*"Aunque el cáncer de mama es mucho más común en las mujeres, los hombres también pueden tenerlo",* agrega.



width="900" loading="lazy">

## **Frases de motivación en la lucha vs el cáncer de mama**

De acuerdo a la [Organización Mundial de la Salud \(OMS\)](#), el **cáncer de mama** afecta a **una de cada ocho mujeres en el mundo**. En **México**, esta enfermedad **es la primera causa de muerte entre la población femenina**.

Integrantes de la comunidad del **Tec de Monterrey** te comparten:

1. *“Mujer, no permitas que alguien te prohíba revistarte. Elimina tus barreras y estigmas culturales y ¡tócate!”*, - Ruth Serecer.

2. *“Eres amor, eres fuente de vida, eres fuerte”*.

3. *“Que no te dé pena. 30 minutos pueden hacer la diferencia entre la vida y la muerte. Quiérete y cuídate”*.

4. *“Ama la vida. Defiéndela. Revísate. **Lucha por cada día**. Vale la pena”*.- Mónica Monreal

5. *“Lucha siempre con determinación. **Nunca te rindas**”*.- Jesús Fernando Bórquez

6. ***“Ahora si no me va a tumbar”.***

7.- ***“Conoce tu cuerpo para poder cuidarte y amarte”.***- Luisa Pegueros

8. ***“Tócate para que no te toque. Siempre con amor todo obstáculo es mejor”.***

9.- *“Gracias por inspirarnos y enseñarnos a ser valientes.”* - Karla Susana

10.- ***“Su lucha nos inspira a nunca rendirnos y a siempre seguir adelante en cada adversidad”.***



width="900" loading="lazy">

11. ***“Estamos aquí para todas y todos que han pasado por tiempos difíciles. Por favor, conoce tu cuerpo”.*** - Mariana Tanóri

12.- ***“Soilidaridad con todas aquellas mujeres que lo padecen y con todas las superviviente.”*** - Andrea Leos

13.- ***“Cuidarlas también es de hombres”.***

14. *“Nos afecta a todos. Ya seas hombre o mujer: cuídate.”* - Sophia Corral

15. *“Guerreras y guerreros, no están solos. **Estamos con ustedes en la lucha**”.*

**SEGURAMENTE QUERRÁS LEER TAMBIÉN:**