



## La prevenzione migliora la vita

Le malattie oncologiche rappresentano la seconda causa di morte in Italia, cioè il 30% di tutti i decessi dopo le malattie cardiovascolari. Il ruolo della prevenzione è fondamentale per la nostra salute: combattere il cancro si può. Il primo passo è uno stile di vita sano che predilige, ad esempio, la corretta alimentazione e l'attività fisica.

Il secondo passo è fare prevenzione aderendo agli screening oncologici che servono a individuare precocemente i tumori, quando ancora non si è manifestato alcun sintomo. Favorire la diagnosi precoce è un segno di responsabilità.



## Un segno di responsabilità



## Prenditi cura di te, scegli uno stile di vita sano

Prevenire le malattie oncologiche è possibile: mangiare sano, evitare alcol e fumo, fare attività fisica sono sane abitudini che ciascuno di noi può mettere in atto ogni giorno a salvaguardia della propria salute. Cambiare abitudini scorrette e dannose, come fumare, è un atto di responsabilità necessario per migliorare la qualità della propria vita.



## Aderisci al programma di screening oncologici gratuiti

Gli screening oncologici sono molto importanti poiché mirano a scoprire la malattia quando è più facilmente curabile. Nello stadio iniziale spesso il cancro non dà sintomi ed è normalmente circoscritto a una ristretta area dell'organismo: è questa la fase in cui la malattia può essere affrontata con maggiore efficacia. La ASL di Bari ti invita ad aderire ai programmi di screening gratuiti fondamentali per combattere il tumore del colon retto, il tumore della cervice uterina e il tumore della mammella.