

Detección de Cáncer de Colon

Programa de detección precoz de cáncer de colon y recto de las Islas Baleares

Desde la Consejería de Salud del Gobierno de las Islas Baleares, me complace presentarles el Programa de Detección Precoz de Cáncer de Colon y Recto de las Islas Baleares. Dicho Programa va dirigido a hombres y mujeres de entre 50 y 69 años y su finalidad es diagnosticar con anticipo este tipo de cáncer.

Cuando reciba su carta por favor, haga el test, es sencillo, rápido, no duele, y puede realizarse en casa. Más del 94% de las pruebas tendrá un resultado normal.

Para más información:

Teléfono: 900 102 560 (9 a 14 horas)

o por email: infocolon@caib.es

IFCC. Trabajando juntos para mejorar las vidas de todas las personas que viven con cáncer

Si usted es un residente de las islas que requiere asistencia relacionada con el cáncer o si desea unirse a la Asociación, póngase en contacto con nuestro IFCC:

Línea de ayuda **666 991 336**

Lunes, Miércoles y Viernes de 10 a 12 horas.

Visite nuestro sitio web

www.ibizacancer.com

O síguenos en Facebook

www.facebook.com/IFCCancer



Cancer de Colon

¿Sabe lo que debe buscar?

Por favor léase este folleto, lléveselo a casa y dáselo a familiares y amigos.

Puede salvar una vida.

Sede Social: Hotel Royal Plaza
Calle Pedro Francés 27. 07800 Ibiza
Teléfono 666 991 336
(Lunes, Miércoles y Viernes de 10 a 12 h.)
Organización benéfica registrada N° G 57089013

El contenido se ha reproducido de un folleto del NHS, North of Tyne.

¿Sabía Usted que?

- El cáncer de Intestino también puede ser conocido como el cáncer colorrectal
- Cada año 25.000 personas en España son diagnosticadas con cáncer de colon.
- Si se detecta a tiempo, ocho de cada diez personas con cáncer de colon se pueden tratar con éxito.

Es importante conocer lo que es normal para usted, si detecta cualquier cambio vaya a ver a su médico tan pronto como sea posible.

Muchos de los cambios en los hábitos intestinales no son cáncer de intestino. Pero en el caso de que si lo fueran, una revisión a tiempo puede salvar su vida.

LOS SÍNTOMAS A TENER EN CUENTA SON:



¿Qué se puede hacer para ayudar a reducir el riesgo de desarrollar cáncer de intestino?

- Coma sólo un poco de carne roja y procesada a la semana - Carne roja incluye carne de res, ternera, cerdo y cordero
- Coma por lo menos cinco porciones de fruta y verdura todos los días y alimentos altos en fibra como el pan integral y los cereales con fibra
- Controle su peso ya que el sobrepeso puede aumentar el riesgo de desarrollar cáncer de colon.
- Realice al menos 30 minutos de actividad física moderada cinco o más días a la semana (ejercicio moderado significa que usted siente calor, se encuentre ligeramente sin aliento y sudoroso).
- No fume.
- Reduzca la cantidad de alcohol que usted bebe y siga las pautas recomendadas, que son:
2-3 unidades o menos para las mujeres - por día
3-4 unidades o menos para los hombres - por día



Vino
½ 175 ml = 1 unidad



Cerveza/ Grande
1 Pinta - 2 Unidades



Licores
25ml licor = 1 unidad.