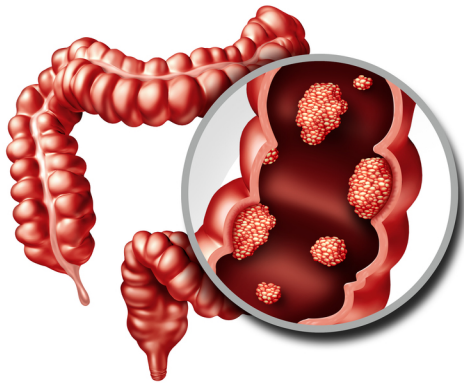


El cáncer de colon se cura en el 90% de los casos si se detecta precozmente



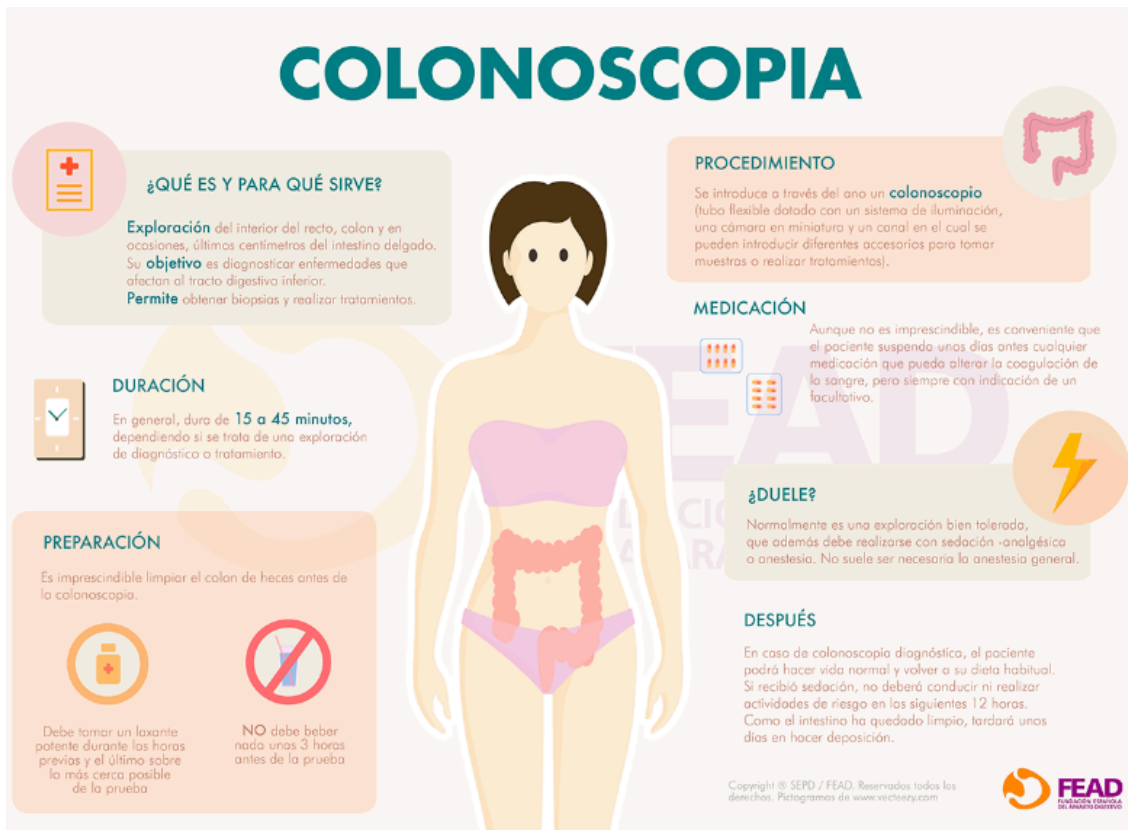
La Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD) apuesta por sensibilizar a la población sobre la importancia de la prevención y el diagnóstico precoz en la lucha contra el cáncer de colon para lograr una tasa de supervivencia más alta en este tipo de cáncer. Este año, con motivo del **Día Mundial contra el Cáncer de Colon** que se celebra el 31 de marzo, la FEAD se ha propuesto reforzar la información sobre los principales factores de riesgo que pueden predisponer a desarrollar un tumor de colon con el fin de favorecer actuaciones que permitan la prevención del mismo o su diagnóstico precoz. **Entre los principales factores destacan la edad** (las probabilidades se incrementan a partir de los 50 años), **los antecedentes familiares de cáncer de colon o de recto**, haber padecido ya algún otro tipo de tumor (adenomas o cáncer de colon) u otras patologías digestivas como la Enfermedad Inflamatoria Intestinal (Colitis Ulcerosa o Enfermedad de Crohn), así como algunos síndromes hereditarios.

“Aumenta el riesgo cuando el familiar afecto es un familiar directo (padre, madre o hermanos), cuánto más joven es la persona que padece el cáncer y cuántos más familiares haya con esta enfermedad”, añade la Dra. Mileidis San Juan Acosta, responsable del comité de Actividades Fundacionales de la FEAD.

El cáncer de colon es el más frecuentemente diagnosticado en España, siendo el segundo en mujeres, después del cáncer de mama, y el tercero en frecuencia en hombres, después del de pulmón y próstata. En España, se diagnostican cada año alrededor de 44.900 nuevos casos, si bien el cáncer de colon se puede curar en el 90% de los casos si se detecta precozmente. Por ello, la recomendación de los expertos de la FEAD para la población es participar en los programas institucionales de cribado de la comunidad donde se resida si se tienen más de 50 años o si se forma parte de los grupos de riesgo.

