



FUNDACIÓ HOSPITAL DE  
**l'Esperit Sant**

# Programa de difusió d'hàbits saludables Càncer de còlon i recte, el podem prevenir!



**Dra. Inês de Lemos - Digestòloga**

# Còlon i microbiota

Regular el sistema immunitari

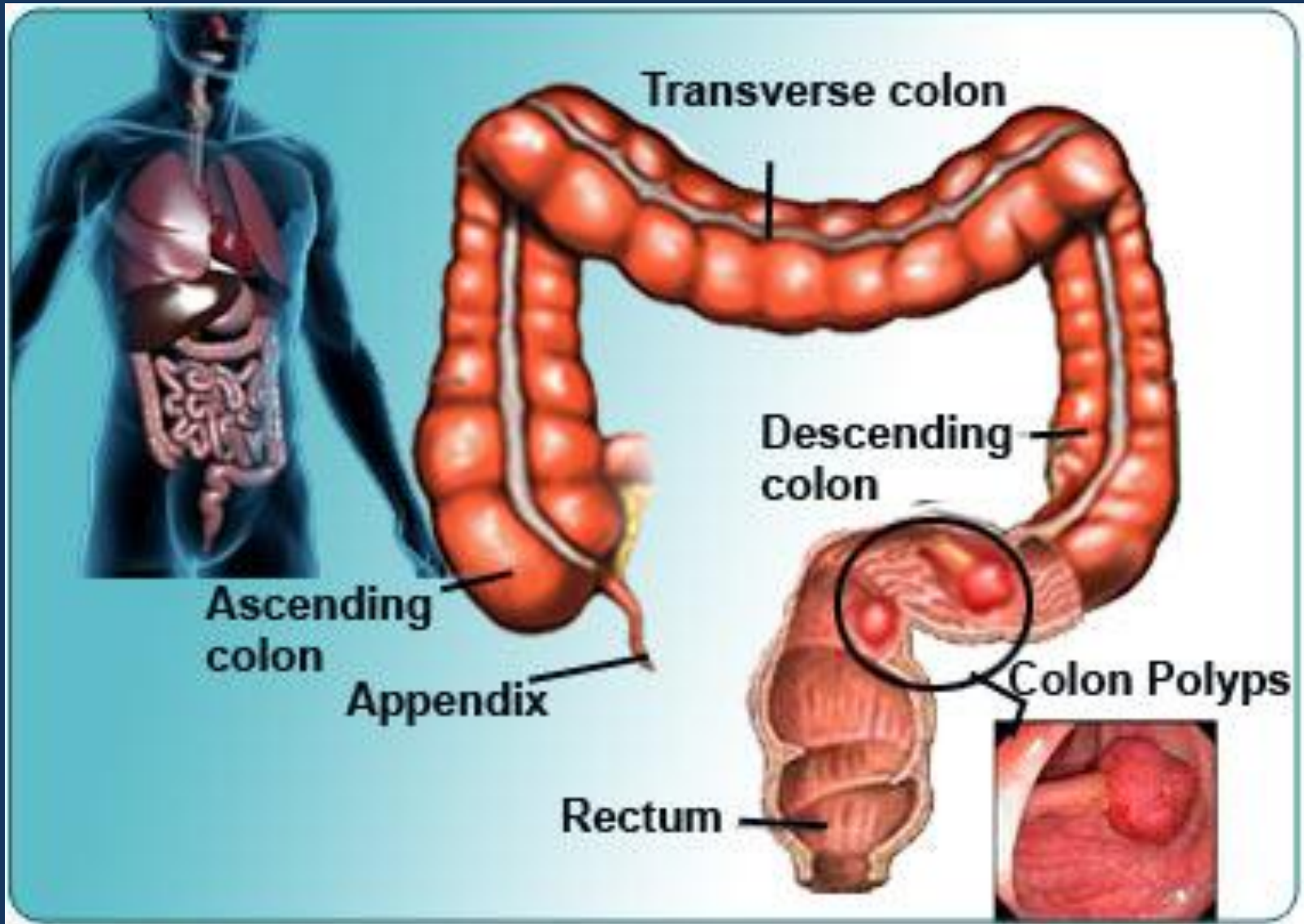
