



BIEN

AHORA MAMÁ

Participamos del evento
más grande de Buenos Aires
para las madres

**Finaliza el 20°
año del Móvil
LALCEC-AVON**

**SEMANAS
GRATUITAS**

Se realizó la Asamblea Anual
de la Asociación Latina e Ibérica
Contra el Cáncer



LALCEC

LIGA ARGENTINA DE LUCHA
CONTRA EL CÁNCER



La Liga Argentina de Lucha Contra el Cáncer (LALCEC) es una Organización de la Sociedad Civil creada el 22 de julio de 1921 por Helena Larroque de Roffo, con la convicción de que la manera de combatir el cáncer es a través de la prevención y la detección temprana.

Para cumplir con su misión, LALCEC desarrolla programas bajo cinco áreas estratégicas: la detección temprana, por medio de sus consultorios, las semanas de atención gratuita y los móviles LALCEC que recorren todo el país; la educación para la salud; el acompañamiento al paciente y a sus familiares; el voluntariado y la incidencia en políticas públicas.

Sus valores le han permitido asociarse a un grupo de organismos como UICC (Unión Internacional Contra el Cáncer), ALICC (Asociación de Ligas Iberoamericanas Contra el Cáncer), SAC (Sociedad Argentina de Cancerología), RACI (Red Argentina para la Cooperación Internacional), el INC (Instituto Nacional de Cáncer), entre otros. Además, LALCEC cuenta con

una red nacional de más de 100 instituciones en el país, con las que trabaja de manera asociada y conjunta, posicionándose como la red referente y más importante de lucha y prevención del cáncer. Una red federal que le permite conocer la realidad de cada una de las localidades y ciudades del país y que lleva atención médica a lugares donde nunca antes lo habían recibido.

En estos más de 98 años de trabajo, LALCEC ha dado el equivalente a más de 10 vueltas al mundo con sus consultorios de atención gratuita móviles, atendido a más de 4 millones de pacientes en Argentina sin cobertura social y realizado más de 650 campañas y acciones de bien público en todo el país.

Para mayor información:

www.lalcec.org.ar

Facebook: LalcecArgentina

Twitter: @LalcecArgentina

Instagram: LalcecArgentina

CONSULTORIOS MÉDICOS LALCEC EN C.A.B.A

¡Ahora podés
sacar turno
por INTERNET!

www.lalcec.org.ar

ESPECIALIDADES

Cardiología
Clínica médica
Dermatología
Endocrinología
Gastroenterología

Ginecología
Neumonología
Nutrición
Oncología

Otorrinolaringología
Patología mamaria
Psico-oncología
Urología

ESTUDIOS

Biopsias
Colposcopia
Ecocardiograma
Ecodoppler
Ecografía de
Grandes Vasos

Ecografía General
Ecografía Mamaria
Electrocardiograma
Histeroscopia
Laboratorio de
Análisis Clínicos

Mamografía
Otomicoscopia
Papanicolau
Riesgo quirúrgico
Rinolaringoscopia

Turnos online: www.lalcec.org.ar Por mail: turnos@lalcec.org.ar
Telefónicamente: 4834-1500 (Lunes a Viernes de 7 a 20 hs.)

Trabajamos con **Obras Sociales y Prepagas** ¡Consultanos!

ESTAMOS EN TODO EL PAÍS: Consultá tu LALCEC más cercano en nuestra
página web: www.lalcec.org.ar



Indice



Pag 10

Finaliza el 20° año del Mamógrafo Móvil LALCEC-AVON



Pag 14

Se realizó la Asamblea Anual de la Asociación Latina e Ibérica Contra el Cáncer



Pag 18

Obesidad, un problema de ayer, de hoy y de mañana

Actividades Lalcec	Noticias Globales	Conociendo la Red
6 Participamos del evento más grande de Buenos Aires para las madres, Ahora Mamá	14 Se realizó la Asamblea Anual de la Asociación Latina e Ibérica Contra el Cáncer	24 LALCEC CÓRDOBA sigue agrandándose
8 ¡Llegó el día del Médico!	16 ALICC participó del Congreso Internacional Unicancer	26 Campaña de prevención del cáncer de piel en LALCEC LAS FLORES
10 Finaliza el 20° año del Mamógrafo Móvil LALCEC-AVON	Novedades Médicas	28 LALCEC Reconquista cumple 27 años en la lucha
12 Chequeos gratuitos para prevenir el cáncer de piel	18 Obesidad, un problema de ayer, de hoy y de mañana	29 Gala de baile de la fundación Julio Boca junto con LALCEC Rio Cuarto
	Vida Sana	30 Se realizó una Cena a Beneficio de LALCEC San Justo
	22 Temperaturas agobiantes	Rico y sano
		32 Ensalada de Quinoa
		33 Helados Frutales

Editorial



Queridos amigos,

En esta última edición de la Revista BIEN en 2019, queremos destacar y agradecer a todas aquellas personas que día a día, suman su grano de arena para hacer de LALCEC lo que es hoy y lo que será mañana. Asimismo, queremos exponer el gran trabajo que hace toda la Red LALCEC, sin su contribución todo lo que logramos no sería posible. Lo que nos mantiene motivados y por lo que luchamos todos juntos es nuestro gran propósito, poder lograr una Argentina sin Cáncer.

