

PREVENCIÓN DEL CÁNCER

SERVICIO TERRITORIAL DE SALUD PÚBLICA nº 5
CONSEJERÍA DE SANIDAD DE LA COMUNIDAD DE MADRID

El Cáncer es una enfermedad que cada vez toma mayor relevancia a nivel mundial, ya que es una de las principales causas de muerte en todo el mundo.

En España se diagnosticaron cada año más de 200,000 casos nuevos. Dado el auge de esta enfermedad se han implementado planes y programas nacionales para el control de esta patología.

Nuestro objetivo es recordar a todas las personas el papel que tenemos en su prevención

En los últimos años se han desarrollado grandes avances en la detección, diagnóstico y tratamiento, lo que ha determinado que aumente de forma importante la supervivencia para muchos tumores y controlar en más del 85% de los casos los síntomas que provoca la enfermedad

Según la Organización Mundial de la Salud, se estima que **entre 5 y 7 casos de cáncer de cada 10 podrían evitarse si modificamos nuestro estilo de vida**, como por ejemplo abandonar el tabaco, disminuir el consumo de alcohol, seguir una dieta adecuada, hacer ejercicio físico o evitar la exposición excesiva al sol.

Hay veces que seguir estas recomendaciones puede resultar difícil, como dejar de fumar, seguir una dieta saludable, perder peso, etc. Siempre puede encontrar información, asesoramiento, consejo, intervención y el seguimiento más adecuado en los profesionales sanitarios.

También en su Centro de Salud podrá consultar sus dudas sobre la prevención de ciertos tumores o acudir en caso de tener algún síntoma persistente como tos, ronquera, pérdida de peso sin razón aparente, un bulto en la mama u otra zona del cuerpo, cambios en las verrugas o lunares, cambios del ritmo intestinal o de vejiga, hemorragias.....y seguir sus indicaciones en cuanto a pruebas diagnósticas y visitas a especialistas.

Se puede tener más información sobre el cáncer, además de en su Centro de Salud, en otros centros sanitarios, asociaciones y en el [Portal Salud](#) de la Comunidad de Madrid

Medidas Preventivas como:

Dejar de fumar, disminuir el consumo de alcohol, seguir una dieta saludable perder peso...etc.

En el Centro de Salud Podrá consultar acerca de ciertos tumores: acudir en caso de tener tos ronquera, pérdida de peso sin razón aparente, un bulto en la mama u otra zona del cuerpo, cambios en la verruga o lunares cambios en el ritmo intestinal o de vejiga, hemorragias, debe de seguir las indicaciones en cuanto a las pruebas diagnósticas y visitas a los especialistas.

