

31 de marzo

DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER DE COLON

Sabías que...

1. Es el 2° cáncer más frecuente
2. Mueren más de 20 personas por día
3. El 90% se puede curar si se detecta a tiempo
4. Más de 15.000 casos nuevos al año
5. La colonoscopia permite el diagnóstico y el tratamiento de los pólipos

Signos y síntomas

En la mayoría de los casos no da síntomas hasta fases avanzadas

- Sangre en las deposiciones
- Cambio en hábitos intestinales + de seis semanas
- Pérdida de peso sin motivo
- Cansancio inexplicable
- Malestar abdominal

Pautas preventivas

- Seguir una dieta rica en fruta y verdura y consumir lácteos
- Realizar ejercicio físico regularmente
- Limitar el consumo de alimentos con grasas de origen animal
- Limitar el consumo de carnes rojas y alimentos procesados
- Evitar obesidad
- Evitar o limitar el consumo de alcohol
- No fumar

Recomendaciones

- Si tenés entre 45 y 50 años o más consultá para una video colonoscopia o test de sangre oculta en materia fecal por inmunohistoquímica, aún sin síntomas y sin antecedentes.
- Si se tuviese síntomas debe consultarse con urgencia al médico/a y en aquellos casos con antecedentes familiares dependerá de la indicación del médico/a tratante.

La prevención salva vidas