



Marzo 2016

## ESTA MIERDA PUEDE SALVARTE LA VIDA

El cáncer colorrectal es el tumor más frecuente en nuestro país y afecta tanto a hombres como a mujeres. La edad es uno de los principales factores de riesgo, por eso a partir de los 50 años es más probable que pueda aparecer. La buena noticia es que este tipo de cáncer se puede detectar en sus fases más tempranas, antes de que aparezcan los síntomas, y aumentar de esta forma las probabilidades de éxito de los tratamientos.

### ¿QUÉ HAY QUE HACER?

Si tienes entre 50 y 69 años y vives en una comunidad autónoma donde ya está implantado el programa de cribado de cáncer colorrectal, recibirás una carta recordándote la necesidad de hacerte el test de sangre oculta en heces (TSOH). Si todavía no está implantado el programa, puedes hablar con tu médico de cabecera, y que valore la posibilidad de realizarte las pruebas oportunas.

Si todavía no tienes 50 años, conviene que sigas leyendo, que recuerdes la importancia y beneficios de estas revisiones y que difundas el mensaje a las personas más cercanas a ti que sí están incluidas en la franja de edad de riesgo.

### PASO A PASO DE LA DETECCIÓN PRECOZ.



**Paso uno, prueba indirecta o TSOH.** Esta prueba es tan sencilla que puedes realizarla en casa. El objetivo es comprobar si hay sangre en las heces. En el caso de que el resultado sea negativo, enhorabuena, no tienes que volver a hacerlo hasta dentro de dos años. Si ha dado positivo, no te preocupes, el sangrado puede estar ocasionado por diferentes razones, la mayoría de las veces por lesiones benignas pero para saber el motivo exacto debes someterte a una prueba más directa.

**Paso dos, prueba directa o colonoscopia.** Con ella se precisa el origen de la sangre aparecida en las heces. Esta prueba requiere una preparación dietética previa para limpiar bien el intestino y se realiza en el hospital de manera ambulatoria. Con ella se confirma si existen lesiones benignas, premalignas o cáncer de colon.



### Te interesa...



Trancas y barrancas conversan con una buena amiga (MSSSI)



Si no imaginas cómo se hace TSOH, aquí tienes un vídeo (Mejor sin cáncer, ICO)

### Participa...

Avances como este solo se consiguen gracias a la investigación científica.

MI RETO CONTRA EL CÁNCER 



¿Sabes que ahora puedes hacer mucho más que donar para impulsar la investigación?

Haz de la lucha contra el cáncer algo personal...

CREA TU RETO



**TU APORTACIÓN NOS DA VIDA**  
con tu ayuda podemos financiar investigación, asistir a personas afectadas por cáncer y trabajar en prevención.

[HAZTE SOCIO AHORA](#)

## Paso tres, diagnósticos y tratamiento.

\* Pólipsos precancerosos. Son las lesiones que preceden al desarrollo del cáncer de colon y que se suelen extirpar durante la colonoscopia. En la mayoría de los casos no se precisa más tratamiento.

Pasarías a hacerte revisiones periódicas.

\* Cáncer colorrectal. Lo más frecuente es detectarlo en fases tempranas cuando se realizan revisiones de cribado periódicas. Una intervención a tiempo aumentará la garantía de un buen pronóstico.

### SOLO VENTAJAS

- El TSOH es muy sencillo, cómodo y apenas requiere tiempo hacerlo.
- Se puede detectar a tiempo cuando no se deja pasar más de dos años entre prueba y prueba..
- Con el diagnóstico precoz es posible aplicar el tratamiento adecuado de manera temprana, por lo que el cáncer se supera en el 90% de los casos.



- El cribado precoz del cáncer colorrectal reduce entre un 15 a un 30% la mortalidad por este tipo de cáncer.
- Evita una vida sedentaria, realiza ejercicio físico diario y lleva una alimentación rica en frutas y verduras y baja en grasas, se reduce la probabilidad de que aparezcan esos pólipos premalignos y el cáncer de colon.
- Saber que las medidas de prevención (hábitos saludables) y de detección precoz (pruebas de cribado periódicas) son tan sencillas y que aportan tanta tranquilidad respecto a nuestra salud, no tiene precio.

< Anterior

Siguiente >

### TAMBIÉN TE PUEDE INTERSAR



Encuentro  
Digital  
31 de marzo



#### INFOGRAFÍA

Siempre se ha dicho que una imagen vale más que mil palabras....

#### ENVÍA TUS PREGUNTAS

Si tienes alguna duda sobre el cáncer de colon el 31 de marzo nuestro equipo de profesionales las contestará.

## Archivo



Consulta las **ediciones anteriores de "Consejos de Salud"** en nuestra web.

[IR AL ARCHIVO](#)



[DESCARGAR CONTENIDO COMPLETO EN PDF](#)