OSPAT

Sabemos cuidarlo.

CENTRO DE ATENCIÓN TELEFÓNICA AL BENEFICIARIO OSPAT

0800-999-1656 24 HS

OSPAT CENTRAL

Florida 15 Piso 6°

Ciudad Autónoma de Buenos Aires (C1005 AAD)

www.ospat.com.ar

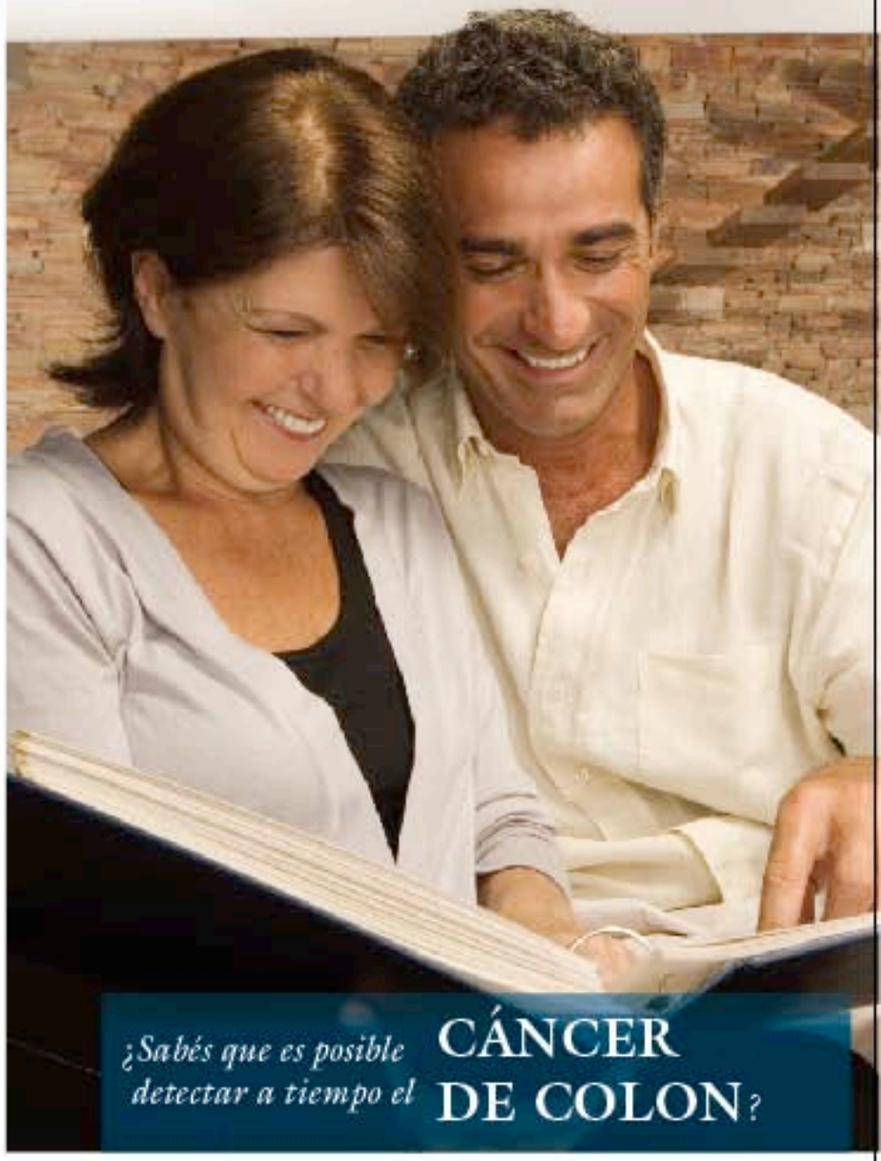
¿Te interesan éste y otros temas?

