



Cáncer de colon y recto sí es posible prevenirlo

80% - 90% de los casos ocurren en personas mayores de **50 años** que presentan **pólipos adenomatosos** (adenomas) en colon o recto

En Colombia se diagnostican cada año aproximadamente **6350 casos nuevos y mueren cerca de 3200** personas por esta causa

Después de **5 años** de haber sido diagnosticada la enfermedad, **sobrevive el 43%** de los pacientes



Factores de riesgo

Genéticos

- Es el cáncer con mayor componente familiar
- **20 al 30%** tienen antecedentes familiares en parientes de primer y segundo grado

Medio ambientales

- **Obesidad** aumenta hasta **2 veces** el riesgo de desarrollarlo
- Elevado consumo de **carnes rojas y procesadas** (embutidos)
- Consumo excesivo de alcohol
- **Tabaquismo**
- **Sedentarismo**

Otros factores

- Edad > a 50 años
- Diabetes mellitus tipo 2
- Raza negra



Prevención

- Consuma **frutas, vegetales y granos integrales**
- Realice **actividad física** regular
- Modere consumo de carnes rojas y procesadas
- Evite consumo de alcohol y cigarrillos
- Mantenga un **peso corporal adecuado**

Detección temprana

- **Personas asintomáticas, mayores de 50 años:** prueba de sangre oculta en materia fecal cada dos años

Mortalidad

- En **Colombia** es la **cuarta causa** de muerte por cáncer en **ambos sexos**

Incidencia

- En **Colombia** es el **tercer** tipo de cáncer más frecuente en mujeres y el **cuarto** en hombres

- Sensación de **masa palpable** en el abdomen
- **Antecedentes familiares** de cáncer colorectal

Consultar si hay

- **Dolor abdominal** marcado y frecuente
- **Cambio en su hábito intestinal:**
 - ☞ diarrea o estreñimiento
 - ☞ sensación de que el intestino no se limpia completamente
 - ☞ heces más delgadas de lo normal
 - ☞ sangrado en la materia fecal (color rojo muy vivo o muy oscuro)
- **Pérdida de peso** injustificado y en poco tiempo
- **Anemia**