

## **Se puede prevenir y curar en muchos casos**

- ⇒ El cáncer de colon es un tumor muy frecuente que afecta tanto a hombres como a mujeres. En España se diagnostican 25.000 nuevos casos al año.
- ⇒ Si se detecta a tiempo, se puede curar en muchos pacientes y tiene un pronóstico favorable cuando se diagnostica en las fases tempranas de la enfermedad.
- ⇒ Se puede prevenir si se detectan pólipos (lesiones pre-malignas) de forma precoz, antes de que haya síntomas.

## Factores de riesgo

- ⇒ La edad superior a 50 años es un factor de riesgo tanto en hombres como en mujeres.
- ⇒ La existencia de antecedentes familiares de cáncer de colon (padres, hermanos, abuelos...) aumenta el riesgo de padecer esta enfermedad.
- ⇒ Sufrir enfermedad inflamatoria intestinal (Enfermedad de Crohn o colitis ulcerosa).
- ⇒ Alimentación rica en carnes rojas o procesadas y pobre en fibra, fruta y verduras.
- ⇒ Tener pólipos de colon (lesiones pre-malignas).
- ⇒ Fumar y beber alcohol.

## **Día Mundial contra el Cáncer de Colon:**

### **¿Cuáles son los síntomas del cáncer de colon?**



- ⇒ Sangrado rectal.
- ⇒ Cambio en la frecuencia o características de las heces.
- ⇒ Cansancio, anemia o la pérdida de peso.
- ⇒ En muchos casos no se producen síntomas, y por ello es importante acudir el médico si se tienen factores de riesgo.

### **Consejos de vida saludables**

- ⇒ Dieta saludable y variada: tomar alimentos ricos en fibra, verduras, cereales, legumbres y fruta. Moderar el consumo de carnes y grasas.
- ⇒ Evitar el sobrepeso y realizar ejercicio físico.
- ⇒ Evitar el tabaco y el alcohol.

## ¿Se puede detectar el cáncer de colon antes de que se produzcan síntomas?: Sí

⇒ Existen dos pruebas de cribado para la detección de pólipos o tumores en fase precoz:

- La detección de sangre oculta en heces: es una prueba indirecta y sencilla. Si es positiva, se realizará una colonoscopia.
- La colonoscopia: permite visualizar directamente el colon, detectar, e incluso, extirpar el pólipo. Se realiza bajo sedación

**¡No lo deje!: debe consultar a su médico sí:**

⇒ Es mayor de 50 años.

⇒ Tiene antecedentes familiares de cáncer de colon o de pólipos.

⇒ Tiene antecedentes de enfermedad inflamatoria intestinal