

O CANCRO DE COLON

É O TUMOR MALIGNO MÁIS FRECUENTE EN EUROPA E, SÓ EN ESPAÑA, DIAGNOSTÍCANSE UNS 25.000 NOVOS CASOS AO ANO.

CALES SON OS SEUS SÍNTOMAS?

Sangue nas feces ou cambios do ritmo intestinal (con ou sen dolor abdominal) que persisten varias semanas.

PÓDESE EVITAR?

Ao ser posible a súa prevención e/ou detección precoz, as probabilidades de curación aumentan en gran medida.

A QUEN PODE AFECTAR?

Afecta indistintamente a persoas de ambos os sexos e desenvólvese, case sempre, sobre unha lesión benigna inicial chamada pólipo. Estes pólipos tardan anos en crecer e só un 5-10% se malignizan.

COMO SABER SE SE TEN CANCRO DE COLON?

Existen diversas probas (exame das feces ou endoscopias). A máis sinxela e indolora consiste en tomar unha pequena mostra de feces, para comprobar se contén restos de sangue que non se aprecian a simple vista.

SE SUPERAS OS 50 ANOS, PRESTA ESPECIAL ATENCIÓN:

- Estás nunha idade de risco para presentar un cancro de colon.
- Para detectalo precozmente é recomendable que, polo menos cada dous anos, realices unha proba de detección de sangue oculta en feces.

- O risco de cancro de colon aumenta se:

Un familiar próximo (pai, irmán ou fillos) padeceu a enfermidade.

Se padeces unha colite ulcerosa ou enfermidade de Crohn. En calquera destas circunstancias, podes necesitar realizar estudos antes dos 50 anos para prever o cancro de colon.

POR ÚLTIMO, ESTES BREVES CONSELLOS AXUDARÁN A REDUCIR RISCOS:

- Procura levar unha dieta saudable e variada. Toma alimentos ricos en fibra (cereais, legumes...), come froita e verdura a diario e modera o consumo de graxas, azucres e alcohol.
- Cóidate, mantén un peso adecuado e fai exercicio cada día. Non fumes.
- E, ante calquera dúbida, acode ao teu médico porque é a persoa que mellor te pode informar acerca do cancro de colon.