



Valoramos tu tranquilidad

961 100 300

Servicio Atención al Cliente



www.valoraprevencion.es



**Prevenir el
cáncer colorrectal**

Promoción de la salud



El cáncer colorrectal, es uno de los cánceres con mayor incidencia en España y se ha convertido ya en el más frecuente en hombres y mujeres. Un **90%** de esos pacientes podrían curarse si la enfermedad se detectase a tiempo y cuyo **diagnóstico precoz** permite aumentar la **supervivencia** en un **33%**.

¿Cuáles son los factores de riesgo?

- > **Edad >50 años**
- > **Tener antecedentes personales de primer grado**
- > **Presencia de enfermedades como:** colitis ulcerosa, enfermedad Crohn, poliposis colónica familiar, síndromes de Gardner, Turcot y Lynch
- > **Haber realizado tratamientos de radioterapia pélvico-abdominal**
- > **Llevar una dieta rica en grasas saturadas y pobre en fibras**
- > **Consumir tabaco e ingerir alcohol**

¿Cómo se puede detectar precozmente?

Mediante la realización de un test de sangre oculta en heces (TSOH), cuyo **objetivo** es la detección y extirpación de pólipos precancerosos, para **prevenir el desarrollo de tumores malignos y/o su detección en estadios precoces**.

Si el resultado de la prueba es positivo, se completará el estudio con una **colonoscopia**. La **tasa de positivos del TSOH está en torno al 6-7%**, en los que se detectan tanto tumores como adenomas y pólipos, que suponen las etapas previas a la malignización del tumor.

No sólo se puede **diagnosticar el cáncer de colon de manera precoz**, sino que incluso, se puede **evitar la aparición misma de la enfermedad**.

Preparación 3 días antes:

Consume alimentos con propiedades laxantes: frutas, verduras, hortalizas, pan integral...

Prescinde de productos cárnicos o embutidos semicrudos
Evita medicamentos que puedan producir sangrado gastro intestinal: aspirina, anticoagulantes, antiinflamatorios no esteroideos y corticoides

Evita medicamentos que puedan dar falsos positivos: hierro, yodo, bromuro, colchicina

No tomes vitamina C en grandes dosis, puede provocar falsos negativos

No se debe efectuar la prueba:

En caso de diarrea

Durante la menstruación

Con pequeños sangrados en encías o fosas nasales

Recomendaciones para reducir el riesgo:



Aumenta el consumo de frutas, verduras y hortalizas



Practica ejercicio físico regularmente



Evita ingerir alcohol



No fumes