

Cáncer de colon y recto, sí es posible prevenirlo



En **Colombia** se estima que se **diagnosticaron 11.163 casos nuevos** y murieron 5.640 personas para 2022

80% - 90%

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



Incidencia

En Colombia **es el segundo tipo de cáncer más frecuente** en mujeres y hombres



Mortalidad

En Colombia **es la segunda causa de muerte por cáncer en mujeres** y la **cuarta en hombres**

Prevención



Limitar el consumo de **carnes rojas**



Evitar el consumo excesivo de alimentos procesados y embutidos



Evitar el consumo de alcohol y cigarrillo



Realizar **ejercicio físico** con frecuencia



Mantener un **peso corporal adecuado**



Consumir una dieta rica en **frutas, vegetales** y granos

Tamizaje



Población **con riesgo o con historia familiar:** será definido por su médico



Personas asintomáticas, mayores de 50 años, sin factores de riesgo: prueba de sangre oculta en materia fecal de inmunoquímica* cada 2 años

* DNA específico en sangre humana

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 mayor a 50 años
- Diabetes mellitus tipo 2
- Historia familiar de cáncer colorectal

Síntomas

- Dolor abdominal marcado y frecuente
- Cambio en su hábito intestinal
- Diarrea o estreñimiento
- 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
- Sensación de masa palpable en el abdomen



Instituto Nacional de Cancerología Colombia
Por el control del cáncer

