
	ALCALDÍA MUNICIPAL DE ACACÍAS			
	PROCESO GESTIÓN ESTRATÉGICA			
	BOLETÍN DE PRENSA EXTERNO			
	Fecha: 18/10/2018	Código: GEST – F – 12	Versión: 4	

1010-28.6

## OFICINA DE PRENSA / MARZO 31 DE 2019

### DÍA MUNDIAL CONTRA EL CÁNCER DE COLON



La Secretaría de Salud, desde la Dimensión Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles, invita a la ciudadanía acacireña a implementar hábitos de vida saludable para prevenir el Cáncer de Colon a través de una alimentación rica en fibra.

Medidas para reducir el riesgo haciendo cambios en su vida cotidiana:

- No fume.
- Aumente el consumo de frutas y verduras.
- Consuma bastante agua.
- Controle la obesidad.
- Practique actividad física por lo menos 20 minutos diarios (camine).
- Reduzca el consumo de grasas naturales.
- No consuma alcohol.

En Colombia cada año se presentan aproximadamente 5000 casos nuevos de Cáncer de Colon, siendo esta la tercera causa de muerte por cáncer en mujeres y la cuarta en hombres. El 90% de los casos de esta patología pueden ser tratados exitosamente si son diagnosticados a tiempo.

Consulte a su médico si presenta algunos de los siguientes síntomas y/o factores de riesgo:

- Sangrado digestivo.
- Pérdida de peso.
- Disminución y alteración persistente en el hábito y tamaño de la materia fecal.
- Anemia de causa desconocida.
- Dolor intenso o distensión abdominal frecuente.
- Historia familiar de cáncer de colon.
- Ser mayor de 50 años.