Fue así como este año se realizaron más de 20.000 estudios de detección temprana de seis tipos de cáncer, además se hicieron 6400 de mamografías en diferentes puntos del país, recorriendo 12.000 km gracias al móvil Avon-LALCEC.

Por otro lado, damos lugar a nuestra labor como miembros de la Asociación Latina e Ibérica Contra el Cáncer (ALICC) mostrando lo sucedido en la Asamblea Anual realizada en Punta Cana, de la cual fue parte Diego Paonessa en donde se trataron temas para seguir contribuyendo para nuestra misión.

Para finalizar queremos desearles a todos una feliz navidad y un maravilloso año nuevo en donde brindaremos por un 2020 repleto de logros, amor y felicidad.

¡Felices fiestas!

Diego Paonessa
Director Ejecutivo de LALCEC



Participamos del evento más grande de Buenos Aires para las madres, “Ahora Mamá”

LALCEC participó de la exposición destinada a las madres que tuvo lugar en La Rural los días, 7, 8, 9 y 10 de noviembre.

El mayor evento para futuras mamás, bebés, chicos y toda la familia tuvo lugar el junio pasado en Córdoba y en noviembre estuvo en Buenos Aires. Ahora Mamá Expo es el ámbito ideal en donde las mamás y las familias jóvenes conocen y descubren el mundo del embarazo y la llegada del bebé. Como cada año, participan las mejores marcas de productos y servicios para futuras mamás, bebés y chicos. Además, en cada jornada, se realizan muchas actividades como charlas y talleres a cargo de especialistas, ecografías 4D gratis (por sorteo), talleres, la posibilidad de ganar un cochecito por hora, y un cuarto completo para el bebé. Ahora Mamá es sinónimo de información, cuidado y prevención. Fue así como participamos con un stand en donde dimos a conocer al LALCEC y las campañas de prevención que realizamos. Miles de futuras y ya madres, pudieron conocer formas de prevenir y estar atentas ante posibles inconvenientes.

Agradecemos a Ahora Mamá por habernos brindado el espacio y a todas las personas que se acercaron para poder aprender y seguir luchando por una Argentina sin Cáncer.



¡Llegó el día del Médico!

Gente que nace para ayudar y salvar vidas.



El 3 de diciembre se conmemora el Día del Médico fecha elegida por la Confederación Médica Panamericana para homenajear a Carlos Juan Finlay Barrés, médico y científico cubano que descubrió un mosquito era el responsable de transmitir la enfermedad de la fiebre amarilla, hasta ese entonces causa de la mayor cantidad de muertes en el mundo.

Los estudios de Finlay, que comenzó a ocuparse del padecimiento en 1865, resultaron determinantes, y en 1881 ante la Academia de Ciencias de La Habana, presentó su trabajo fundamental. Fue recién 20 años después que comenzaron a prestar atención a su hipótesis. En 1900, una Comisión de la Fiebre Amarilla enviada por Estados Unidos a Cuba logró comprobar su teoría, 55 años después la Confederación Médica Panamericana (CMP) dispuso que se celebrará

el Día del Médico el 3 de diciembre para rendirle homenaje al “hombre mosquito”, quien gracias a su descubrimiento salvó millones de vida.

En nuestro país festejamos el Día del Médico desde hace 58 años, como resultado de la iniciativa del Colegio Médico de Córdoba, avalada por la Confederación Médica Argentina y oficializada por decreto del Gobierno nacional en 1956.

Fue así como, en este día, se brinda por aquellas personas que decidieron entregar su vida por los demás, una vida de estudios, de avances, de los cuales ellos deben ser parte, buscando crecer y especializarse a medida que suceden avances. Aquellos que por vocación deben correr a altas horas de la madrugada sin importar lo que encontrarán en su destino y con la intención de salvar vidas: la razón de ser médicos.



Finaliza el 20° año del Mamógrafo Móvil LALCEC-AVON

Finaliza el 2019 y con él el recorrido del móvil AVON-LALCEC por este año.



En LALCEC trabajamos día a día en la prevención y detección temprana de seis tipos de cáncer, entre los que se encuentra el cáncer de mama. Uno de sus principales programas que tenemos es el mamógrafo móvil que recorre el país realizando mamografías gratuitas a mujeres en edad de riesgo y sin cobertura médica.

