

Salud

Día Mundial del Cáncer Colorrectal:

Una enfermedad que causa más de 3 mil muertes al año en Chile y que superará los 9 mil casos en 2035

Marcado por factores medioambientales como la alimentación, el sedentarismo y la obesidad, especialistas advierten un aumento sostenido de esta enfermedad en el país y llaman a reforzar la detección precoz ante síntomas que suelen ser poco evidentes en etapas iniciales.

Cada 31 de marzo la Organización Mundial de la Salud (OMS) conmemora el Día Mundial contra el Cáncer Colorrectal, instancia que busca concientizar y educar sobre la importancia de la detección precoz de esta enfermedad de alta prevalencia en Chile. Actualmente, se estima que cada año más de 3 mil personas fallecen por esta causa, y las proyecciones advierten que hacia 2035 podría consolidarse como el cáncer más frecuente en el país, incluso por sobre el de mama, pulmón y próstata, superando los 9 mil casos anuales.

Según explicó la doctora Antonella Sanguinetti, coloproctóloga de Clínica MEDS, "históricamente en Chile, dentro de los cánceres gastrointestinales, el gástrico era nuestro cáncer pionero. Pero, a medida que ha pasado el tiempo, el de colon es el primer cáncer gastrointestinal y segundo en mortalidad en Chile en este minuto". La especialista agregó que "generalmente, las causas del cáncer de colon son factores medioambientales. Pero eso es importante, porque podemos hacer algo al respecto, a

diferencia de algunos cánceres que son solamente genéticos. El cáncer de colon lo podemos dividir en dos partes: en un cáncer esporádico, que es el 90-95%, y en cáncer colorrectal genético, que es un mínimo porcentaje, un 5% de la población".

En este sentido, alertó sobre un cambio en el perfil de los pacientes. "La población que más se ve afectada son los mayores de 60 años, pero cada vez estamos viendo pacientes más jóvenes con cáncer colorrectal y con cáncer más grave mientras más jóvenes son", afirmó.

Entre los factores de riesgo más relevantes, la doctora Sanguinetti destacó la alimentación y el estilo de vida, apuntando a una dieta baja en fibra, con alto consumo de proteínas



años, nos deberíamos hacer una colonoscopia". Añadió que "si yo tengo antecedentes familiares, la gracia es que me la haga a los 40 años o 10 años antes del caso índice dentro de mi familia".

En esa línea, la facultativa resaltó además el aporte de la inteligencia artificial en estos exámenes, que permite "aumentar la sensibilidad para detectar las lesiones premalignas que son los pólipos", junto con la utilidad del test de hemorragia oculta en deposiciones como herramienta de pesquisa.

Sobre cómo prevenir esta enfermedad, la especialista fue enfática en afirmar que "debemos de hacer ejercicio. Caminar 30 minutos al día o un poquito más si uno no lo puede hacer. Agregar mucha fibra; hay estudios que dicen que agregar avena, por ejemplo, serviría. Otras investigaciones dicen que agregar chía o té verde son antiangiogénicos y harían que los pólipos no aumentarían de tamaño y podríamos detectarlos antes. También, evitar el sedentarismo, la obesidad y disminuir lo ultraprocesado".

o carne animal, junto con el sedentarismo y la obesidad. A ello se suma, en los últimos años, el impacto de los alimentos ultraprocesados, los que —según explicó— aumentan la actividad inflamatoria y, con ello, el riesgo de desarrollar cáncer colorrectal.

"En la medida que está pasado el tiempo nos acercamos mucho más a la población norteamericana, que es alto en ultraprocesado y no ha cambiado la dieta a través del tiempo" agregó.

Respecto a su detección, la coloproctóloga de Clínica MEDS aseguró que "en la etapa inicial el cáncer colorrectal lamentablemente no es muy sintomático.

Hay síntomas que son claros y que uno tiene que ir a abordarlo en forma inmediata, por ejemplo, con una colonoscopia". En esa línea, precisó que las principales señales de alerta corresponden a anemia sin causa, masas palpables, cambios en el tránsito intestinal y sangrado.

En materia de prevención, destacó la relevancia de la pesquisa precoz. "Las guías internacionales nos dicen que a los 50 años, y ahora cada vez menos a los 45

