



**We See You.  
We Hear You.  
We are Here for You.**

El mes de concientización sobre el cáncer de mama es una época del año en la que celebramos a los sobrevivientes, apoyamos a las personas afectadas por el cáncer de mama y educamos a las personas a aprender sobre la detección temprana.

Es importante que las personas se realicen exámenes de detección de cáncer de mama con regularidad como parte de sus controles de salud. La detección temprana de células cancerosas puede ayudar a garantizar tratamientos exitosos.

### **Su Programa de Asistencia para Empleados**

Acceso 24/7 a los servicios de asesoramiento del EAP y recursos en línea para usted y los miembros de su familia inmediata.

National EAP también ofrece apoyo auto-guiado a través de nuestro Portal de Miembros y Wysa, nuestra app de salud mental impulsada por IA basada en la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC). Su Programa de Asistencia para Empleados

## **Recursos para apoyarte durante el Mes de Concienciación sobre el Cáncer de Mama**

- [Concienciación sobre el Cáncer de Mama](#)
- [Tipos de cáncer de mama: lo que significa tu tipo](#)
- [Prevención del cáncer de mama: cómo reducir tu riesgo](#)
- [Tejido mamario denso: lo que significa tener tejido mamario denso](#)
- [Cáncer de mama: diagnóstico y tratamiento](#)
- [Detección del cáncer de mama](#)

## **Recursos Adicionales**

### **Wysa: Aplicación de Resiliencia Mental**

Descarga Wysa, nuestra aplicación basada en TCC que ofrece un chatbot impulsado por IA, para apoyo emocional personalizado y más de 150 herramientas de autocuidado.



### **Portal de Miembros**

Accede a artículos, guías prácticas y seminarios sobre nutrición, ejercicio, manejo del estrés y mindfulness. Obtén información valiosa para tomar decisiones informadas sobre tu salud.

