

Día Mundial contra el Cáncer 2015.

Servicio de Salud Pública del Área V. Consejería de Sanidad. Comunidad de Madrid.

El día 4 de febrero se celebra el Día Mundial contra el Cáncer, con el objetivo de recordar a todas las personas el papel que tenemos en su prevención, ya que el cáncer es una de las principales causas de muerte en todo el mundo. En España se diagnostican cada año más de 200.000 casos nuevos.

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 modificáramos 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 más 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 el 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 en el 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

