

Estos son los síntomas del cáncer de colon, el tumor maligno más frecuente en España

El cantante [Pau Donés, líder de la banda Jarabe de Palo, ha fallecido a consecuencia del cáncer de colon](#) que padecía desde agosto de 2015. El cáncer de colon es **el tumor maligno más frecuente en España**, considerando ambos sexos, con 44.000 nuevos casos cada año. Es el segundo tipo de cáncer que más se da entre las mujeres, después del de mama; y el tercero entre los hombres, tras los de pulmón y próstata.

Si se detecta precozmente, se puede curar en el 90% de los casos. Para ello, es importante someterse a los cribados y saber identificar las señales de alerta. Los síntomas de este tipo de tumor, según recoge la Alianza para la prevención del cáncer de colon, son:

-Sangre en las heces: es uno de los [síntomas más frecuentes del cáncer de colon](#). Puede tratarse de sangre de tono rojizo, o de sangre negra, que se mezcla con las heces dando lugar a deposiciones de color negro llamadas melenas (más frecuentes cuando el tumor está en el colon ascendente). Tras cierto tiempo de sangrado, y si no se acude al médico, suele aparecer una anemia que a su vez acarrea una serie de síntomas como la sensación de falta de aire, cansancio, palpitaciones, mareos...

-Cambio en el ritmo de las deposiciones: aparece diarrea o estreñimiento (y, con frecuencia, intercalados entre sí) en personas con ritmo intestinal previo normal.

-Heces más estrechas: generalmente debido a que el tumor está estrechando el intestino y no permite el paso normal de las heces.

-Sensación de evacuación incompleta: suele aparecer en tumores localizados en el recto o el tramo final del colon.

-Dolor abdominal: es frecuente, aunque por lo general se trata de un dolor inespecífico. Cuando el tumor cierra parcialmente el tubo intestinal se produce un cuadro de dolor parecido al de un cólico.

Cuando el cierre es completo, se acompaña de estreñimiento y vómitos.

-Cansancio extremo o pérdida de peso sin causa aparente:

son síntomas generales e inespecíficos que suelen darse en determinadas enfermedades, entre ellas los tumores.

Desde la Alianza para la prevención del cáncer de colon advierten de que muchos de estos síntomas pueden coincidir con los de otras enfermedades menos importantes, como hemorroides, diarreas o trastornos digestivo, por lo que es importante acudir al médico lo antes posible para conseguir un diagnóstico preciso.

Factores de riesgo

La edad (ser mayor de 50 años), los antecedentes familiares y las enfermedades inflamatorias intestinales son factores de riesgo para el cáncer de colon. Pero también el estilo de vida puede favorecer su aparición. En este sentido, los expertos de la Fundación Española del Aparato Digestivo (Fead), destacan como fundamentales para prevenir el cáncer de colon:

-Seguir una dieta baja en grasa, rica en verduras, frutas, calcio y vitamina D, y evitando las carnes rojas.

-Evitar el sobrepeso.

-No fumar

-Hacer ejercicio

-Moderar el alcohol

-Si tienes más de 50 años, participar en el **Programa de Cribado de tu Comunidad Autónoma.**

Cada vez más casos

[Los diagnósticos de cáncer de páncreas y colorrectales han](#)

[crecido](#) alrededor de un 10% en los 30 últimos años, según un estudio presentado en el Congreso Europeo de Gastroenterología (United European Gastroenterology-UEG Week), el pasado mes de octubre.

Respecto al cáncer colorrectal, el estudio señala que ha aumentado un 9,5%, pero **las tasas estandarizadas de mortalidad han caído** un 13,5% gracias a la introducción de programas de detección

de este cáncer que han facilitado su detección temprana y las posibilidades de sobrevivir a él.

La investigación también ha detectado que los factores de riesgo de esta enfermedad son distintos en hombres y en mujeres. En el caso de los hombres se indica el consumo de **alcohol, fumar y dietas bajas en calcio y fibra** como factores de riesgo, y en el de las mujeres solo los aspectos en la dieta.