Producció de vitamines



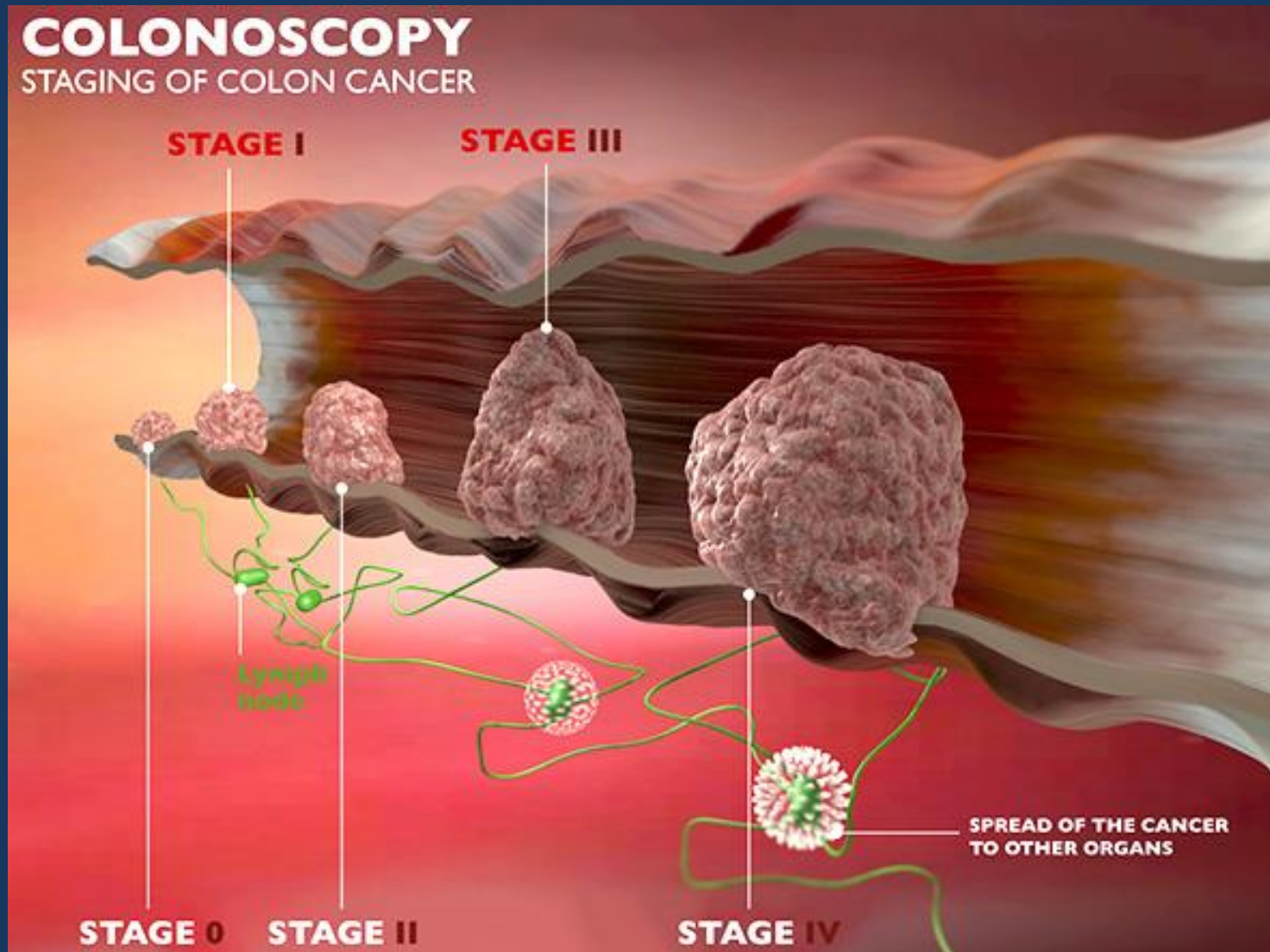
Absorció  
d'aigua i alguns  
nutrients

Regula la  
renovació de les  
cèl·lules del còlon

# Com es forma el càncer de còlon?



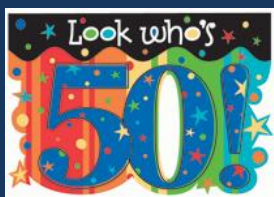
# Com es forma el càncer de còlon?



