

# FACTORES DE RIESGO Y CAUSAS DEL CÁNCER DE COLON

## ¿Qué puede incrementar el riesgo de padecer cáncer de colon?

Los **factores de riesgo y las causas del cáncer colon** son aquellos agentes que incrementan el riesgo de padecer dicho tumor, es decir, la persona que está expuesta a este factor posee más probabilidades de desarrollar la lesión maligna, pero no implica que se vaya a desarrollar la enfermedad necesariamente. En el cáncer de colon y recto los factores que en mayor o menor proporción incrementan el riesgo de padecer este tumor los podemos agrupar en dos tipos:

### Factores que no dependen de ti



- **Edad.** El riesgo de padecer la enfermedad aumenta con los años, ya que aumenta la aparición de pólipos en el colon y recto. Es raro que el cáncer colorrectal aparezca en personas **de menos de 40 años**.
- **Historial de pólipos.** Historia personal de pólipos adenomatosos. Los pólipos pueden ser neoplásicos (adenomas tubulares, vellosos o tubulo-vellosos) o no neoplásicos (hiperplásicos, inflamatorios). El riesgo de desarrollar un cáncer en el pólipo es diferente según el tipo de pólipo. En los pólipos neoplásicos, a mayor tamaño, mayor riesgo de degeneración maligna.
- **Historial personal de cáncer colorrectal.** Haber tenido un cáncer colorrectal previo aumenta el riesgo de un segundo cáncer colorrectal. Por esta razón, en las revisiones se vigila la aparición de segundos tumores.
- **Diabetes tipo 2.** Las personas con diabetes no insulín dependiente (tipo 2), presentan un mayor riesgo de padecer cáncer de colon.
- **Enfermedades inflamatorias intestinales.** Los antecedentes de enfermedades inflamatorias intestinales suponen menos del 1% de todos los cánceres colorrectales. Los dos tipos principales de enfermedades inflamatorias a este nivel son la colitis ulcerosa y la enfermedad de Crohn. La colitis ulcerosa es una enfermedad que se caracteriza por la inflamación prolongada de las paredes del colon, mientras que la enfermedad de Crohn afecta, típicamente, al intestino delgado, aunque en ocasiones el colon también se encuentra inflamado.
- **Antecedentes familiares:** Las personas que tienen padres, hermanos o hijos que han padecido cáncer colorrectal, tienen más probabilidad de padecer este tipo de cáncer. Este riesgo es mayor si hay varios familiares afectados o el cáncer aparece a edad temprana. Por este motivo es importante consultar con su médico si cree que pueden existir antecedentes familiares de este tumor, de esta forma se le podrán recomendar medidas específicas para la disminución del riesgo.

### Factores modificables



**Evítalos incorporando hábitos saludables en tu día a día**

- **Tabaco.** Aumenta el riesgo de padecer pólipos, que suelen ser los precursores del cáncer colorrectal.
- **Alcohol.** Parece que el alcohol actúa favoreciendo el crecimiento de las células de la mucosa del colon, dando lugar a la aparición de pólipos.
- **Ciertos alimentos.** Las dietas ricas en grasas y pobres en frutas y verduras pueden aumentar el riesgo de cáncer colorrectal. Además, la forma de preparar los alimentos también tiene importancia, por ejemplo, someter las carnes a altas temperaturas o al fuego directo.
- **Obesidad y sedentarismo.** Una vida sedentaria favorece el riesgo de aparición de esta enfermedad. Hacer ejercicio y mantenerse activo es importante para evitar este punto.

Más Información



Campana realizada en colaboración con:



asociación española contra el cáncer

Plan General de Actividades Preventivas 2023

