

## ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y EJERCICIO

Además de las herramientas para la detección precoz, es importante saber que **se puede disminuir el riesgo** de desarrollar cáncer de colon siguiendo algunas **recomendaciones generales**:

- Mantener en lo posible una alimentación **baja en grasas** de origen animal y **sumar frutas y verduras** (ricos en fibra)
- Sumar **alimentos con calcio**, como los lácteos (preferentemente descremados)
- **Moderar** el consumo de **carnes rojas** y de **bebidas alcohólicas**
- **No fumar**
- Hacer **actividad física regular** (al menos 30 minutos por día, varias veces por semana)

Más información: PROGRAMA DE PREVENCIÓN Y MANEJO DEL CÁNCER COLORECTAL.  
Nuevo Hospital San Roque. Bajada Pucará 1900 (Polo Sanitario)  
Teléfono: (0351) 157-696919  
Correo electrónico: cancerdecoloncba@gmail.com

PROGRAMA DE  
PREVENCIÓN Y MANEJO  
DEL CÁNCER COLORECTAL

SECRETARÍA DE PREVENCIÓN  
Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

Ministerio de  
SALUD

SECRETARÍA DE  
SERVICIOS ASISTENCIALES

GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE  
CÓRDOBA

ENTRE  
TODOS

# El cáncer colorrectal se puede prevenir y curar



El **cáncer de colon y recto** -o **cáncer colorrectal**- es un tumor que afecta a estas dos partes del **intestino grueso**.

Es el **segundo cáncer más frecuente** en la provincia de Córdoba y en el país y afecta tanto a **hombres** como a **mujeres**.

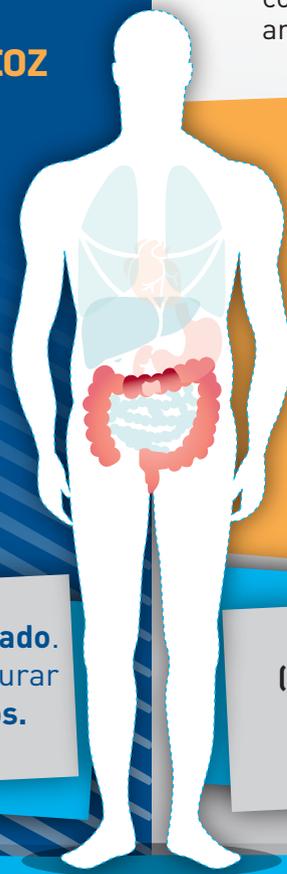
Puede aparecer a cualquier edad, pero es **más frecuente a partir de los 40-50 años**.

## PREVENCIÓN Y DETECCIÓN PRECOZ

El **cáncer colorrectal** se puede **prevenir**, ya que previo a su aparición se produce una lesión llamada **pólipo o adenoma**.

Estas lesiones comienzan siendo benignas, pero con el transcurso del tiempo pueden transformarse en cáncer. **Es importante detectar y extirpar estos pólipos a tiempo**.

El **cáncer colorrectal** puede ser **curado**. El diagnóstico temprano posibilita curar **hasta el 90 por ciento de los casos**.



## ¿Cómo se detecta?

Los exámenes de detección del cáncer colorrectal son varios:

- **Test de sangre oculta en materia fecal**
- **Examen** en consultorio con un proctólogo
- **Colonoscopia** (procedimiento que visualiza el colon por dentro, y durante el cual se pueden extraer pólipos o material para biopsias)
- **Colon por enema** (serie de radiografías del colon, con un líquido que permite visualizar anomalías)

■ Si tenés **50 años o más**, es importante realizar estos estudios preventivos en forma periódica.

■ Si tenés **antecedentes familiares** de cáncer colorrectal o antecedentes **personales o familiares** de pólipos y de **enfermedades inflamatorias intestinales** (colitis ulcerosa o enfermedad de Crohn), es importante que consultes a edad más temprana.

**Consultá con tu médico de confianza (gastroenterólogo, clínico o cirujano), o acercate al Centro de Referencia en el Nuevo Hospital San Roque.**

## SÍNTOMAS DE ALERTA

El cáncer colorrectal **puede no presentar síntomas** en etapas tempranas, por eso es fundamental el control periódico para detectarlo precozmente.

No obstante, hay algunos síntomas ante los cuales **es importante consultar**:

- Cambios en la forma de evacuar el intestino
- Evacuaciones con sangre o mucosidad
- Cambios en la forma de las heces (en forma de cinta o segmentos entrecortados)
- Anemia
- Pérdida de peso
- Dolor frecuente en el abdomen o en el recto

## TRATAMIENTO

El cáncer colorrectal puede ser tratado. La cirugía es la principal opción de tratamiento, que puede acompañarse de quimioterapia o de radioterapia de ser necesario.

Un equipo interdisciplinario (cirugía, oncología, radioterapia, entre otros) decide en cada caso cuál es el tratamiento adecuado.