# De què depèn que es formin els pòlips, creixin i es transformin en càncer?



# Què puc fer per reduir el risc?



# Què puc fer per reduir el risc?



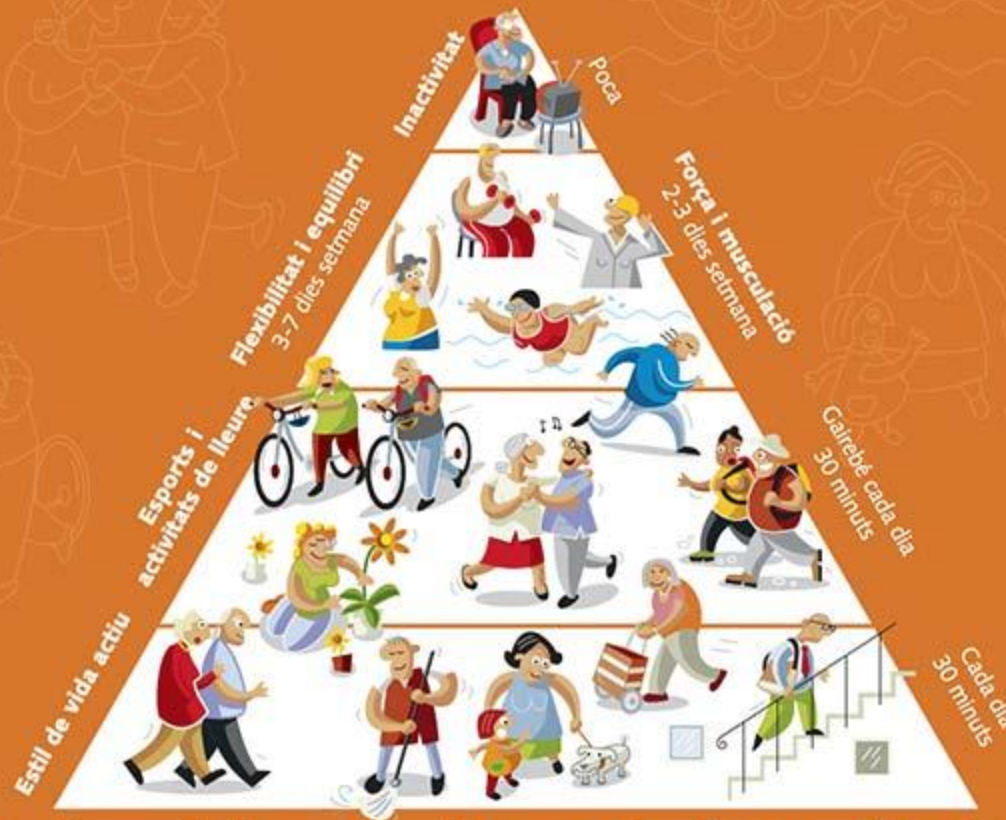
# Què puc fer per reduir el risc?



## Piràmide de l'activitat física

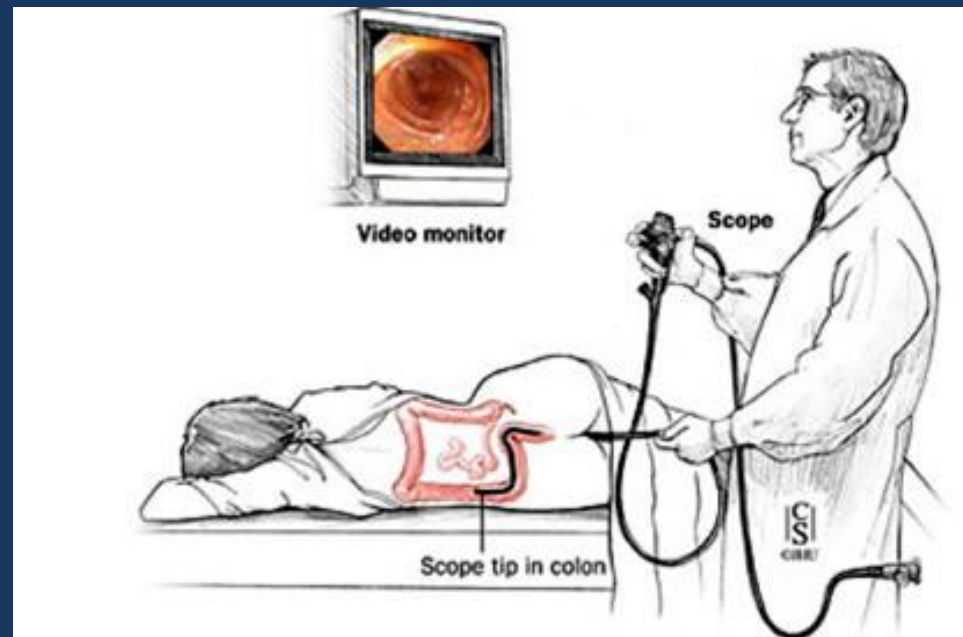
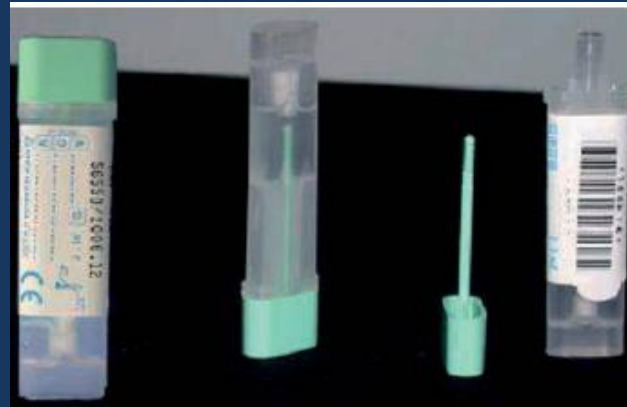


# Què puc fer per reduir el risc?



## Piràmide de l'activitat física per a la gent gran

# Què puc fer per reduir el risc?



**Entre tots i totes podem prevenir  
el Càncer de còlon i recte**

