

La gente cambia. Los griegos no.

MI GRAN BODA GRIEGA 2

23 DE MARZO EN CINES

Destacamos ► [virus Zika](#) [ictus](#) [pomelo](#) [benzodiacepinas](#) [ganglios](#) [resiliencia](#) [temperatura](#) [Agua con lim](#)

Editado por [europa press](#)

22 de Marzo 2016

infosalus.com

[Home](#) [SALUD](#) [FARMACIA](#) [ACTUALIDAD](#) [MUJER](#) [NUTRICIÓN](#) [ESTÉTICA](#) [ASISTENCIA](#) [MAYORES](#) [ENFERMEDADES](#)

— MÁS DE 39.000 CASOS EN ESPAÑA —

Lo más leído en...

Infosalus

El cáncer colorrectal, prevenible en el 70% de los casos con cribados y una vida saludable

[f](#) [Twitter](#) [Menéalo](#) [Linked in](#)


Publicado 22/03/2016 11:37:23 CET

MADRID, 22 Mar. (EUROPA PRESS) -

Cada año se detectan en España más de 39.000 casos de cáncer colorrectal, unos 750 a la semana, pero hasta el 70 por ciento podrían evitarse gracias a los programas de cribado poblacional y la modificación de algunos hábitos de vida, según ha destacado Gonzalo Guerra, fundador del Centro Médico-Quirúrgico de Enfermedades Digestivas (CMED).

En este sentido, este experto ha reconocido que **la realización de pruebas diagnósticas como la**

colonoscopia, la colonoscopia virtual y el test de sangre oculta en heces es fundamental para evitar la aparición de estos tumores, ya que permiten *"actuar sobre el colon cuando todavía no ha aparecido un tumor pero sí un pólipo"*, precursor del cáncer de colon.

Los pólipos son masas tumorales **en principio benignas pero que pueden malignizarse con el paso del tiempo si no extirpan**, y que son el origen de la mayoría de los cánceres de colon.

Además, de estas técnicas **la que más datos aporta es la colonoscopia**, ya que *"no sólo nos permite ver el colon sino eliminar posibles pólipos a la vez"*, ha aseverado Guerra.

Junto a este cribado, este experto alude a **otros factores también ligados a la prevención como la alimentación**, después de que múltiples estudios hayan

- 1 Hallan el interruptor del cerebro que indica cuándo dejar de comer
- 2 ¿Por qué la práctica no siempre hace la perfección?
- 3 ¿Qué sabes de los alimentos transgénicos?
- 4 Los camioneros con apnea del sueño tienen mayor tasa de accidentes
- 5 Normas y límites: ¿Qué deben saber los padres?

[Hoy](#) [Una semana](#) [Un mes](#)


demostrado que el consumo de fibra (fruta y verdura) y alimentos ricos en calcio y vitamina D (lácteos, frutos secos, legumbres, pescado azul) actúan como protectores frente al cáncer de colon. Asimismo, el consumo abusivo de carnes rojas y procesadas también incrementa el riesgo de padecer esta enfermedad.

Asimismo, **el tabaco y el alcohol también hacen más fácil la aparición de pólipos en la mucosa del colon**, según este experto, que tampoco pide olvidarse de la actividad física, ya que previene la obesidad y la diabetes, enfermedades que "han demostrado incrementar las posibilidades de padecer cáncer".

EL 80% DE LOS TUMORES SE ACABAN CURANDO

No obstante, Guerra también reconoce que, **aunque la incidencia del cáncer de colon aumenta cada año, también los datos de supervivencia mejoran anualmente**. Así, la tasa de curación de esta enfermedad supera el 80 por ciento en la actualidad y "podría llegar al más del 95 por ciento si el cáncer es detectado en sus estadios más iniciales".

Esto se conseguiría, ha apuntado, si los programas de cribado poblacional estuvieran al alcance de todos los ciudadanos y si éstos tuvieran un mayor conocimiento de las medidas preventivas y síntomas de la enfermedad.

Por eso desde CMED todos los años con motivo del Día de Prevención del Cáncer de Colon intenta **que la sociedad tenga más información sobre esta enfermedad que se puede prevenir**.



Te recomendamos

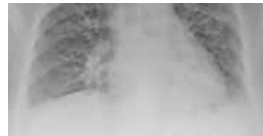
recomendado por outbrain



Este gen es el culpable de tus canas



Dermatitis seborreica: estrés que ataca a la piel



Fibrosis quística: la enfermedad genética más común



Patrocinado
Los 10 Mejores Resorts Todo Incluido en Europa
[Destinos Fabulosos.com](#)



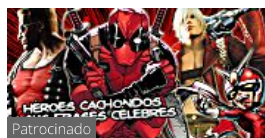
Patrocinado
Si te gusta el vino, debes saber esto
[Vignerons](#)



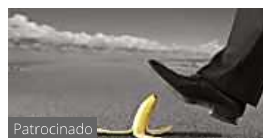
Patrocinado
Esto es lo que vendían las celebridades por TV antes de ser famosos
[HarpersBazaar](#)



Patrocinado
Marketing de contenido global
[Mixtropy](#)

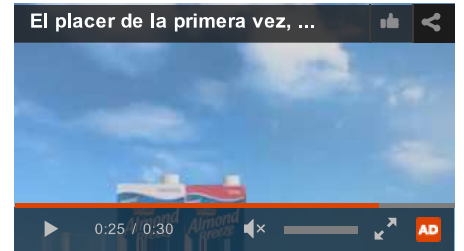


Patrocinado
Galería: Héroes como Deadpool y Frases Célebres
[Meristation](#)



Patrocinado
5 Cambios que te Permite un Coach Personal
[YoCobroDoble](#)

Y además

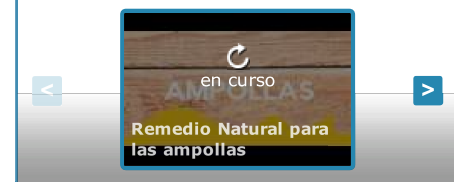
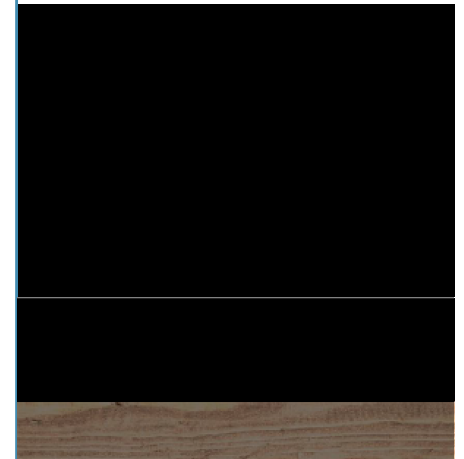


EL PLACER DE LA PRIMERA VEZ, EN CÁMARA LENTA.

Una experiencia inolvidable

Vídeos

Más vídeos de salud: [Remedio Natural para las ampollas](#)



Últimas noticias de salud

FUDEN insiste en mejorar la higiene e infraestructuras en países empobrecidos

Expertos temen por la feminización del tabaquismo en las próximas décadas

La Reina Letizia muestra su apoyo a la Asociación Burgalesa de Epilepsias Refractarias

Sanidad destaca el papel del farmacéutico como "pilar fundamental" del sistema sanitario

La Fundación Manantial ayuda a la reinserción social de personas con trastorno mental

Un análisis de sangre consigue detectar la preeclampsia