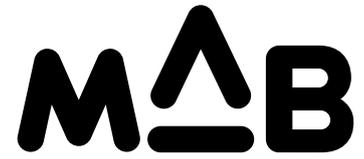


# ACTITUD Y CÁNCER

Introducción: ¿Qué es el cáncer?



Your Learning Coach



## INTRODUCCIÓN: ¿QUÉ ES EL CÁNCER?

**El cáncer es una enfermedad muy compleja y difícil que no solamente compromete a la persona que sufre la enfermedad sino también a toda la gente alrededor.**

**El cáncer es un desorden de las células, cada célula de nuestro cuerpo cumple una función y el cáncer es el desorden de esa función.** Las células cancerosas son supercélulas, pueden vivir en cualquier sitio, y es por eso que tienen la capacidad de sembrarse en otros lugares, a eso se le llama metástasis.

### ¿Qué hacer con el cáncer?

- **Estar atentos y prevenir.**
- **Tener estilos de vida saludables:** tomar mucha agua, comer verduras y frutas, seleccionar el tipo de alimentos y la manera de cocinarlos.

**Es muy importante para el cáncer tomar acciones, y las acciones se llaman básicamente prevención. La prevención puede ser primaria, secundaria o terciaria:**

- La prevención primaria tiene que ver con nuestros estilos de vida, como hacer deporte, comer sano, tomar abundantes líquidos, vivir tranquilos y ser felices.
- La prevención secundaria tiene que ver con los chequeos, en las mujeres tiene que ver con las mamas y el cuello uterino.
- La prevención terciaria tiene que ver con la vacunación.