Desde hace 20 años que LALCEC, AVON y Fundación AVON para la Mujer organizan campañas conjuntas para luchar contra el cáncer de mama. En este tiempo, el Móvil realizó más de 150.000 mamografías gratuitas y recorrió más de 250.000 kilómetros por toda Argentina con la premisa de “poder llegar a donde nadie llega”. Gracias al apoyo de la Fundación AVON, el móvil

AVON LALCEC recorrió distintos puntos del país desde febrero del corriente año. Es así como llegamos a localidades donde hay miembros de nuestra Red Lalcec, conformada por más de 100 puntos en el país.

De este modo, como cada una de ellas se encarga de difundir la llegada del mamógrafo, dar los turnos y luego entregar las mamografías. Este año visitamos más de 45 localidades en las provincias de Buenos Aires, Córdoba, Mendoza, La Pampa, Río Negro y Santa Fe.

¡En lo que va del año se realizaron más de 8.100 mamografías gratuitas a distintas mujeres en todo el país! Esperamos que año a año podamos aumentar este número!



Chequeos gratuitos para prevenir el cáncer de piel

Mas de 1720 chequeos gratuitos de piel en la Semana de Atención Gratuita



El cáncer de piel puede detectarse de forma temprana si uno está atento a su piel y sus cambios. En Argentina 1 de cada 3 cánceres es de piel pero, sabías que puede prevenirse? Para eso hay que entender que el principal factor de riesgo es la exposición a los rayos ultravioletas. Por esta razón es muy importante cuidar la piel de la exposición prolongada al sol y usar protectores solares. De todos modos, siempre se recomienda visitar al dermatólogo anualmente. En esta consulta, el profesional realiza una observación detallada de todos los segmentos de la piel, con la finalidad de detectar manchas o lunares sospechosos, así como analizar las características de los mismos.

Desde LALCEC realizamos entre el 19 y 22 de noviembre la Semana de Atención Gratuita de Cáncer de Piel. La Red LALCEC está conformada por miembros a lo largo de todo el país. En las provincias de Buenos Aires, Chaco, Córdoba, Corrientes, Entre Ríos, La Pampa, Mendoza, Misiones, Río Negro y Santa Fe fueron xx las localidades donde las personas pudieron realizarse su chequeo de piel gratuitamente, dando como resultado un total de más de 1720 pacientes atendidos. Como en cada una de las campañas que hacemos, en cada punto individualmente del país, se realizaron campañas de concientización sobre la importancia de protegerse del sol, así como de realizarse chequeos dermatológicos periódicamente.



Se realizó la Asamblea Anual de la Asociación Latina e Ibérica Contra el Cáncer

La Asamblea Anual de ALICC tuvo lugar el lunes 18 de noviembre en el Hotel Riu Palace Bavaro, en Punta Cana.



ALICC se encuentra conformado por 15 países que reconocen la necesidad de conformar un frente común, con la misión de atender los problemas del cáncer en países de habla hispana y cuyo presidente es Diego Paonessa, a su vez Director Ejecutivo de la Liga Argentina de Lucha Contra el Cáncer.

El encuentro tuvo lugar el lunes 18 de noviembre y asistieron de representantes de Argentina, Colombia, Costa Rica, España, Guatemala, México, Panamá, Perú, República Dominicana y Venezuela. Los participantes tuvieron una cena en el restaurante del hotel RIU Bavaro Punta Cana, TAINO, para dar comienzo a la Asamblea Anual.

El encuentro tuvo como temática central la evaluación y revisión del trabajo durante el presente año, así como también a determinar el camino a seguir en el 2020.

A lo largo de la jornada se trataron temas

como las estrategias que se llevan a cabo país por país, así como también los proyectos conjuntos y luego se analizó el hecho de realizar estrategias con socios a nivel internacional.

Se dialogó sobre el estado actual del control del cáncer en Latinoamérica, el trabajo que están desarrollando las organizaciones de la sociedad civil y cuáles son los desafíos a superar en la lucha contra el cáncer en la región.

Trabajar en conjunto, además de favorecer la incidencia en políticas públicas y de permitirnos aprender y extrapolar experiencias exitosas, facilita la formación de alianzas con los organismos más importantes del control del cáncer de todo el mundo.

Para finalizar, se hizo el cierre en el restaurante KULINARIUM. Fue una experiencia sumamente enriquecedora en donde se presentaron las realidades de cada uno de los países frente al cáncer.



ALICC participó del Congreso Internacional Unicancer

Miembros de ALICC formaron parte del XXIV Congreso Internacional UNICANCER 2019, evento dedicado a la capacitación y actualización en temáticas de oncología para voluntarios, personal operativo, administrativos y patronatos que se dedican a colaborar con pacientes diagnosticados con cáncer.

