



**FUNCAEATE**

Fundación Centro de Asistencia  
para el Enfermo de Cáncer en Fase  
Terminal a Nivel Nacional

## CÁNCER DE COLON Y RECTO



Porque el Cardero que está en medio del  
trono los pastoreará, y los guiará a fuentes  
de aguas de vida; y Dios enjugará toda  
lágrima de los ojos de ellos.

*Apocalipsis 7: 17*

Cuenta Corriente B.N.C.R # 209660-0

### CÁNCER DE COLON Y RECTO:

Es un tumor maligno originado de las células del intestino grueso o recto. Afortunadamente tarda bastante tiempo en alcanzar etapas avanzadas y en un porcentaje elevado de los casos se presentan lesiones previas benignas, conocidas como pólipos, que con el tiempo pueden malignizarse, y que son posibles de detectar a través de controles médicos periódicos.

Este tipo de cáncer ocupa el tercer lugar de presentación entre los cánceres del aparato digestivo después del gástrico y el de vesícula. La necesidad de un control médico periódico para descartar **pólipos** o cánceres en un estado inicial, es un importante desafío en salud y debe ser estimulado en la población, ya que el pronóstico de esta patología mejora notablemente si el diagnóstico se realiza en forma temprana.

#### ?Que son pólipos?

Son tumores benignos, de crecimiento lento, localizados en la pared del intestino grueso o recto que suelen ser asintomáticos y pueden ser precursores de cáncer de colon.

#### Existen distintos tipos de pólipos:

**1) Adenomas:** Este tipo de pólipo es claramente premaligno y puede estar presente en el 30% de la población mayor de 50 años. Se puede detectar a través de un examen llamado hemorragias ocultas en deposiciones y/o colonoscopia.

A pesar de su alta frecuencia, menos del 1% de los adenomas se transforman en cáncer. El porcentaje aumenta a mayor tamaño del pólipo.

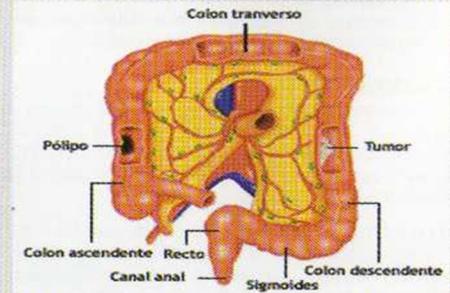
**2) Hiperplásicos:** Son pequeños, no superan los 5 milímetros y rara vez se malignizan.

**3) Inflamatorios:** Pueden producirse en caso de una inflamación crónica de intestino y no presentan riesgo de convertirse en cáncer de colon.

**Es importante tener presente, que no todos los pólipos se transforman en cáncer, pero el 90% de los cánceres de colon comenzaron como pólipo.**

### TRATAMIENTO:

El tratamiento de los pólipos de colon y recto consiste en su extirpación esdoscópica durante la realización de la colonoscopia, y su estudio posterior a través de una biopsia. La polipectomía (extirpación del pólipo) reduce la incidencia de cáncer de colon y recto en un 75 a un 90%.



#### SÍNTOMAS:

- 1) Cambios en los hábitos de evacuación, incluyendo diarrea o constipación, o cambios en la consistencia de las deposiciones.
- 2) Depositiones muy delgadas.
- 3) Eliminación de gran cantidad de mucosidades por vía anal.
- 4) Presencia de sangre fresca en las deposiciones, en más de una ocasión.
- 5) Constipación persistente.
- 6) Dolor abdominal constante.
- 7) Meteorismo excesivo y permanente.
- 8) Sensación de no lograr nunca una evacuación completa.
- 9) Anemia por falta de hierro.

Es fundamental observar siempre las deposiciones de manera de detectar cualquier cambio, oportunamente.

#### FACTORES DE RIESGO:

Los factores que aumentan el riesgo de desarrollar esta enfermedad son:

- 1) **La Edad:** Es el más importante. Aproximadamente el 90% de las personas que presentan esta patología son mayores de 50 años.
- 2) **Condiciones que producen inflamación intestinal:** Toda enfermedad que implique

largos períodos de inflamación del colon incrementa el riesgo de desarrollar este tipo de cáncer, por ejemplo: colitis ulcerosa, la enfermedad de Crohn, etc.

**3) Historia familiar:** Se da un mayor riesgo de desarrollar la enfermedad si existen antecedentes de cáncer de colon en la familia.

**4) Sedentarismo:** La vida sedentaria aumenta en un 50% el riesgo de desarrollar cáncer de colon.

**5) Alimentación:** Las dietas pobres en fibra, y las que contienen gran cantidad de grasas, especialmente saturadas, por ejemplo mantequilla, carnes rojas, aceites, aumentan el riesgo.

