

¿Qué debe hacer para prevenir el cáncer de pulmón?

- Realice ejercicio 3 a 4 veces por semana: caminar, correr, nadar, entre otros.
- Consuma 8 vasos de agua (equivalente a un litro).
- Evite fumar.
- Evite la exposición al humo.
- Evite cocinar con leña en espacios cerrados.
- Consuma frutas, verduras y alimentos saludables.



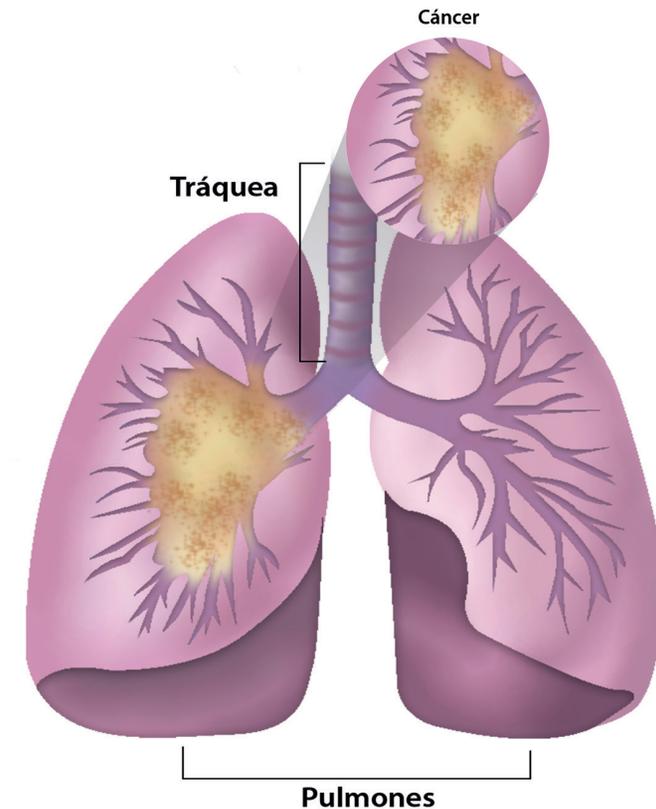
El cáncer de pulmón puede curarse si se descubre a tiempo



Si presenta tos por más de 15 días, acuda al establecimiento de salud para recibir la atención necesaria. No falte a sus controles.



Cáncer de pulmón



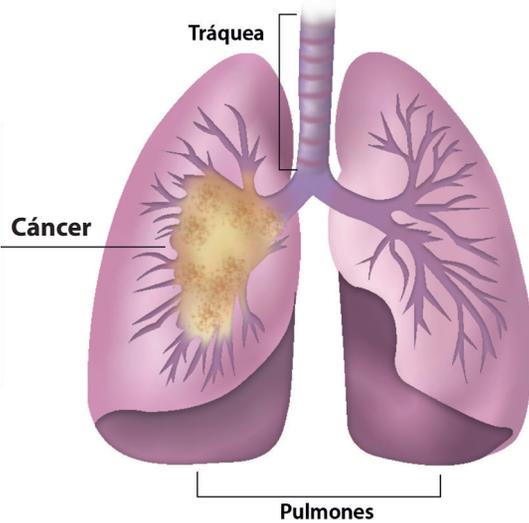
Es causa de muchas muertes en hombres y mujeres, pero puede evitarse al detectarse a tiempo.



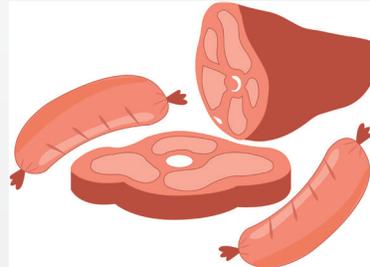
MINISTERIO DE SALUD
Viceministerio de Servicios de Salud

¿Qué es el cáncer de pulmón?

Es un tumor maligno que aparece dentro de los pulmones.



Factores de riesgo para cáncer de pulmón



- Fumar tabaco.
- Antecedentes familiares de cáncer de pulmón.
- Padecimiento de enfermedades crónicas de pulmones.
- Exposición por largo tiempo al humo de leña.
- Contaminación ambiental.
- Bajo consumo de frutas y verduras.
- Consumo frecuente de carnes rojas.

¿Cuáles son los síntomas del cáncer de pulmón?

- Tos persistente y por largo período.
- Dolor constante en el pecho.
- Tos con flema sanguinolenta.
- Cansancio en reposo que aumenta al caminar.
- Neumonía o bronquitis a repetición.
- Pérdida del apetito.