La jornada comenzó teniendo como sede la sala de reuniones del Restaurante “La Blanca” en Pachuca Hidalgo, donde se dio inicio a la primera actividad que llevó a cabo la XXI Asamblea Ordinaria de Consejo.

En esta Actividad se reunieron todos los representantes y/o presidentes de patronato de las instituciones que conforman esta gran agrupación. Para la edición 2019 se contó con la presencia de 12 instituciones, donde la Lic. Irma Bautista, presidenta de Unicancer dio a conocer los compromisos realizados a lo largo del año, de la misma manera fueron abordados temas de suma importancia para la asociación, siendo el principal el haber ya protocolizado las actas de las reuniones pasadas. Todo ello, se traduce en la consolidación de esta gran familia que siempre busca capacitar y actualizar a todos aquellos que dedican sus días a colaborar con pacientes oncológicos, mejorando su calidad de vida y siempre buscando el bien común para

nuestra sociedad. Otro de los puntos a resaltar, fue el definir la sede del próximo congreso, se espera que en el 2020 se estarán llevando a cabo las actividades en el estado de Oaxaca.

Como ya es tradición en el primer día de actividades, se brindó una cena de bienvenida para todos y cada uno de los participantes a este gran congreso. En esta ocasión, pudieron encontrar uno de los alimentos más tradicionales de Hidalgo, “El Paste”, sin lugar a dudas una excelente degustación y aún mejor el ambiente generado entre todos los asistentes a este evento.

Para cerrar con broche de oro las actividades del XXIV Congreso Internacional UNICANCER, los organizadores brindaron a los asistentes a manera de despedida una rica cena en el Restaurante “La Blanca”, donde tuvieron la oportunidad de conocer la gastronomía de la Ciudad de Pachuca, Hidalgo.



De la misma manera, se llevó a cabo la entrega de Constancias de Participación a los asistentes a estas actividades, posterior se procedió a la clausura del evento, y finalmente se dio a conocer la sede del XXV Congreso a Realizarse en el año 2020 en la Ciudad de Manzanillo, Colima.

Fue un congreso inolvidable, en donde se trabajaron y se hablaron temáticas junto a diversas organizaciones para seguir luchando contra el cáncer. Gracias a lo aprendido, tendremos mejores herramientas para seguir ayudando a quien más lo necesite.



Obesidad, un problema de ayer, de hoy y de mañana

La OMS realizó un estudio que determinó que desde 1975, la obesidad se ha casi triplicado en todo el mundo. La mayoría de la población mundial vive en países donde el sobrepeso y la obesidad se cobran más vidas de personas que la insuficiencia ponderal. Pero no todas son malas noticias porque la obesidad puede prevenirse.

¿Qué son el sobrepeso y la obesidad?

Se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. El índice de masa corporal (IMC) es un indicador simple de la relación entre el peso y la talla que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la obesidad en los adultos. Se calcula dividiendo el peso de una persona en kilos por el cuadrado de su talla en metros (kg/m^2).

En el caso de los adultos, la OMS define el sobrepeso y la obesidad distinguiéndolas por el índice de masa corporal, teniendo sobrepeso al alcanzar un IMC igual o superior a 25 y diferenciándose de la obesidad con un IMC igual o superior a 30. A nivel mundial, el sobrepeso y la obesidad están vinculados con un mayor número de muertes que la insuficiencia ponderal. En general, hay más personas obesas que con peso inferior al normal.

Ello ocurre en todas las regiones, excepto en partes de África subsahariana y Asia.

¿Qué causa el sobrepeso y la obesidad?

La causa fundamental es un desequilibrio energético entre calorías consumidas y gastadas. A nivel mundial hubo un aumento en la ingesta de alimentos de alto contenido calórico que son ricos en grasa; y se dejó a un lado la actividad física por la naturaleza cada vez más sedentaria de muchas formas de trabajo, los nuevos modos de transporte y la creciente urbanización.

A menudo los cambios en los hábitos alimentarios y de actividad física son consecuencia de cambios ambientales y sociales asociados al desarrollo y de la falta de políticas de apoyo en sectores como la salud; la agricultura; el transporte; la planificación urbana; el medio ambiente; el procesamiento, distribución y comercia-



lización de alimentos, y la educación.

¿Cuáles son las consecuencias comunes del sobrepeso y la obesidad para la salud?

Un IMC elevado es un importante factor de riesgo de enfermedades no transmisibles, como las siguientes:

- las enfermedades cardiovasculares (principalmente las cardiopatías y los accidentes cerebrovasculares), que fueron la principal causa de muertes en 2012;
- la diabetes;
- los trastornos del aparato locomotor (en especial la osteoartritis, una enfermedad degenerativa de las articulaciones muy discapacitante), y
- algunos cánceres (endometrio, mama, ovarios, próstata, hígado, vesícula biliar, riñones y colon).

