



# CÁNCER: TRIUNFANDO SOBREVIVIENDO

Este programa de educación sanitaria y gestión del estilo de vida está diseñado para supervivientes de cualquier tipo de cáncer, y proporciona técnicas para hacer frente a los síntomas del cáncer y su tratamiento, tales como:

- Cansancio
- Dolor
- Insomnio
- Falta de aliento
- Estrés
- Problemas emocionales como depresión, ira, miedo y frustración

Los cuidadores también están invitados.

**Llame a OWN al  
(833) 673-9355 para  
obtener más información.**

Este programa está disponible  
en inglés y español.



**Aprenda a afrontar  
y superar el miedo a  
la recidiva**



**Descubra métodos  
para abordar los  
cambios en la  
imagen corporal**



**Encuentre nuevas  
formas de mejorar los  
hábitos alimentarios  
para conseguir una  
dieta más nutritiva**



**Aprenda a tomar  
decisiones sobre  
tratamientos y  
terapias**



**Aprenda a  
planificar acciones  
y a resolver  
problemas.**



**Obtenga consejos  
para trabajar más  
eficazmente con los  
profesionales  
sanitarios**

