

CÂNCER NO INTESTINO:

como se proteger

RECOMENDAÇÕES



LIMITAR
CARNES VERMELHAS
(Até 500 gramas por semana)



ALIMENTAÇÃO
RICA EM VEGETÁIS



MANTER
O PESO CORPORAL
SAUDÁVEL



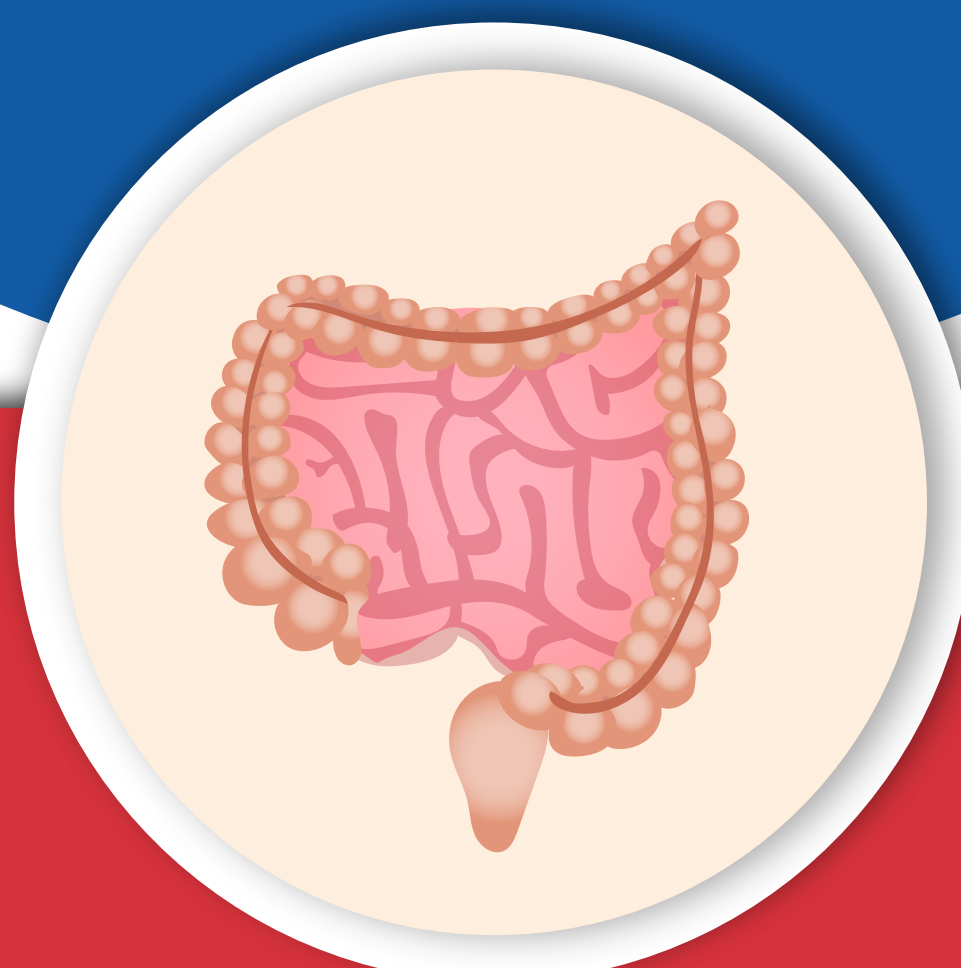
VIDA
ATIVA



EVITAR
CARNES
PROCESSADAS



EVITAR
BEBIDAS
ALCOÓLICAS



40 mil
Casos
por ano

(INCA, 2020)

Essas práticas
podem evitar

30%
dos casos

(INCA, 2021)

Acesse gov.br/inca/alimentacao