Hemos preparado distintos talleres de prevención sobre estos temas:

- *cu* — Cáncer de Cuello de Útero
- *cm* — Cáncer de Mama
- *od* — Obesidad y Dislipemias
- *ht* — Hipertensión
- *di* — Diabetes
- *tq* — Tabaquismo

¿CÓMO ACCEDO A ESTOS PROGRAMAS?

CONSULTÁ A LA DELEGACIÓN DE OSPAT MÁS CERCANA A TU DOMICILIO



¿Sabés que es posible detectar a tiempo el CÁNCER DE COLON?

Es muy frecuente. Pero su detección temprana permite curarlo. OSPAT te cuenta qué podés hacer para prevenirlo.

¿Qué es el CÁNCER COLORRECTAL*?*

Este tipo de cáncer comienza en general con pequeñas lesiones benignas (llamadas *pólipos*) en el interior del colon, recto y apéndice, del conducto digestivo. Las lesiones, luego de un periodo **prolongado**, pueden transformarse en malignas o cancerosas.

¿Tener pólipos en el colon significa "cáncer"?

No. En la gran mayoría de los casos, **no significa cáncer**. Sí, en cambio, su presencia requiere mayor seguimiento o, según el caso, su extirpación como prevención.

¿Qué incide en el desarrollo del Cáncer Colorrectal?

Hay factores a los que debe prestarse atención. Comunicale a tu médico si algunos de estos ítems tienen que ver con vos:

- *Haber padecido enfermedad inflamatoria del intestino.*
- *Personas en la familia que hayan desarrollado cáncer de colon o rectal y/o pólipos del colon.*
- *Alimentación muy alta en grasas, y baja en frutas y verduras.*
- *Dieta con sobreabundancia de carnes rojas.*
- *Exceso en el consumo de alcohol.*

LOS SÍNTOMAS MÁS COMUNES A TENER EN CUENTA SON:

Si notás cambios en el hábito de ir al baño.

El sangrado en la materia fecal.

¿A qué edad tengo que controlarme?

Se recomiendan controles periódicos de cáncer de colon a partir de los 50 años de edad, cuando la frecuencia de esta enfermedad empieza a aumentar significativamente.

¿Cuáles SON LOS CONTROLES NECESARIOS?

EXAMEN DIGITAL RECTAL (*anualmente*): como parte del chequeo general de la persona.

PRUEBA DE SANGRE OCULTA EN LAS HECES (*anualmente*): test de laboratorio para revisar si hay cantidades pequeñas de sangre en las heces fecales.

SIGMOIDOSCOPÍA FLEXIBLE (*cada cinco años*): análisis del recto y del colon mediante una sonda delgada con una luz en el extremo.

COLONOSCOPIA: (*cada cinco años para los pacientes con antecedentes familiares de cáncer de colon o rectal, y cada diez años para toda persona de 50 años o más*) Esta prueba permite una revisión más minuciosa del colon, incluyendo la extirpación y la biopsia de un pólipo encontrado durante el examen.

Las frecuencias en cada estudio deben ajustarse a cada persona, de acuerdo a su historia personal de salud y enfermedad.

TODOS ESTOS CONTROLES ESTAN CUBIERTOS POR OSPAT

Una vida saludable está a tu alcance

La prevención del cáncer colorrectal implica hábitos más saludables:

- Consumir muchas frutas y verduras, y menos grasas de origen animal.
- Evitar consumir grasas saturadas, como las provenientes de frituras y comida chatarra, entre otras.
- Limitar el consumo de carne, especialmente de carnes rojas.
- Elegir carnes magras, y retirar la grasa visible al consumir.
- Comer variado y con moderación, tratando de mantener un peso saludable.
- Limitar el consumo de alcohol.
- Elegir no fumar
- Hacer actividad física regular

TRATAMIENTO

El cáncer de colon es uno de los tipos de cáncer más curables.

Frecuentemente el cáncer colorrectal no produce síntomas hasta ser avanzado. Por eso su detección temprana es decisiva para el tratamiento.
Sin embargo, aún cuando se lo descubra en una fase de gravedad, existen cada vez más alternativas de curación.