

¿Qué podemos hacer para prevenir el cáncer de colon?

Teniendo en cuenta la edad, antecedentes personales y familiares o patologías digestivas previas, debemos prestar atención en reducir los factores exógenos adoptando medidas directamente relacionadas con nuestro estilo de vida.

Por tanto, si no tenemos antecedentes y somos <50 años, deberíamos, lo primero, adoptar un estilo de vida saludable.

Si por el contrario somos >50 años, debemos participar en los programas de cribado programados por los sistemas de salud de las distintas comunidades autónomas basados en el test de sangre oculta en heces (SOH). En caso de que esta prueba sea positiva, se deberá realizar una colonoscopia.

Aquellas personas que sí tienen antecedentes familiares deber ser valorados por el especialista para establecer una estrategia preventiva. Si los antecedentes son de primer grado se suele adelantar el inicio del cribado a los 40 años o 10 años antes de la edad de diagnóstico del familiar con cáncer más joven y realizar colonoscopias cada 5 años.

En caso de personas con diagnóstico de adenomas, cáncer de colon o EII, cumplirán el seguimiento que le indique el especialista.

SINTOMATOLOGIA

- Cambio en los hábitos de evacuación como diarrea o estreñimiento.
- Sensación de ir al baño que no desaparece después de haber tenido una evacuación.
- Sangrado rectal con sangre roja.
- Deposiciones oscuras (sangre oculta)
- Cólicos o dolor abdominal.
- Debilidad y cansancio.
- Pérdida inexplicable de peso.

