

EL CÁNCER DE COLON LLEGA SIN AVISAR

QUE TE SORPRENDA SOLO DEPENDE DE TI.



Detectar a tiempo el cáncer de colon puede curar el 90% de los casos. Si tienes más de 50 años, no corras riesgos: **infórmate y participa en el programa de cribado para prevenirlo.**



TU VIDA, NUESTRA VIDA

Asociación Española
Contra el Cáncer 

aecc.es | 900 100 036

ELIGE90
PROGRAMA DE DETECCIÓN
PRECOZ DE
CÁNCER DE COLON

EL CÁNCER DE COLON

ES EL TUMOR MALIGNO MÁS FRECUENTE EN LA ACTUALIDAD Y, SOLO EN NAVARRA, SE DIAGNOSTICAN ALREDEDOR DE 500 NUEVOS CASOS AL AÑO.

¿CUÁLES SON SUS SÍNTOMAS?

Sangre en las heces o cambios del ritmo intestinal (con o sin dolor abdominal) que persisten varias semanas.

¿SE PUEDE EVITAR?

Al ser posible su prevención y/o detección precoz, las probabilidades de curación aumentan en gran medida.

¿A QUIÉN PUEDE AFECTAR?

Afecta indistintamente a personas de ambos sexos y se desarrolla, casi siempre, sobre una lesión benigna inicial llamada pólipo. Estos pólipos tardan años en crecer y solo un 5-10% se malignizan.

¿CÓMO SABER SI SE TIENE CÁNCER DE COLON?

Existen diversas pruebas (examen de las heces o endoscópicas). La más sencilla es indolora y consiste en tomar una pequeña muestra de heces para comprobar si contiene restos de sangre que no se aprecian a simple vista.

SI SUPERAS LOS 50 AÑOS, PRESTA ESPECIAL ATENCIÓN:

- Estás en una edad de riesgo para presentar un cáncer de colon.
- Para detectarlo precozmente es recomendable que, al menos cada dos años, te realices una prueba de detección de sangre oculta en heces.
- El riesgo de cáncer de colon aumenta si:
 - Un familiar cercano (padres, hermanos o hijos) ha padecido la enfermedad.
 - Si padeces una colitis ulcerosa o enfermedad de Crohn. En cualquiera de estas circunstancias, puedes necesitar realizarte estudios antes de los 50 años para prevenir el cáncer de colon.

POR ÚLTIMO, ESTOS BREVES CONSEJOS TE AYUDARÁN A REDUCIR RIESGOS:

- Procura llevar una dieta saludable y variada. Toma alimentos ricos en fibra (cereales, legumbres...), come fruta y verdura a diario, y modera el consumo de grasas, azúcares y alcohol.
- Cuídate, mantén un peso adecuado y haz ejercicio cada día. No fumes.
- Y, ante cualquier duda, acude a tu médico porque es la persona que mejor te puede informar acerca del cáncer de colon.