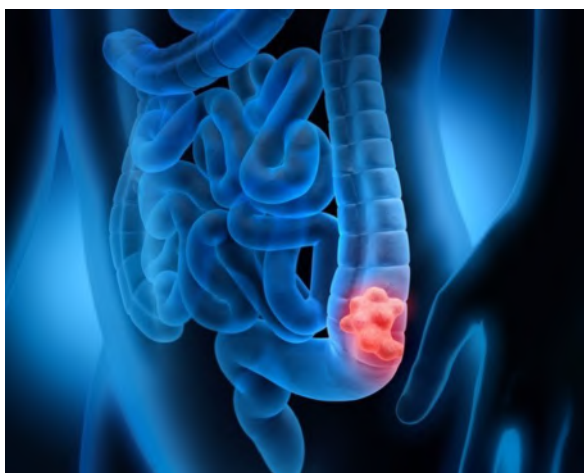


# Infosalus

## La prevención y la detección precoz, clave para aumentar la supervivencia en cáncer de colon



MADRID, 29 Mar. (EUROPA PRESS) -

La Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD) y Laboratorios Vilardell han lanzado una nueva oleada de la campaña 'Cuídatex5', en la que apuntan a la prevención y la detección precoz como las dos estrategias clave para lograr una tasa más alta de supervivencia del cáncer de colon.

En España, en 2020, la incidencia estimada se situó en 44.231 nuevos casos, un 9,2 por ciento del total de los cánceres diagnosticados, siendo el segundo cáncer en frecuencia en mujeres y hombres después del cáncer de mama y próstata respectivamente.

Los principales factores de riesgo que pueden predisponer a desarrollar un tumor en el colon son la edad, ya que las probabilidades se incrementan a partir de los 50 años; los antecedentes familiares de cáncer colorrectal (CCR); haber padecido ciertos tipos de tumor u otras patologías digestivas como la Colitis Ulcerosa o la Enfermedad de Crohn; y síndromes hereditarios especiales. Aumenta el riesgo cuando el familiar afecto es un hermano, cuánto más joven es la persona que padece el cáncer y cuántos más familiares haya con esta enfermedad.

Según la FEAD, los hábitos dietéticos y un estilo de vida saludables son importantes para ayudar a prevenir el cáncer colorrectal. Lo que significa seguir una dieta baja en grasa, rica en verduras, frutas, calcio y vitamina D, en reducir las carnes rojas, y evitar el sobrepeso, no fumar, hacer ejercicio y moderar la ingesta de alcohol.

"La prevención activa del cáncer de colon a través de los programas de cribado debe formar parte de los hábitos de salud de la población. Dichos programas de screening o cribado poblacional son cruciales porque pueden contribuir a detectar casos de cáncer colorrectal en fases muy incipientes. Seguir los programas de cribado y acudir al médico ante la menor sospecha es fundamental para conseguir una detección precoz del cáncer de colon, ya que en dichos casos puede curarse en el 90 por ciento, consiguiendo una reducción de la mortalidad y la incidencia", explica la doctora Mileidis San Juan Acosta, responsable del comité de Actividades Fundacionales de la FEAD.