Programas de Cribado, eficacia probada

Según los expertos los programas de cribado basados en la prueba de sangre oculta en heces y, si esta es positiva, en la colonoscopia, son la medida más efectiva para reducir la incidencia y la mortalidad del cáncer de colon tanto por coste, como por eficacia y por la calidad de vida que proporciona a los pacientes. “Esto es así en parte porque gracias al cribado, no solo se identifican las lesiones existentes de forma precoz, sino que se evita que los pólipos se conviertan en tumores malignos. Según los datos disponibles, una vez realizado el test, se estima obtener sangre oculta en heces positiva entre 5%-8% de las pruebas realizadas, y es solo a este grupo a quienes se les indica un paso más de control con la colonoscopia. De estas colonoscopias, entre un 40 y un 50% presentan pólipos o lesiones precancerosas, que según sus características pueden tratarse durante dicho procedimiento”, explica la Dra. San Juan Acosta.



COLONOSCOPIA

¿QUÉ ES Y PARA QUÉ SIRVE?
Exploración del interior del recto, colon y en ocasiones, últimos centímetros del intestino delgado. Su **objetivo** es diagnosticar enfermedades que afectan al tracto digestivo inferior. **Permite** obtener biopsias y realizar tratamientos.

DURACIÓN
En general, dura de **15 a 45 minutos**, dependiendo si se trata de una exploración de diagnóstico o tratamiento.

PREPARACIÓN
Es imprescindible limpiar el colon de heces antes de la colonoscopia.
Debe tomar un laxante potente durante las horas previas y el último sobre la más cerca posible de la prueba.
NO debe beber nada unas 3 horas antes de la prueba.

PROCEDIMIENTO
Se introduce a través del ano un **colonoscopio** (tubo flexible dotado con un sistema de iluminación, una cámara en miniatura y un canal en el cual se pueden introducir diferentes accesorios para tomar muestras o realizar tratamientos).

MEDICACIÓN
Aunque no es imprescindible, es conveniente que el paciente suspenda unos días antes cualquier medicación que pueda alterar la coagulación de la sangre, pero siempre con indicación de un facultativo.

¿DUELE?
Normalmente es una exploración bien tolerada, que además debe realizarse con sedación -analgésica o anestesia. No suele ser necesaria la anestesia general.

DESPUÉS
En caso de colonoscopia diagnóstica, el paciente podrá hacer vida normal y volver a su dieta habitual. Si recibió sedación, no deberá conducir ni realizar actividades de riesgo en los siguientes 12 horas. Como el intestino ha quedado limpio, tardará unos días en hacer deposición.

Copyright © SEPD / FEAD. Reservados todos los derechos. Pictogramas de www.victorery.com

FEAD
FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ENFERMEDADES DIGESTIVAS

Recomendaciones de la FEAD según grupo de población

Los programas de cribado establecen diferentes grupos de población según los factores de riesgo asociados, y así también varían las recomendaciones para cada grupo:

SIN ANTECEDENTES FAMILIARES

- Menores de 50 años: la recomendación es adoptar un estilo de vida saludable: realizar una dieta sana, evitar el sobrepeso y la obesidad, no fumar y hacer ejercicio físico.
- Mayores de 50 años: la recomendación es participar en los programas de cribado de la comunidad autonómica, que consiste en el test de detección de sangre en heces, y solo si es positivo, el paso siguiente será una colonoscopia.

CON ANTECEDENTES FAMILIARES

- Las personas con antecedentes familiares de cáncer de colon o pólipos, requieren una valoración especial que varía según el número de familiares afectados, el grado de parentesco y la edad en el momento de diagnóstico, por lo que la recomendación es consultar con el médico. Tras una primera colonoscopia, los intervalos de vigilancia endoscópica se ajustan a los hallazgos endoscópicos.

CON DIAGNÓSTICO PREVIO DE TUMOR O PATOLOGÍAS ESPECÍFICAS

- Las personas con diagnóstico de adenomas o cáncer de colon, o aquellas que padecen Enfermedad Inflamatoria Intestinal (Colitis Ulcerosa o Enfermedad de Crohn), o ciertos síndromes hereditarios, deben cumplir con el seguimiento indicado por su especialista en cada caso.

Importancia de la prevención

Desde la Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD), con motivo del Día Mundial contra el Cáncer de Colon se hará especial hincapié en la difusión de recomendaciones para la prevención del cáncer colorrectal a través de su web y RRSS. Sus expertos destacan que son fundamentales los hábitos dietéticos (dieta baja en grasa, rica en verduras, frutas, calcio y vitamina D, y evitando las carnes rojas) y el estilo de vida (evitar el sobrepeso, no fumar, hacer ejercicio y moderar el alcohol), así como si tienes más de 50 años participar en el Programa de Cribado de tu Comunidad Autónoma.

Además, “se recomienda prestar atención al colon y saber detectar si hay un cambio en el ritmo intestinal, cambios de peso, sangre en heces... en estos casos no debemos dudar en consultar al médico de Atención Primaria. Nuestro objetivo es concienciar a la población de que debemos ocuparnos del colon, incorporar su cuidado a nuestra rutina de salud siguiendo las recomendaciones de los expertos tal y como hacemos con la prevención de otros cánceres”, concluye la Dra. San Juan Acosta.