#### DIAGNOSTICO:

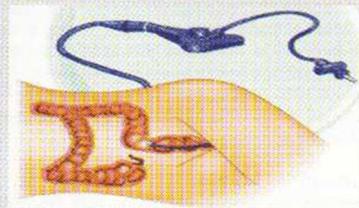
La búsqueda temprana del cáncer de colon y recto se debe realizar en toda persona mayor de 50 años y en edades más tempranas, si hay factores de riesgo, mediante alguno de estos métodos:

- A) Hemorragias ocultas en deposiciones.
- B) Sigmoidoscopia.
- C) Enema baritado o colonoscopia total.

La tendencia mundial y de las últimas publicaciones es recomendar la **colonoscopia total** como el examen más adecuado para este propósito.

La colonoscopia total, es un examen que permite visualizar el colon en toda su extensión, desde el recto hasta el ciego.

Durante el procedimiento se aprovecha de realizar la extirpación inmediata de pólipos y/o se toman muestras para biopsia si se observa alguna lesión sospechosa.



Otros exámenes usados para detectar cáncer de colon y recto son:

**1) Hemorragias ocultas en deposiciones:**

La superficie de los pólipos y/o las paredes

del colon y recto afectadas por un cáncer, se vuelven frágiles y fácilmente sangran con el paso de las deposiciones. Requiere de algunas restricciones en la dieta y medicamentos en uso y repetirse anualmente.

**2) Enema baritado de doble contraste:** En este examen se utiliza una radiografía para observar el colon o intestino grueso que previamente ha sido "llenado" con bario (medio de contraste) y aire.

**3) Colonoscopia izquierda o fibrosigmoidoscopia flexible:** Este examen se realiza usando un sigmoidoscopio, el que se introduce a través del recto y permite visualizar solamente las paredes del recto, del colon sigmoides y descendente. El 70% de los pólipos o cáncer se encuentran a este nivel.

Estos chequeos permiten identificar pólipos en el colon o en el recto, potencialmente malignos, los que al extirparse evitan el desarrollo del cáncer de colon.

#### PREVENCIÓN:

**1) Observar las deposiciones:** Permite detectar cambios en su forma, frecuencia o cualquier característica no habitual y consultar a tiempo.

**2) Aumentar el consumo de frutas y verduras:** Estos alimentos contienen vitaminas, minerales, fibra y antioxidantes que colaboran a proteger al organismo del cáncer.

**3) Disminuir el consumo de grasas, especialmente saturadas:** Se recomienda limitar el consumo especialmente de grasas de origen animal como carnes rojas, leche entera, quesos amarillos, helados y aceites de coco y palma. El total de las grasas ingeridas no debe superar el 30% de las calorías diarias y de ellas no más del 10% debe corresponder a grasas saturadas.

**4) Consumir calcio, y vitamina B:** Se recomienda consumir leche y sus derivados diariamente.

**5) Consumir ácido fólico:** Este compuesto se encuentra en los vegetales verde oscuro, como espinacas, acelgas, arvejas y es usado para

enriquecer algunos de los cereales habitualmente consumidos como desayuno. Se recomienda consumir diariamente 4 mg de este compuesto.

**6) Disminuir la ingesta de alcohol:** El excesivo consumo de alcohol, incrementa el riesgo de desarrollar cáncer de colon.

**7) Realizar actividad física:** El ejercicio regular aumenta la movilidad intestinal por lo tanto disminuye el tiempo de exposición del colon a sustancias potencialmente dañinas.

#### TRATAMIENTO:

El tratamiento del cáncer de colon y recto es la cirugía, a lo que usualmente sigue quimioterapia y/o radioterapia, dependiendo de la extensión de las lesiones y de las características personales.

Habitualmente el tratamiento es multidisciplinario y en él participan gastroenterólogos, cirujanos coloproctólogos, oncólogos, radiólogos, enfermeras, etc.

Las posibilidades de éxito del tratamiento aumentan significativamente si se realiza un diagnóstico precoz por lo que el control preventivo periódico es fundamental ya que los síntomas suelen presentarse tardamente.

**La detección precoz reduce la mortalidad por esta patología hasta en un 90%. Esta es, sin duda, la prevención más eficaz.**

**No olvide en visitar el ebais, clínica o centro hospitalario mas cercano que le corresponde, ante algunos síntomas que se pudieran evidenciar. No descuide su salud.**

**Para mayor información, favor comunicarse al:**

**Telefax: (506) 2552-5371 / 2552-5401 / 8848-6275**

**Dirección:** Costa Rica, Cartago, B° Los Ángeles, del Abastecedor "La Hormiga de Oro", 100 mtrs Norte y 25 Este, Edificio 2 Plantas a Mano Izquierda.

**Apartado Postal: 5237-1000**

**WebSite: [www.funcafate.org](http://www.funcafate.org)**

**F-mails: [inf@funcafate.or.cr](mailto:inf@funcafate.or.cr)**

**Colaboración del**

