

Como o cancro afeta o nosso mundo

As Doenças Não Transmissíveis, incluindo o cancro, são uma das “Dez ameaças à saúde global” da **Organização Mundial de Saúde**.



9,6 milhões de pessoas morrem de cancro todos os anos.

O progresso é possível

Se agirmos, **3,7 milhões** de pessoas podem ser salvas a cada ano.

Há muito que podemos fazer.

Porque as mutações genéticas desempenham um papel de **5 a 10%** dos cancros. Enquanto que, **27%** dos cancros referem-se ao consumo de álcool e tabaco.

O que pode fazer para reduzir o risco de cancro?



Escolha alimentos saudáveis



Faça mais exercício



Pare de fumar



Reduza o consumo de álcool



Exponha-se ao sol com cautela e fique longe das camas de bronzamento artificial.



Evite poluentes e produtos químicos (incluindo amianto, pesticidas e recipientes que contenham BPA)



Vaccine-se



Conheça os sinais e sintomas