

31 de marzo de 2018.- Día Mundial contra el Cáncer de Colon-rectal (CCR)

El cáncer de colon no avisa; Si lo hace, puede ser tarde. La educación es la mejor herramienta para la prevención.



El CCR es uno de los tumores malignos más frecuentes en nuestra sociedad. Es para celebrar en esta fecha, que estos tumores, con diagnóstico precoz, son curables en más de un 90%. Mucho han ayudado las campañas de screening y programas para la detección precoz de este cáncer.

¿Cómo se detecta el cáncer de colon?

Hoy en día, la detección de sangre oculta en materia fecal en personas asintomáticas, permite adelantarnos al cáncer hasta 10 años antes de su desarrollo, durante la etapa de pólipo de riesgo (adenoma). Los adenomas son pólipos benignos en su inicio, que con el paso del tiempo dan lugar a la transformación a cáncer. Estos pólipos pueden ser extraídos en el transcurso de exámenes ambulatorios. Cada vez que se extirpa un adenoma, estamos previniendo un CCR. Aún en el peor escenario, esta acción, disminuye el riesgo de complicaciones y de expansión.

¿Qué personas deben estudiarse, hay una población de riesgo?

Todos los Hombres y mujeres supuestamente saludables, sin síntomas, por encima de los 50 años. Los riesgos y la edad pueden variar en función de que existan antecedentes familiares en padres, hermanos, abuelos, tíos o primos hermanos.

Es aconsejable que toda persona mayor de 45-50 años, al menos una vez en su vida, se someta a una endoscopia de colon. Hecho esto, cada uno a dos años, un estudio de sangre oculta en materia fecal. Si diera positivo, no necesariamente implica que se deba a un cáncer colorrectal pues hay otras causas, pero si nos indica, que es la oportunidad de actuar.

Si ya se ha tenido cáncer colo-rectal, ¿puede volver?

El período de mayor riesgo son los primeros 5 años luego de la cirugía, con mayor chance en los 2 iniciales. Esto depende de la etapa en la que se diagnostica el tumor y si cuán localizado esté. Por ello, si el diagnóstico es temprano y no se reproduce en los primeros 5 años, es muy probable que el paciente esté curado para toda la vida. De todos modos, cada paciente es único y el control médico es aconsejado.

¿El estilo de vida influye en las posibilidades de padecer un cáncer de colon?

A diferencia de otros tumores como el de pulmón o el de hígado, no hay en el cáncer colo-rectal, una relación tan directa con el consumo de tóxicos o alimentos definidos. Sin embargo, en la prevención de cáncer es importante llevar una vida saludable para prevenirlo.

Consejos para prevenir el cáncer con especial énfasis en el cáncer colo-rectal:

- 1- tener una dieta baja en grasas y rica en fibra y verduras,
- 2- hacer ejercicio moderado,
- 3- controlar el peso
- 4- evitar el tabaco y el consumo excesivo de alcohol.
- 5- En lo que respecta al factor genético, este apenas tiene una incidencia del 5%.

Para terminar, ¿qué mensaje queremos dejar?

No hay que obsesionarse con la idea de que se puede tener cáncer. Sin embargo, es importante tener un control y consultar al médico ante cualquier duda o síntoma, especialmente si hay sangre en la materia fecal o cambios en los hábitos intestinales, dolor abdominal, anemia o adelgazamiento.

Desde la SGU consideramos, que al igual que ocurre con el Papanicolau o la mamografía, el día de la realización de la endoscopia de colon, debiera considerarse no laborable. Los costos de un salario día, son sin dudas menores que la pérdida socio-sanitaria, que implica, tratar en etapa de cáncer evolucionado. Los recursos financieros, hoy empleados en medicamentos mal llamados de alto costo, que se pueden utilizar en algunos CCR, pueden reducirse y evitarse si aplicamos estos conceptos.

La realización del estudio es un tema de responsabilidad individual y colectiva-social. Esto nos lleva a trabajar y ayudar a las autoridades sanitarias si lo requieren, para que, la responsabilidad de nuestra gente, no atente contra su salario.