

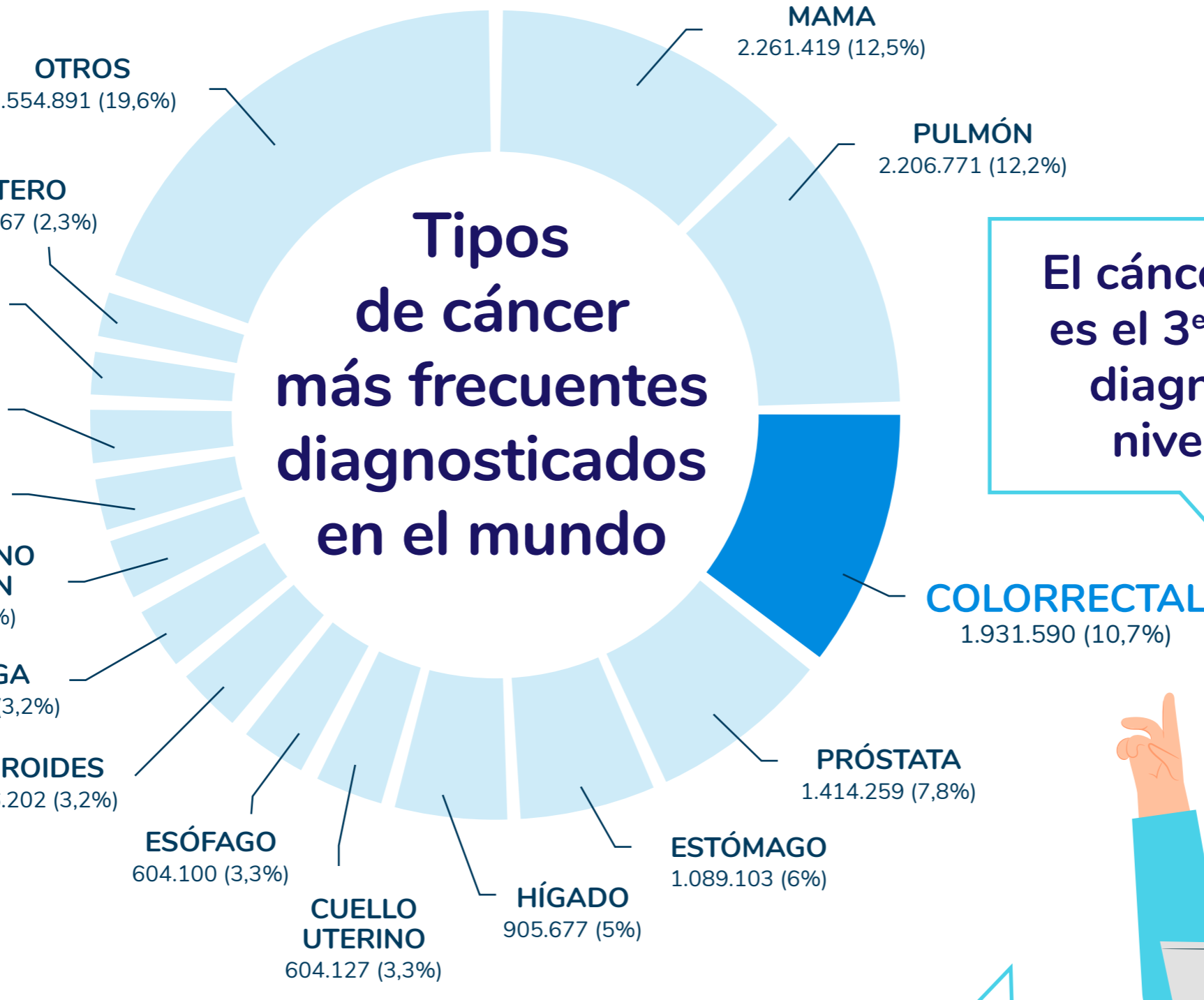
CÁNCER COLORRECTAL

Situación actual y mejor gestión de la enfermedad



Los avances en los procesos de **detección precoz**, así como las **mejoras en el tratamiento** de la enfermedad, han dado lugar a una mayor supervivencia en cáncer colorrectal (CCR) durante los últimos años.

¿Cuál es la situación actual del cáncer colorrectal?



El cáncer colorrectal es el 3^{er} cáncer más diagnosticado a nivel mundial.

En España, constituye el 2^o cáncer más frecuente tanto en hombres como en mujeres.



¿Qué influye en el desarrollo del cáncer colorrectal?

Tanto en el desarrollo como en la evolución del cáncer colorrectal, existen factores que van a influir en la aparición y el pronóstico de la enfermedad:



FACTORES NO MODIFICABLES

Algunos ejemplos son la edad, el sexo, la genética, así como las enfermedades previas de la persona.



FACTORES MODIFICABLES

Son los **hábitos de vida** que la persona puede cambiar, como la alimentación, el tabaquismo, el sedentarismo, etc.



¿Cómo gestionar la enfermedad más allá de los hábitos saludables?



Sigue adecuadamente tu tratamiento y los cuidados recomendados por tu equipo médico.



Acude a todas las citas médicas, sesiones de tratamiento y controles, ya que es fundamental valorar regularmente tu estado de salud.



Consulta cualquier duda o preocupación que tengas, llévalas anotadas o acude acompañado para evitar olvidar información.



Confía en tu médico y pídele que te explique la información de forma que la puedas entender bien.



Pide ayuda a tu entorno y a las asociaciones de pacientes especializadas en cáncer colorrectal.



Recuerda que, además del oncólogo, **existen numerosos profesionales** que pueden ayudarte y acompañarte en tu proceso.



Y si buscas un lugar donde encontrar información fiable de calidad y elaborada por profesionales con experiencia en cáncer colorrectal, no dejes de visitar Oncolon de forma regular.

www.oncolon.com

BIBLIOGRAFÍA

- SEOM, S. (2022). Las Cifras del Cáncer en España 2022. SEOM, Sociedad Española de Oncología Médica. https://seom.org/images/LAS_CIFRAS_DEL_CANCER_EN_ESPANA_2022.pdf.
- Marzo-Castillejo, M., Vela-Vallespín, C., Bellas-Beceiro, B., Bartolomé-Moreno, C., Melús-Palazón, E., Villarrubí-Estrella, M., & Nuin-Villanueva, M. (2018). Recomendaciones de prevención del cáncer. Actualización PAPPs 2018. Atención primaria, 50(Suppl 1), 41.
- Johnson, C. M., Wei, C., Ensor, J. E., Smolenski, D. J., Amos, C. I., Levin, B., & Berry, D. A. (2013). Meta-analyses of colorectal cancer risk factors. Cancer causes & control: CCC, 24(6), 1207-1222.
- Breedveld-Peters, J. J., Koole, J. L., Müller-Schulte, E., van der Linden, B. W., Windhausen, C., Bours, M. J., ... & Weijenberg, M. P. (2018). Colorectal cancers survivors' adherence to lifestyle recommendations and cross-sectional associations with health-related quality of life. British Journal of Nutrition, 120(2), 188-197.
- Singh, B., Hayes, S. C., Spence, R. R., Steele, M. L., Millet, G. Y., & Gergele, L. (2020). Exercise and colorectal cancer: a systematic review and meta-analysis of exercise safety, feasibility and effectiveness. The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 17(1), 122.
- Pascual, C. (2009). Cáncer colorrectal. Cuestiones más frecuentes. Junta Directiva Europa Colon, Grupo Editorial Entheos, Madrid, 2009. Psicooncología, 6(2), 535 - 536.