

# CÓMO ADELANTARSE AL CÁNCER DE COLON

ANTES DE TENER SÍNTOMAS



# Infórmate sobre el **cáncer colorrectal**

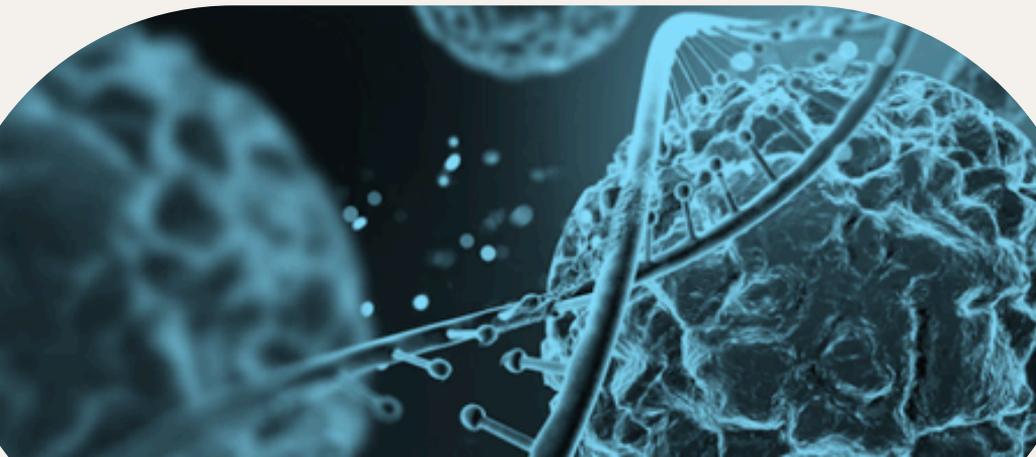
El cáncer colorrectal es el **tumor más frecuente** en ambos sexos con más de 42.000 casos por año y se cobra la vida de más de 15.600 personas en España (AECC).

Es una **enfermedad silenciosa**, que afecta tanto a hombres como a mujeres. Comienza a desarrollarse en el colon o el recto, partes del intestino grueso.

Muchos de los cánceres colorrectales comienzan como pólipos, crecimientos anormales en la mucosa del colon o el recto, que pueden **tardar hasta 15 años en malignizarse a cáncer**.

## **CUIDADO.**

Incluso si te sientes sano y sin síntomas, puedes **estar desarrollando un cáncer y no saberlo**.



# Los principales factores de riesgo



## La edad:

El riesgo aumenta significativamente a partir de los 50 años.



## Antecedentes familiares o personales:

Tener familiares o antecedentes personales de cáncer colorrectal o pólipos.



## Síndromes hereditarios:

Síndrome de Lynch o poliposis adenomatosa familiar.



## Dieta poco equilibrada:

Dietas altas en carnes rojas y procesadas y bajas en frutas y verduras.



## Estilo de vida:

Sedentarismo, obesidad, consumo de alcohol y tabaco.



## Antecedentes de otros cánceres.

Enfermedades Inflamatorias Intestinales: Condiciones como la colitis ulcerosa y la enfermedad de Crohn, Diabetes tipo 2



# Los **síntomas** más comunes



## **Cambios en el hábito intestinal:**

Diarrea, estreñimiento o sensación de evacuación incompleta.



## **Sangre en las heces:**

rectal o sangre en las heces.



## **Dolor abdominal:**

Dolor o calambres abdominales persistentes.



## **Pérdida de peso inexplicada:**

Pérdida de peso sin razón aparente.



## **Debilidad y fatiga:**

Sensación de cansancio constante.



# Cuídate más y mejor para prevenirlo

## Piensa en tu estilo de vida.

Juega un papel clave en la prevención de las enfermedades en general, y del cáncer colorrectal en particular.

## Empieza por cosas sencillas:

### Come mejor.

Se recomienda adoptar una dieta equilibrada, rica en fibras, baja en grasas.

### Muévete un poco más.

Realiza actividad física regularmente.

### Hidrátate.

Reduce el consumo de alcohol y asegúrate de beber agua (al menos 1,5L por día).

**¿Fumas?** Reduce el tabaco, y busca ayuda para dejarlo definitivamente.



Escanea aquí



# Descubre cómo detectarlo temprano

**Si no tienes síntomas, no esperes.**

**Actúa.**

El **60%** de los casos de cáncer colorrectal colon se detectan en fases avanzadas cuando ya es muy difícil tratar la enfermedad.

Sin embargo, la detección temprana aumenta la posibilidad de **curación del 14% al 90%** detectando lesiones precancerosas antes de que tengas los primeros síntomas.



# Estas son **las pruebas** que ya existen si tienes **50 años o más**

## La biopsia líquida

Consiste en un análisis de sangre. A través de una muestra de sangre, se pueden detectar las señales específicas que los pólipos o el cáncer colorrectal expresan. Esta novedosa metodología se basa en el análisis de determinados biomarcadores específicos presentes en la sangre. Las ventajas de esta prueba es la sencillez del método, que no requiere preparación previa.



## La prueba de sangre oculta en heces

Analiza sobre una muestra de heces la presencia de sangre, que no se ve a simple vista. Esta prueba tiene la limitación de que la sangre detectada puede deberse a otros factores tales como fístulas o hemorroides y no tan específicamente debida a la existencia de cáncer.



## La colonoscopia

Examen que permite examinar el interior del colon y el recto. Esta prueba es la más completa, aunque es más invasiva y requiere preparación previa y sedación. Además de tener ciertos riesgos en la realización.

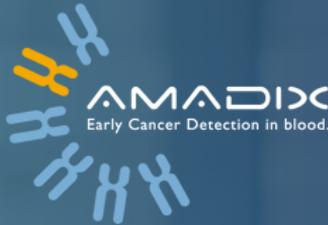


### **Consulta con tu médico**

para saber más y poder comenzar las pruebas de detección temprana del cáncer colorrectal

Estar **bien informado** y tomar medidas preventivas es crucial para **reducir el riesgo** de desarrollar **cáncer colorrectal** y mejorar las posibilidades de **curación** en caso de diagnóstico.

# ¡ADELÁNTATE AL CÁNCER!



El objeto de **este material NO es sustituir o alternar el consejo, diagnóstico, tratamiento propuesto o pruebas sugeridas por un profesional sanitario, por lo que para cualquier duda, síntoma, diagnóstico o tratamiento debes dirigirte a tu médico.**



[test@amadix.com](mailto:test@amadix.com)



+34 637 899 152

[www.amadix.com](http://www.amadix.com)

