

## El minuto de Mayo Clinic

### Prevenir el cáncer con cambios en el estilo de vida

| <b>Video</b>                                     | <b>Audio</b>  |
|--|---|
|  | No fumar, evitar demasiada exposición al sol, comer una alimentación sana y moverse son maneras de reducir el riesgo de cáncer.   |
|  | El Dr. Timothy Moynihan es oncólogo de Mayo Clinic y dice que el estilo de vida que escogemos repercute sobre el riesgo de cáncer.  |
| Dr. Timothy Moynihan<br>Oncología<br>Mayo Clinic | “Parece que en algún punto entre el 45 y el 50 por ciento de las muertes por cáncer se deben a factores que son potencialmente modificables”.   |
|  | Encabeza la lista el cáncer de pulmón debido al hábito de fumar.  |
| Dr. Timothy Moynihan<br>Oncología<br>Mayo Clinic | “Sabemos también que consumir alcohol, especialmente en gran cantidad, combinado con otras cosas como fumar, claramente aumenta el riesgo de problemas como cáncer de cabeza y cuello, cáncer de esófago y otros tipos de cáncer, más que el solo hábito de fumar”. |
|  | El Dr. Moynihan dice que mantenerse al día con las vacunas es también importante.   |
| Dr. Timothy Moynihan<br>Oncología<br>Mayo Clinic | “El cáncer del cuello del útero, el cáncer anal y el cáncer del hígado se relacionan con varios tipos de infecciones, pero se sabe que recibir las vacunas habituales en el momento oportuno ejerce un efecto poderoso sobre varios de estos problemas”.            |
|  | Para la Red Informativa de Mayo Clinic, soy Vivien Williams.  |