El riesgo de contraer estas enfermedades no transmisibles crece con el aumento del IMC.

¿Cómo pueden reducirse el sobrepeso y la obesidad?

El sobrepeso y la obesidad, así como las enfermedades no transmisibles vinculadas, pueden prevenirse en su mayoría. Son fundamentales unos entornos y comunidades favorables que permitan influir en las elecciones de las personas, de modo que la opción más sencilla (la más accesible, disponible y asequible) sea la más saludable en materia de alimentos y actividad física periódica, y en consecuencia prevenir el sobrepeso y la obesidad.

En el plano individual, las personas pueden optar por:

- limitar la ingesta energética procedente de la cantidad de grasa total y de azúcares;

- aumentar el consumo de frutas y verduras, así como de legumbres, cereales integrales y frutos secos; y
- realizar una actividad física periódica (60 minutos diarios para los jóvenes y 150 minutos semanales para los adultos).

Según la OMS, la industria alimentaria puede desempeñar un papel importante en la promoción de dietas sanas del siguiente modo:

- reduciendo el contenido de grasa, azúcar y sal de los alimentos procesados;
- asegurando que las opciones saludables y nutritivas estén disponibles y sean asequibles para todos los consumidores;
- limitando la comercialización de alimentos ricos en azúcar, sal y grasas, sobre todo los alimentos destinados a los niños y los adolescentes; y
- garantizando la disponibilidad de opciones alimentarias saludables y apoyando la práctica de actividades físicas periódicas en el lugar de trabajo.

A partir de esta información, la OMS creó un Plan de acción mundial para la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles 2013-2020, que tiene por objeto cumplir los compromisos de la Declaración Política de las Naciones Unidas sobre las Enfermedades No Transmisibles, que recibió el respaldo de los Jefes de Estado y de Gobierno en septiembre de 2011. El Plan de acción mundial contribuirá a realizar avances en nueve metas mundiales relativas a las enfermedades no transmisibles que deben alcanzarse no más tarde de 2025, incluidas una reducción relativa del 25% en la mortalidad prematura a causa de dichas enfermedades para 2025 y una detención del aumento de la obesidad mundial para coincidir con las tasas de 2010.



Temperaturas agobiantes

Consejos para evitar el golpe de calor



Los primeros picos de calor luego de un cambio de estación son un shock para el cuerpo, cómo lidiar para minimizar sus efectos

Las altas temperaturas parecen haberse instalado y los cambios bruscos de clima pueden traer consecuencias para el organismo.

Según el Servicio Meteorológico Nacional (SMN), la temperatura oscilará entre los 23 y 37 grados. Aunque no es récord estará muy cerca: la temperatura más alta en el mes de diciembre fue de 40.5°, el 18 de diciembre de 1995.

En este marco, el Sistema de Alerta Temprana por Olas de Calor y Salud (SAT-OCS), figura desde ayer lunes en amarillo. Esto significa que las temperaturas actuales tienen un “efecto leve-moderado” sobre la salud, lo que puede ser “peligroso sobre todo para bebés, niños y adultos mayores.

Golpe de calor

El golpe de calor es el aumento de la temperatura del cuerpo por una exposición prolongada al sol o por hacer ejercicios en ambientes calurosos y poco ventilados. Se produce porque el cuerpo pierde agua y sales, la persona comienza a sentir un malestar general por el aumento de la temperatura corporal y la falla de los mecanismos para su regulación “Se trata de un cuadro de deshidratación generalizada y los síntomas son similares para todos. Este malestar puede aparecer al momento o después de algunos días de altas temperaturas”. Según explicó el jefe del Programa de Medicina Interna General del Hospital de Clínicas, Roberto Fayánas (MN 48.947), “la clave está en poder reconocer la necesidad de mantenerse hidratado”.

Las personas mayores, por la edad, se vuelven menos sensibles a sentir sed, por lo que deben recordar y tener como hábito tomar agua. Cuando la temperatura sube y comienzan los síntomas el cuerpo puede haber perdido entre cuatro y seis litros, que se deben reponer de forma constante. Existen dos grupos de riesgo más propensos a sufrir golpes de calor: los ancianos y los niños. “A medida que aumenta la edad, las personas se vuelven menos susceptibles a regular la temperatura, sufren períodos de hipotermia durante el invierno y tienen problemas con el calor en verano -explicó Fayánas-

Con respecto a los bebés, los síntomas de la deshidratación son muy similares:

suelen estar tranquilos, con una baja en su actividad normal, se quedan dormidos, pierden la iniciativa, tienden a no comer ni llorar”.

