4 Febrero

Día mundial contra el CÁNCER

En Colombia para el 2021, 138.000 personas se encontraban con diagnóstico de cáncer, enfermedad que anualmente cobra la vida de 33.100 personas. En América Latina es la segunda causa de muerte.

Los tipos de cáncer más frecuentes son: estómago, pulmón, colon y recto, próstata, cuello uterino, mama y otras leucemias.



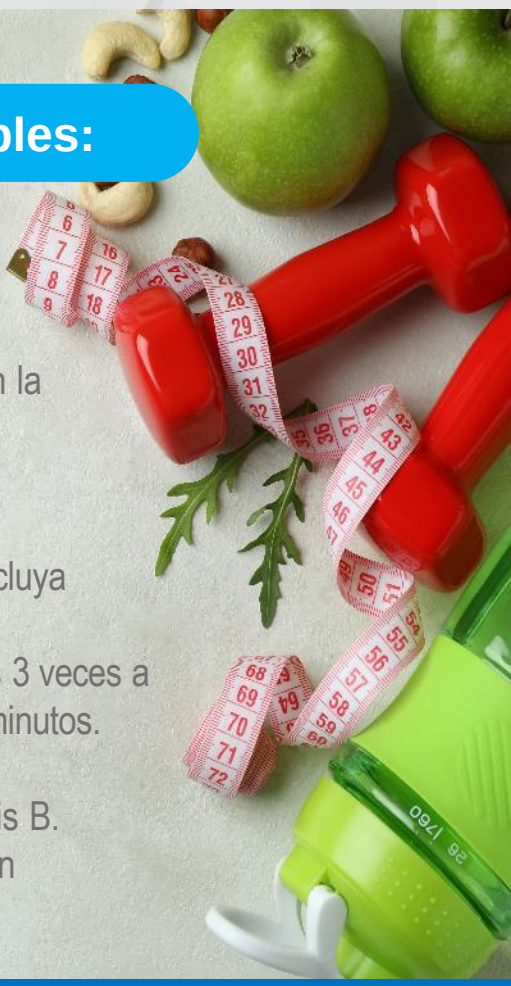
¿Es posible prevenir el cáncer?



- Entre el 30% y 50% de los tipos de cáncer se pueden prevenir. Se deben tomar medidas que disminuyan los factores de riesgo.
- La prevención incluye la detección temprana de la enfermedad.
- Un tratamiento oportuno puede ayudar a reducir las complicaciones asociadas a la enfermedad

PL-GRS-43

Realiza acciones saludables:



- Visitar regularmente a tu médico de familia, y realizarse las pruebas de detección temprana de cáncer, según la edad.
- Evitar el consumo de tabaco.
- Mantener un peso saludable.
- Mantener una dieta saludable que incluya frutas y verduras.
- Realizar actividad física por lo menos 3 veces a la semana en una intensidad de 50 minutos.
- Evitar el consumo de alcohol.
- Vacunación Papiloma Virus y Hepatitis B.
- Reducir la exposición directa al sol sin protección.

VIGILADO Supersalud

Fuentes de información:
Organización Panamericana de la Salud; Organización Mundial de la Salud; Ministerio de Salud y Protección Social - Colombia.

© Unidad Gestión del Conocimiento
Medicarte