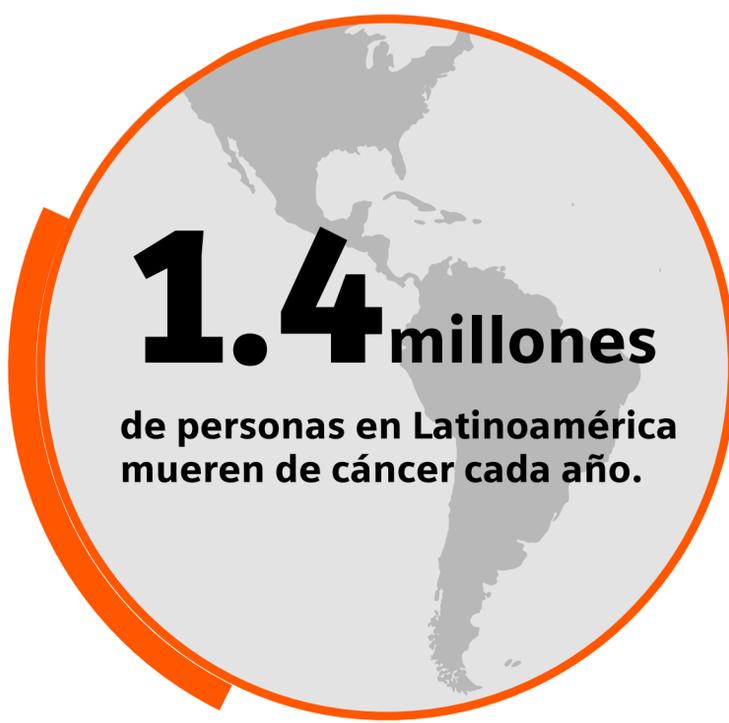


# Cáncer: Una enfermedad silenciosa

El cáncer está entre las diez amenazas para la salud mundial. En Latinoamérica es la segunda causa de mortalidad.



## Tipos de Cáncer más frecuentes:



Pulmón



Mama



Colon



Próstata

## Síntomas:

La detección temprana del cáncer es una de las formas más poderosas para salvar vidas y se puede hacer por medio de exámenes de rutina. Con tantos tipos de cánceres, los síntomas son variados. Sin embargo, hay signos y síntomas que se deben tener en cuenta:



Fatiga, cansancio extremo.

Tos persistente, disnea o dificultad para pasar alimentos.

Cambios en la piel: oscurecimiento, coloración amarillenta, enrojecimiento.

Masa dura, con bordes irregulares en cualquier parte del cuerpo.

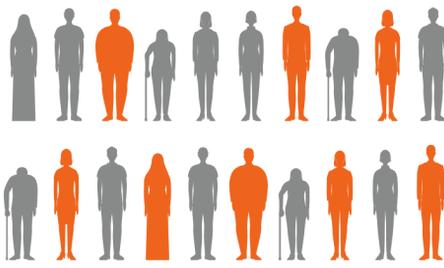
Sangrado inesperado al orinar o toser.

Pérdida de peso inexplicable.

Heridas que no cicatrizan.

## El progreso es posible:

Entre el **30-50%** de todos los casos de cáncer son prevenibles.



Se puede hacer mucho al respecto, al adoptar hábitos más saludables y detectar de manera más temprana los primeros signos de la enfermedad se podría llegar a reducir los riesgos de cáncer. El 27 % de los cánceres están relacionados con el tabaco y con el consumo de alcohol.

## ¿Qué se puede hacer para reducir el riesgo de contraer cáncer?



Consumir alimentos saludables



Vacunarse



Hacer ejercicio



Evitar sustancias nocivas y productos químicos



Dejar de fumar



Evitar los rayos UVA



Reducir el consumo de alcohol



Conocer los signos y síntomas

Datos obtenidos en: <https://www.worldcancerday.org/>