





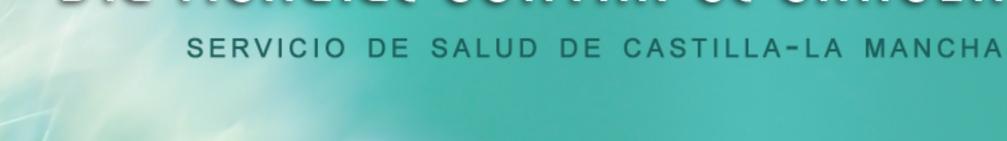


SERVICIO DE SALUD DE CASTILLA-LA MANCHA

Día Mundial CONTRA el CÁNCER







El cáncer es una de las principales causas de muerte en todo el mundo.

Dia Mundial CONTRA el CÁNCER

SERVICIO DE SALUD DE CASTILLA-LA MANCHA









FACTORES DE RIESGO

- El consumo de tabaco.
- El consumo de bebidas alcohólicas.
- · La dieta pobre en frutas y verduras.
- · La falta de actividad física.
- Las infecciones por virus de la Hepatitis B y por el virus del Papiloma Humano.

Dia Mundial CONTRA et CÁNCER

4 FEBRERO





SERVICIO DE SALUD DE CASTILLA-LA MANCHA



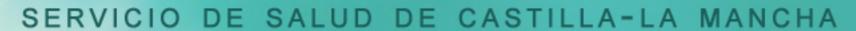
¿CÓMO PUEDO PREVENIRLO?

- · No fumes. Pide ayuda si lo necesitas.
- Limita los alimentos que contienen grasas animales y consume frutas y verduras.
- · Evita la obesidad.
- · Haz ejercicio físico moderado todos los días.
- · Modera el consumo de alcohol.

Dia Mundial CONTRA el CÁNCER

4 FEBRERO







¿CÓMO PUEDO PREVENIRLO?

- · Vacúnate contra la Hepatitis B.
- Protégete del sol.
- En tu lugar de trabajo, evita la exposición a los agentes cancerígenos.
- · La detección precoz es importante.

¡Hazte las pruebas!

Día Mundial CONTRA el CÁNCER

4 FEBRERO









UN TERCIO DE LOS CÁNCERES SE PUEDE PREVENIR CON UN MODO DE VIDA SANO

¡VIVE SANO!