En ese sentido, el coordinador del Comité de Emergencias Hospital General de Niños Pedro de Elizalde, Raúl Gómez Traverso (MN 83.414) enumeró los síntomas a tener en cuenta:

- Dolor de cabeza
- Sensación de vértigo
- Náuseas
- Confusión
- Convulsiones y pérdida de conciencia
- Piel enrojecida, caliente y seca
- Respiración y pulso débil
- Temperatura corporal elevada (entre 41 y 42 grados)

Si la persona sufre alguno de estos síntomas, “es importante trasladar al afectado a la sombra, a un lugar fresco y tranquilo, hacer que mantenga la cabeza un poco alta, e intentar refrescarlo mojándole la ropa o aplicarle hielo en la cabeza, darle de beber agua fresca o un poco salada y solicitar ayuda médica”.

Finalmente, citó algunas recomendaciones para prevenir:

- Reducir la actividad física. Usar ropa holgada y de colores claros, sombreros y anteojos oscuros.
- Evitar comidas muy abundantes: ingerir verduras y frutas.
- Aumentar el consumo de líquidos sin esperar a tener sed para mantener una hidratación adecuada.
- Permanecer en espacios ventilados o acondicionados.
- Evitar bebidas alcohólicas o muy azucaradas.
- No exponerse al sol en exceso, ni en horas centrales del día (entre las 11 y las 17).

