



## Cáncer Colorrectal (CCR)

### ¿Qué es el cáncer colorrectal (CCR)?

El cáncer colorrectal (CCR), se desarrolla en el colon y el recto (intestino grueso). En más del 80 % de los casos, se genera primero un pólipo (crecimiento anormal de las células) denominado adenoma, que puede crecer lentamente durante más de 10 años y transformarse en cáncer si no se detecta y extirpa a tiempo.

### Factores de riesgo

En la mayoría de los casos (75% aproximadamente), el CCR se desarrolla en personas que no presentan antecedentes personales ni familiares de la enfermedad. El resto de los CCR se produce en personas con riesgo adicional debido a: antecedente personal de adenomas únicos o múltiples, CCR o enfermedad inflamatoria intestinal, y antecedentes familiares de CCR o de adenomas únicos o múltiples.

### Para prevenir el CCR se recomienda:

- Consumir una dieta rica en fibras, especialmente vegetales y frutas.
- Disminuir el consumo de carnes rojas y grasas de origen animal.
- Ingerir productos ricos en calcio (lácteos).
- Realizar ejercicio físico regularmente y evitar el sobrepeso.
- Disminuir el consumo de bebidas alcohólicas y evitar el tabaco.



### Importancia de la detección temprana

El CCR es prevenible: la progresión lenta de los pólipos o adenomas favorece la realización de exámenes periódicos para detectarlos y extirparlos permitiendo prevenir la enfermedad. Además, este tipo de cáncer se puede curar porque si se detecta tempranamente las posibilidades de curación son superiores al 90% y los tratamientos son menos invasivos.

- Todas las personas de 50 a 75 años, aunque no tengan síntomas deben efectuar chequeos regulares para detectar y extirpar los adenomas o detectar y tratar el cáncer colorrectal en una etapa temprana.

- En caso de tener antecedentes familiares o personales de cáncer de colon o pólipos debe consultarse a un médico especialista si es necesaria la realización de exámenes a más temprana edad.



### **Métodos de detección**

- Test de sangre oculta en materia fecal inmunoquímico (TSOMFI): Detecta sangre no visible en la materia fecal.
- Colonoscopia: Permite examinar el colon y extirpar pólipos durante el procedimiento.