

# DIAGNÓSTICO RECENTE DE CANCRO DA MAMA?

**Venha fazer exercício:  
o Programa NEO foi criado para si!**

Uma parceria entre a Fundação Champalimaud  
e a Faculdade de Motricidade Humana:  
a medicina e o exercício aliados  
no combate ao cancro da mama

## Missão do Projeto NEO

Criar um programa de exercício destinado a doentes com cancro da mama a realizar terapia neoadjuvante, com impacto:

### 1 NO DOENTE

Oferecendo-lhe um programa de exercício gratuito com benefícios de saúde relevantes

### 2 NA COMUNIDADE

Definindo as bases necessárias à criação de mais programas para vários tipos de cancro

### 3 NA CIÊNCIA

Contribuindo de forma decisiva e ativa para o desenvolvimento do conhecimento científico



**É GRATUITO!**

**FALE CONNOSCO  
967 471 427**

# Porquê fazer exercício durante o período neoadjuvante?

O exercício físico é uma importante estratégia de prevenção do cancro e tem emergido como um potencial adjuvante do tratamento:

- Reduz efeitos secundários do tratamento
- Aumenta a qualidade de vida
- Reduz a fadiga associada ao tratamento
- Aumenta a eficácia do tratamento
- Reduz o risco de mortalidade



**JUNTE-SE A NÓS!  
ESTAMOS À SUA ESPERA NO NOVO GINÁSIO  
DA FUNDAÇÃO CHAMPALIMAUD**

