

SER FISICAMENTE ATIVO

é uma das formas de se proteger do câncer.



Previne câncer de intestino, mama, endométrio, bexiga, esôfago, rins e estômago.



Reduz o risco de câncer, independentemente do peso corporal.



Gera benefícios para a saúde em todas as idades.



Ajuda a evitar o ganho de peso e a obesidade.



66%

da população brasileira é

INSUFICIENTEMENTE ATIVA NO LAZER (PNS, 2019).



Pessoas mais ativas podem **reduzir** em até

20%

o risco de **CÂNCER DE INTESTINO**.

ACESSE: GOV.BR/INCA/ALIMENTACAO