Fuente: Infobae

Noticias de La Red

LALCEC
Córdoba

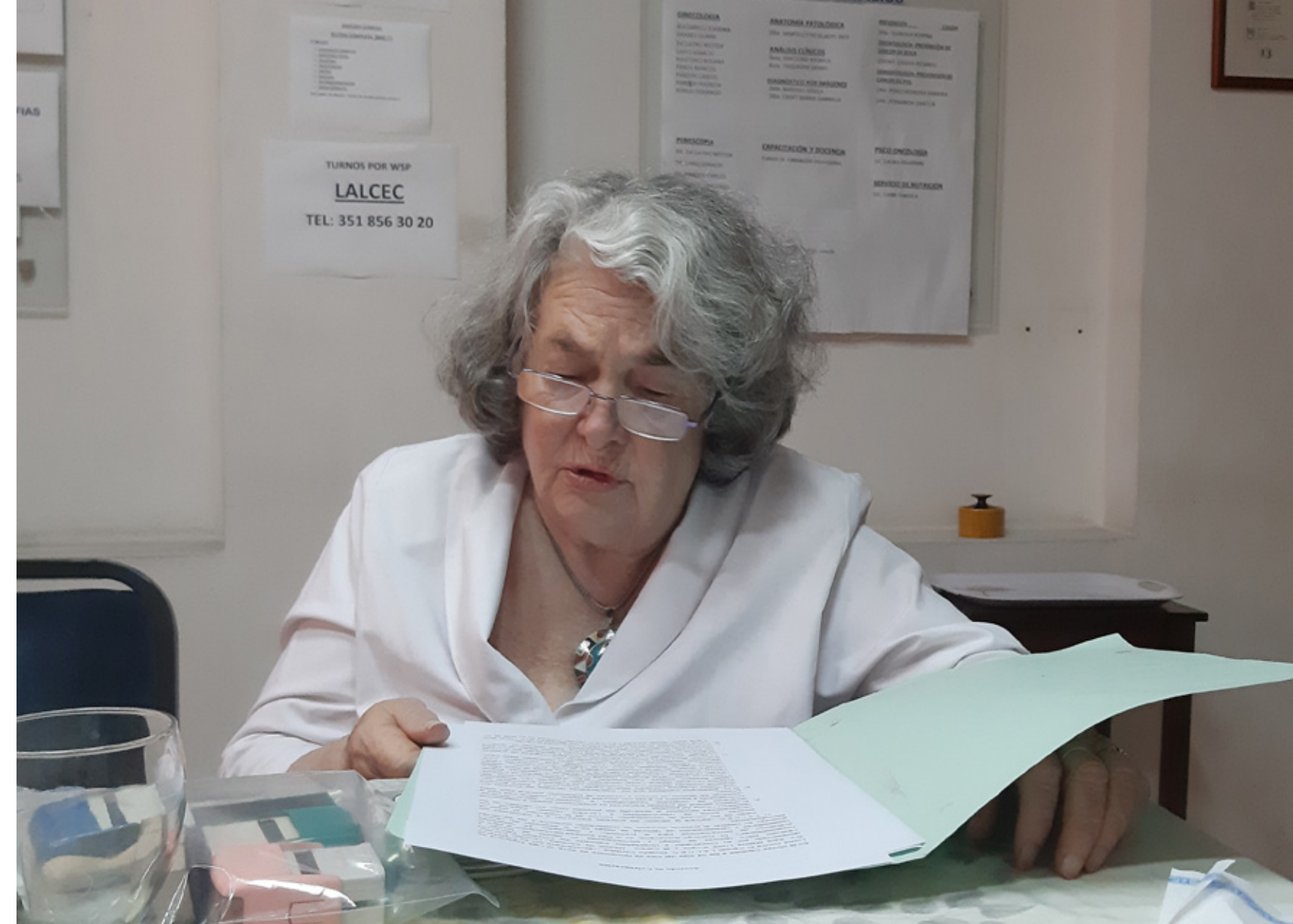
LALCEC CÓRDOBA sigue agrandándose

El 4 de noviembre se llevó a cabo la firma de un convenio de colaboración entre LALCEC Córdoba y el Proyecto Escalon, integrado por profesionales del Centro Médico de Córdoba del Hospital Privado.

El proyecto abordará diversos factores asociados al desarrollo del cáncer de hígado y de vías biliares. Es un estudio de biomarcadores para la predicción y diagnóstico de neoplasias hepatobiliares y caracterización de factores de riesgo para el desarrollo del cáncer.

Su coordinador e Investigador Asociado, el Doctor Domingo Balderramo brindó su compromiso y ayuda mutua para que juntos puedan proporcionar el acceso a diagnósticos tempranos de neoplasias hepatobiliares, a aquellas personas con recursos limitados.

La firma del convenio estuvo a cargo de la Presidenta del LALCEC División Córdoba, Sara Burgos y la Arq. Marta Polo en carácter de Primera Vocal.



LALCEC
Las Flores

Campaña de prevención del cáncer de piel en
LALCEC LAS FLORES

Se llevó a cabo la campaña por el cáncer de piel organizada por LALCEC Las Flores, en Plaza Mitre. Fue una jornada de concientización sobre el cuidado de la piel, los usos de los protectores solares y los cuidados que hay que tener. Participaron del encuentro la Dra. Nora Farias y

la cosmetóloga Ruth Musalli. También se sumó una alumna de la carrera de Gestión Cultural, junto a las autoridades de Salud, a los niños y a las docentes de las Escuelas de D.E. N° 1, 21 y Centro Los Manzanares.



Nuestra misión es lograr una
Argentina sin cáncer

¿Te gustaría ayudarnos?

Podés hacerlo en este mismo instante

Escaneá y pagá
desde tu celular



Con las apps de



CUIT: 23528619249 - LISAARGENTINALIBRELUCHACONTRA



LALCEC
Reconquista

LALCEC Reconquista cumple 27 años en la lucha

El fin de semana del 9 y 10 de noviembre, se realizaron una serie de actividades festejando el 27 aniversario de LALCEC Reconquista. Se realizó un breve acto de apertura acompañado por los medios

locales bajo el lema “Un lazo que nos une” y fue así como pintaron un lazo rosa en el suelo de la calle. Cabe destacar la presencia de las autoridades de la ciudad. ¡Feliz aniversario LALCEC Reconquista!



LALCEC
Río Cuarto

Gala de baile de la Fundación Julio Boca junto con LALCEC Río Cuarto

Durante la Campaña de Prevención de Mama; LALCEC Río Cuarto realizó una serie de actividades a los fines de llegar a la población y zonas aledañas a Río Cuarto. Fue así como realizaron junto con la Fundación Julio Boca, una velada de entretenimiento llamada “El Teatro Viste de Rosa”. La misma consistió en

una actuación realizada por bailarinas de la fundación que se efectuó en el Teatro Municipal. Desde LALCEC Río Cuarto, se realizó la organización del evento y la distribución de programas y lazos rosas realizados por integrantes de LALCEC a medida que las personas ingresaban al teatro.

