

# **Dos puntos sanrafaelinos se suman a la campaña contra el cáncer colorrectal**

23/03/2021

Con motivo del Día Mundial de la Prevención del Cáncer Colorrectal, que se conmemora cada 31 de marzo, el Ministerio de Salud remarcó la importancia de adquirir hábitos saludables y realizar controles para evitar esta enfermedad.

En este marco, desde el Programa Provincial de Prevención y Detección Precoz del Cáncer de Colon y Recto, el Instituto Nacional del Cáncer, el Programa Nacional de Prevención y Detección Temprana del Cáncer Colorrectal, las sociedades científicas nacionales y provinciales realizarán una serie de actividades para fomentar la concientización sobre la prevención de esta enfermedad.

En Mendoza, del 22 al 26 se hará una Semana de Testeos. En la misma habrá asesoramiento, admisión y tamizaje de pacientes en efectores públicos y privados, contando con la disponibilidad de realizarse test de sangre oculta en materia fecal de manera gratuita.

A nivel provincial son 14 los puntos donde se realizará la propuesta, de los cuales dos se encuentran en nuestro departamento: uno de ellos es el hospital Schestakow y el otro el Instituto Gaheend, ubicado en Carlos Washington Lencinas 66.

Hay que destacar que desde el Programa Provincial de Cáncer de Colon se trabaja en esta temática en una red con centros de salud y hospitales que efectúa el test anual de detección de sangre oculta en materia fecal. Si este estudio da positivo, se lo deriva para realización de colonoscopia, evaluación de cada caso y seguimiento.

¿Qué es el cáncer

colorrectal?

“Colorrectal” se refiere al colon y al recto, los dos sectores que forman el intestino grueso. La mayoría de los cánceres colorrectales comienzan como pólipos (crecimiento anormal del tejido de la pared del colon o recto) y al cabo de un tiempo, hasta 10 años puede convertirse en cáncer.

Es el segundo cáncer de mayor mortalidad y el tercero más frecuente en Argentina. Afecta a varones y mujeres principalmente mayores de 50 años. El 90% de los casos se diagnostican en personas mayores de 50 años y el 75% en personas sin antecedentes familiares.

¿Cómo prevenirlo?

Hay diferentes acciones que las personas pueden adoptar para prevenirlo, tales como consumir una dieta rica en fibras, especialmente vegetales y frutas; disminuir el consumo de carnes rojas y grasas de origen animal; ingerir productos ricos en calcio (lácteos); realizar ejercicio físico regularmente y evitar el sobrepeso; disminuir el consumo de bebidas alcohólicas y evitar el tabaco. Estas recomendaciones son de carácter general y constituyen lo que se denomina prevención primaria del cáncer de colon y recto.

A partir de los 50 y hasta los 75 años es necesario que todas las personas, aunque no tengan síntomas, se efectúen chequeos regulares para detectar y extirpar los adenomas o detectar y tratar el cáncer colorrectal en una etapa temprana. En caso de existir antecedentes familiares o personales de cáncer de colon o pólipos, debe consultarse con un médico especialista debido a que puede ser necesaria la realización de exámenes a una edad más temprana.