

Atenciones que se brindan en el establecimiento de salud



- Consulta médica
- Exámenes de laboratorio
- Educación para la salud, con énfasis en el autocuidado
- Exámenes especializados, cuando se requiera, en los hospitales del Ministerio de Salud

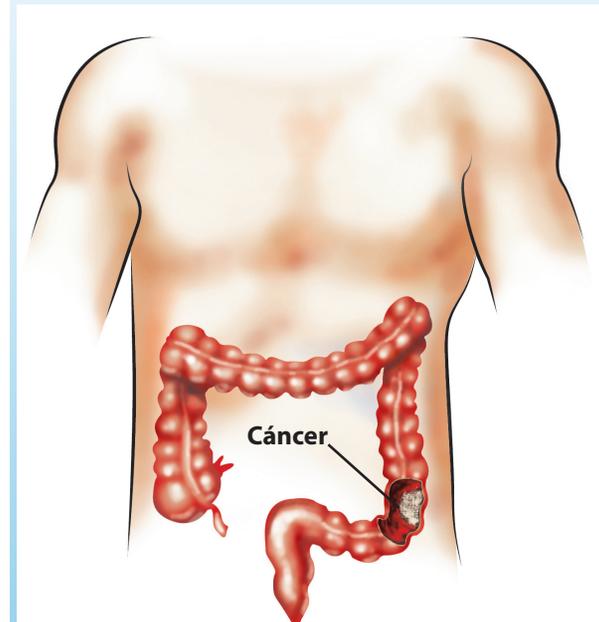
El cáncer de colon puede curarse si se descubre a tiempo

Acuda al establecimiento de salud para recibir atención médica, si tiene alguno de los síntomas mencionados anteriormente

**NO FALTE A SUS
CONTROLES**



Cáncer de colon



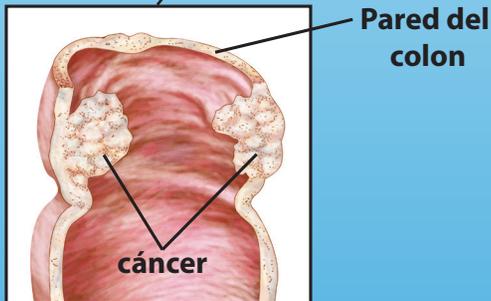
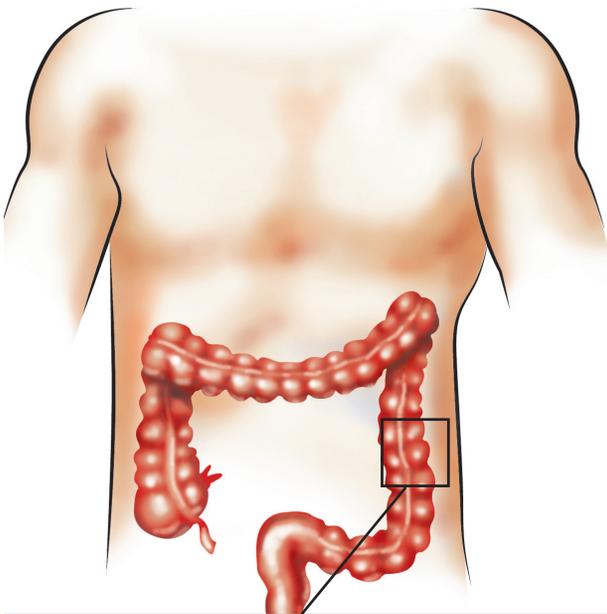
Es causa de muertes en hombres y mujeres, pero puede evitarse al descubrirlo a tiempo



MINISTERIO DE SALUD
Viceministerio de Servicios de Salud

¿Qué es el cáncer de colon?

Es un tumor maligno que aparece dentro del intestino grueso



Factores de riesgo

- Antecedentes familiares de cáncer de colon
- Consumo frecuente de carnes rojas
- Alimentos grasosos, condimentados, picantes
- Falta de ejercicio
- Poco consumo de agua
- Bajo consumo de verduras y frutas
- Alto consumo de bebidas alcohólicas
- Obesidad
- Edad arriba de los 50 años

Síntomas

- Dolores abdominales frecuentes con gases
- Sensación de llenura
- Náuseas o vómitos
- Diarrea frecuente
- Estreñimiento frecuente
- Dificultad para defecar
- Heces delgadas, mal olientes, oscuras
- Sangre en las heces
- Cansancio
- Pérdida de peso sin razón
- Anemia

¿Qué debe hacer para prevenir el cáncer de colon?

- Realice ejercicio 3 a 4 veces por semana: caminar, correr, nadar (al menos 30 minutos)



- Consumo de agua (1 litro diario)



- Consumo de frutas, verduras y otros alimentos saludables



- Evitar o disminuir el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas



- Evitar comidas no saludables y muy condimentadas o picantes

