



**Te invitamos  
a leer más**

**15.- Respuesta correcta: d)**

Los alimentos descritos en a) y b), son ricos en vitaminas, minerales y sustancias fitoquímicas, con propiedades antioxidantes preventivas de enfermedades. También los alimentos ricos en fibra previenen enfermedades intestinales y entre estas el cáncer de colon.

## **DIETA ANTICANCERÍGENA**

©[www.botanical-online.com](http://www.botanical-online.com)

- Dieta rica en fibra
- Alimentos antioxidantes
- Disminuir las grasas saturadas y los productos industriales.
- Reducir el consumo de ahumados, embutidos, patés y curados con sal.
- Evitar la obesidad y el sedentarismo
- Evitar el alcohol y de tabaco.

