

i CARE FOR ME FOR YOU

I NOSTRI NONNI...
che tipi di messaggi ricevevano?

ALCOL E FUMO: STILI DI VITA



All'epoca si pensava che l'alcol e il fumo facessero bene!
Le sigarette erano simbolo di benessere e raffinatezza
Fumo e Alcol venivano pubblicizzati in tv e sui giornali
Addirittura i medici consigliavano quasi sigarette fumare e l'alcol come rinvigoriscente!
Solo negli anni 80 ci furono le prime pubblicità progresso anti fumo e anti alcol



COSA È CAMBIATO OGGI?

STILE DI VITA PIÙ CONSAPEVOLE!

- Si limita il consumo di alcol e fumo 
- maggior consapevolezza dei cibi da consumare evitando quelli dolci "spazzatura" 
- controllo del peso 
- svolgere più attività fisica durante il giorno 
- utilizzo di creme solari durante esposizione al sole 

PER RIDURRE IL RISCHIO DI CANCRO!

LE NOSTRE RACCOMANDAZIONI
(per prenderci cura di noi stessi e gli altri)

- 1) FACCIAMO SCREENING DI PREVENZIONE
- 2) FACCIAMO LE VACCINAZIONI CONSIGLIATE (ad es.: PAPILLOMA VIRUS)
- 3) RECHIAMOCI DAI MEDICI SPECIALIZZATI e NON fidiamoci di quanto riportato sui Social!

