

▶ TESTIMONIO

“La colonoscopia me salvó del cáncer”

Gracias a este examen, José Miguel Rodríguez pudo detectar y extirpar pólipos tempranamente, evitando así el desarrollo de cáncer colorrectal.

La suya es una historia que reafirma la importancia de la prevención y la detección precoz del cáncer. José Miguel Rodríguez, de 56 años, pudo esquivarlo porque, apenas se enteró de sus antecedentes familiares de cáncer colorrectal, tomó una hora médica para realizarse una colonoscopia.

En ese entonces, hace seis años, uno de sus hermanos enfermó de esta patología y advirtió de inmediato a su familia directa. José Miguel, siempre consciente de la necesidad de chequearse, fue el primero en tomar el consejo.

En ese examen le extirparon más de 30 pólipos-pequeñas acumulaciones de células que se forman en el revestimiento del colon-, algunos de ellos precancerosos. Esto determinó que sus chequeos deberían ser anuales a partir de ese momento, ya que este gran número de pólipos apuntaba a un síndrome llamado poliposis adenomatosa familiar atenuada, que aumenta el riesgo de desarrollar cáncer colorectal (ver recuadro).

“Me iba a hacer una colonoscopia diagnóstica y el médico debió estar unas dos horas extirpándolos; incluso dejó algunos para un segundo procedimiento, porque eran muchos”, recuerda.

Al año y ocho meses de ser detectada la patología de su hermano, éste falleció. “Él supo de su enfermedad demasiado tarde, pero a mí la colonoscopia me salvó del cáncer”. No era un tema para tomarlo a la ligera, por lo que, José Miguel continuó insistiendo a su familia sobre la urgencia de chequearse.



“En general, fuimos obedientes. Tengo un hermano que vivía en Brasil, muy porfiado, y nos costó convencerlo, pero hicimos una gran presión entre todos. Tengo claro que la colonoscopia no es un procedimiento muy agradable y que requiere también una preparación, pero es esto o la enfermedad, y no hay comparación”.

Hoy, José Miguel no solo realiza sus chequeos de manera ordenada, sino que también practica el autocuidado alimentándose de manera más saludable. “He limitado los azúcares, los queques, las bebidas, todo ese tipo de cosas para mantenerme en un peso adecuado”, comenta.

Factores de riesgo y prevención

“Los pólipos colorrectales son muy comunes y en su mayoría, benignos. Sin embargo, algunos pueden transformarse en cáncer.

Algunos de los factores de riesgo para el cáncer colorrectal son las dietas ricas en carnes rojas y procesadas, el sedentarismo y la obesidad. Es importante tener hábitos saludables para prevenir esta enfermedad, así como comenzar a los 45 años con los chequeos (test de sangre oculta en deposiciones o colonoscopia) para detectarla en sus inicios o incluso antes de que se desarrolle.

Los antecedentes familiares (presentes en 1 de cada 10 casos) también aumentan el riesgo de desarrollar este cáncer, por lo que se deben tomar medidas más tempranas en la población general para una detección

oportuna. En primer lugar, las personas con familiares de primer grado (padres, hermanos, hijos) que han tenido cáncer colorrectal deberían comenzar con los chequeos a los 40 años, o 10 años antes de la edad de diagnóstico de su familiar. Por otro lado, hay síndromes hereditarios como la poliposis familiar, que consiste en presentar una sobrepoblación de pólipos. Esta puede ser clásica (más de 100 pólipos) o atenuada, como la de José Miguel Rodríguez (entre 10 y 99 pólipos). En estos casos, los controles deben empezar incluso antes”.



Dra. Macarena Larraín
Gastroenteróloga
Instituto Oncológico FALP



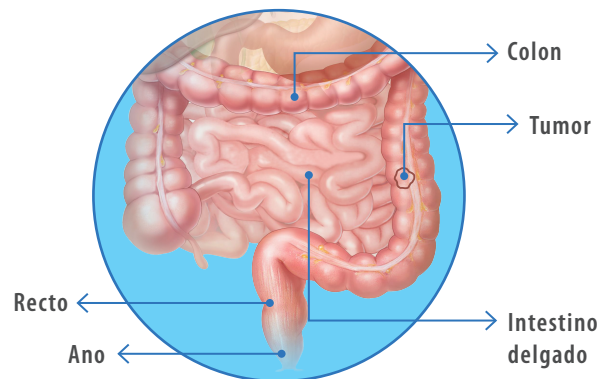
MANTÉN TU CAMINO LIBRE

El cáncer colorrectal se puede prevenir y curar.

Estamos comprometidos con la prevención y detección precoz del cáncer colorrectal. Conoce más sobre nuestra campaña en www.falp.org.

¿Qué es el cáncer colorectal?

El cáncer colorrectal se produce por un crecimiento descontrolado de células que comienza en la capa más interna de la pared del colon (intestino grueso), llamada mucosa. Éste puede formar un tumor, denominado pólipo, que con el paso de los años puede crecer localmente y ramificarse a otros órganos.



Detección precoz

El cáncer colorrectal puede detectarse antes de que produzca síntomas, realizando exámenes preventivos. Un diagnóstico oportuno es clave para un mejor pronóstico de la enfermedad.



Test de hemorragias ocultas



Detecta la presencia de sangre en las heces.



Debe realizarse a partir de los 45 años, cada 1-2 años.



Colonoscopia



Detecta la presencia de pólipos en el intestino, incluso antes de volverse cancerosos.



Debe realizarse a partir de los 45 años de acuerdo a las indicaciones de su médico.



*Si tienes familiares directos con cáncer colorrectal: debe controlarse a los 40 años.
*Si su familiar directo tuvo cáncer antes de los 50 años: deben controlarse 10 años antes de la edad en que se le diagnosticó la enfermedad.

¿Cómo prevenir?



Limitar el consumo de carnes rojas, evitar las carnes procesadas y las dietas ricas en grasas.



Realizar actividad física en forma permanente.



Evita el alcohol y el tabaco.

Síntomas

1. Sangrado anal o deposiciones con sangre.
2. Cambio de hábito intestinal.
3. Dolor abdominal.
4. Deseos de ir al baño que no ceden tras evacuar.

2º

cáncer

MÁS FRECUENTE
en Chile, con sobre 6.700 nuevos casos al año.

Fuente: International Agency for Research on Cancer, Globocan 2022

2º

EN MUERTES POR CÁNCER
en Chile, con más de 3.400 fallecimientos en 2023.

Fuente: Departamento de Estadísticas e Información de Salud, DEIS 2023

Alimentos recomendados



Consume más frutas, verduras, cereales y legumbres para disminuir el riesgo de padecer la enfermedad.



9 de cada 10 personas con cáncer de colon y recto pueden curarse con una detección temprana.

EL SOAP ES OBLIGATORIO, DONAR ES VOLUNTARIO

Contrata tu **SOAP Solidario FALP** y con tu aporte adicional voluntario, puedes cambiar la vida de una persona que enfrenta cáncer.

¡Con tu ayuda llegamos más lejos!



Escanea aquí

