

PREVENCIÓ I DETECCIÓ DEL CÀNCER DE CÒLON

Com prevenim el càncer de còlon?

És fonamental **adoptar hàbits de vida saludables que evitin el sedentarisme, l'obesitat, les dietes riques en greixos o el consum d'alcohol i tabac**. La identificació de persones que presenten més risc de patir un càncer de còlon també és important (antecedents personals, familiars o existència de condicions predisponents). Això permet controlar més de prop aquestes persones per prendre mesures preventives.

També **és clau participar en els programes de cribatge poblacional a partir dels 50 anys**.

Finalment, **davant l'aparició de símptomes de càncer de còlon com l'aparició de sang en femta o els canvis de ritme intestinal**, hem de **consultar el metge**.

Com es pot detectar un càncer de còlon?

El **càncer de còlon** és un dels pocs càncers que **es pot diagnosticar precoçment**, és a dir, abans que la persona noti algun símptoma. Amb un diagnòstic precoç s'aconsegueixen més taxes de curació i cirurgies menys agressives. A més, amb **una senzilla prova**, com és el **test de sang oculta en femtes (TSOH)**, és possible detectar lesions premalignes o pòlips que en un futur poguessin malignitzar-se.

Programes de cribatge



Els programes de cribatge en càncer consisteixen en la realització de proves diagnòstiques a persones, en principi sanes, però que es troben en un grup de risc, per detectar lesions precanceroses, i així intentar millorar-ne el pronòstic. Els **programes de cribatge del càncer de còlon** van dirigits a **població de risc mitjà** que és la població general **a partir dels 50 anys**. El **TSOH** és la prova que es realitza de manera biennal en els programes de cribatge (si és positiva s'ha de fer una colonoscòpia).

D'altra banda, es considera **població d'alt risc** els casos familiars, les síndromes hereditaris i altres condicions predisponents. En aquests casos es recomana **fer el cribatge amb colonoscòpia** depenent de la freqüència de la causa que produeix l'augment de risc. Si en teniu alguna, **consulteu amb el vostre metge per al vostre cas en concret**.

Test de sang oculta en excrements (TSOH)



Aquesta prova **detecta si existeix o no sang a la femta**. Si el resultat de la prova és positiu, l'estudi es completa amb una **colonoscòpia** per visualitzar l'origen del sagnat.

El test el realitza la mateixa persona al seu domicili. La lectura del test l'ha de fer personal sanitari qualificat. L'objectiu del cribatge de càncer colorectal és la detecció i extirpació de pòlips precancerosos per prevenir el desenvolupament de tumors malignes i/o la seva detecció en estadis precoços. D'aquesta manera, **no només es pot diagnosticar el càncer de còlon de manera precoç i tractar-lo als seus estadis inicials**, on la supervivència és molt més elevada, **sinó que fins i tot, es pot evitar l'aparició mateixa de la malaltia**.

Quan el **test és positiu**, és a dir, **indica que hi ha sang a les deposicions, es requereixen estudis i proves posteriors per diagnosticar-ne l'origen** (hemorroides, pòlip, tumor maligne...). Aquesta és la prova que es realitza als programes de cribatge i/o quan hi ha sospita clínica.

Qui s'ha de fer la prova?

Tots els **homes i dones entre 50 i 69 anys** haurien de participar en els programes de cribatge de la seva comunitat autònoma. Es fa **cada dos anys, a través dels serveis de salut pública**. Només has de recollir una mostra a casa amb un kit dissenyat per fer-ho.



Recorda: Prop del **90% dels càncers de còlon podrien curar-se** si es detectaren a temps, adopta hàbits de vida saludables i participa en els programes de cribatge.

Més Informació



Campanya realitzada
en col·laboració amb:



asociación
española
contra el cáncer

Pla General d'Activitats Preventives 2023

