



IBARRA DEL PASO
GALLEGO



Evento/Event

**CÍRCULO DE BIENESTAR: UNA TARDE DE SALUD,
APRENDIZAJE, ESTILO Y CONEXIÓN**

Octubre 2025

**WELLNESS CIRCLE: AN EVENING OF HEALTH,
INSIGHT, STYLE AND CONNECTION**

October 2025

As part of **Breast Cancer Awareness Month**, at Ibarra del Paso Gallego we opened our doors to welcome clients, colleagues, family members, and friends for an afternoon dedicated to holistic well-being. It was a space to talk openly, address questions, and share clear and reliable information.

Throughout the session, we explored key aspects of prevention and self-care from different perspectives, including early detection, medical advances, mindful nutrition, physical activity, and the role of self-image and emotional well-being in the journey toward health.

En el marco del **Mes de la Lucha contra el Cáncer de Mama**, en Ibarra del Paso Gallego abrimos nuestras puertas para recibir a clientas, colaboradoras, familiares y amigas en una tarde dedicada al bienestar integral. Fue un espacio para conversar con claridad, resolver dudas y construir información útil y confiable.

A lo largo de la sesión abordamos, desde distintas perspectivas, temas clave para la prevención y el cuidado: detección oportuna, avances médicos, nutrición consciente, actividad física y el papel de la autoimagen y el bienestar emocional en los procesos de salud.



7 Dra. Martha P. Dergal Irigoyen (Nutrióloga y Médico del Deporte), Ximena Cano Lasa (Styling by Ximena) y Dr. Roberto E. Hernández Peña (Cirujano Oncólogo)

We are deeply grateful to everyone who joined us, as well as to our guest speakers, for their generosity and insight. Every question and personal story reminded us that prevention is a shared responsibility, strengthened through knowledge, support, and community.

We invite you to browse through some moments from the event. If you wish to receive educational materials, health reminders, or invitations to future gatherings at our Firm, we would be happy to include you in our distribution list.

Thank you for being part of this ongoing conversation about caring better—and caring on time.

Ibarra del Paso Gallego

Because raising awareness is also a way to transform.

Agradecemos profundamente a quienes nos acompañaron y a las y los especialistas invitados por su generosidad y rigor. Cada pregunta y cada testimonio nos recordaron que la prevención es una responsabilidad compartida que se fortalece con información, acompañamiento y comunidad.

Les compartimos algunas imágenes de la jornada. Si desean recibir materiales informativos, recordatorios de chequeos y la invitación a futuros encuentros en la Firma, con gusto podemos incluirlas en nuestra lista de distribución.

Gracias por ser parte de esta conversación que busca cuidar mejor y a tiempo.

Ibarra del Paso Gallego

Porque crear conciencia también es una forma de transformar.





IBARRA DEL PASO
GALLEGO

 (+52) 55 5202 0717

 info@ibarrapg.com

 ibarrapg.com

 Paseo de los Tamarindos 400-A, 27th floor, Bosques de las Lomas,
05120, Mexico City.