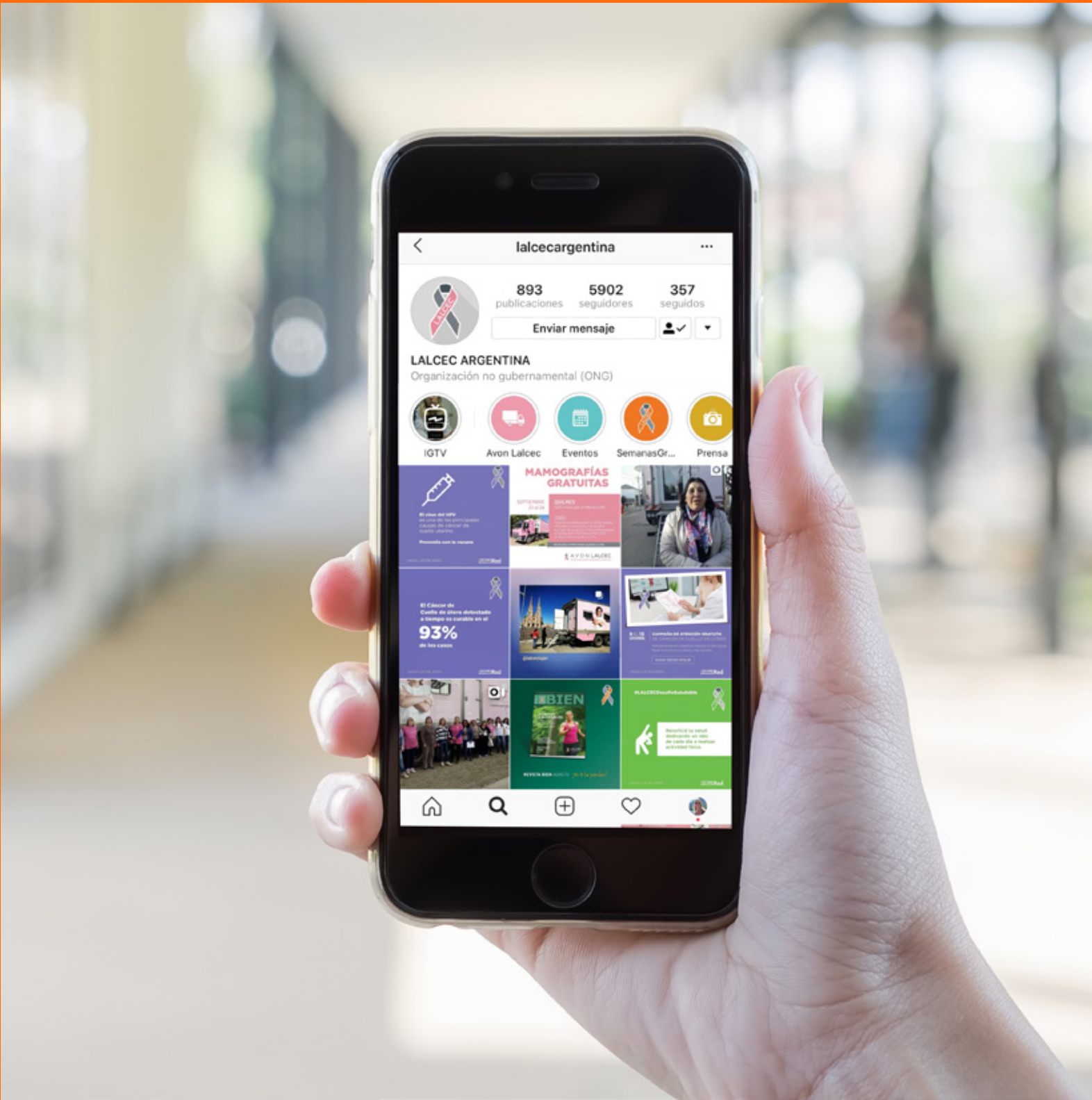


LALCEC
San Justo

Se realizó una Cena a Beneficio de LALCEC San Justo

Se organizó un evento a beneficio de LALCEC San Justo en donde también hubo shows de Folklore y un baile de odaliscas. Asimismo se realizaron varios sorteos con premios donados por colaboradores.

Estamos muy contentos de poder ver cómo nuestra Red crece día a día y cómo, de a poco, se van sumando más personas a esta causa. ¡A seguir así!



Seguinosen redes sociales



Ensalada de Quinoa



1. Lavamos muy bien la quinoa enjuagándola para quitarle las saponinas.
2. Ponemos tres partes de caldo de verduras a calentar con un poco de sal y cuando comience a hervir añadimos una parte de quinoa ya lavada. Cocemos durante unos 17 minutos, sin sobrecocerla. Cuando esté listo dejamos la quinoa enfriar.
3. Mientras cortamos toda la verdura (pepino, tomate y pimientos) en cubitos. Laminamos las aceitunas.
4. Ponemos la quinoa en un bol grande y la mezclamos con toda la verdura, las aceitunas y la hierbabuena picada. Mezclamos bien.
5. Añadimos sal, zumo de limón al gusto y aceite de oliva virgen extra. Removemos y servimos.

Helados Frutales

Ingredientes

- 300 g de frutos rojos
- 80 cc de agua
- 3 cditas. de azúcar integral o miel (opcional)
- 2 cditas. de semillas de chía

Procedimiento

Lavar los frutos. Colocar todos los ingredientes en una licuadora y procesar hasta que se forme una crema. Ponerla en moldes para helados y llevarlos al freezer para que se congelen. Cuando tengas ganas de comer el helado, simplemente tendrás que desmoldarlos y ¡listo!





LALCEC

LIGA ARGENTINA DE LUCHA
CONTRA EL CÁNCER



Lalcec Argentina

www.lalcec.org.ar

UNA REVISTA DE LALCEC LIGA ARGENTINA DE LUCHA CONTRA EL CÁNCER