

Colonoscopia: un examen de prevención puede detectar el cáncer en un estadio temprano

Por Natalie McGill

El cáncer colorrectal (cáncer de colon o recto) es uno de los cánceres más frecuentes tanto en hombres como en mujeres. Sin embargo, si se detecta en forma temprana es altamente tratable. Por eso una prueba de detección preventiva, como una colonoscopia, es vital para su salud.

Una colonoscopia es un examen preventivo que permite evaluar el colon y el recto utilizando un tubo flexible. De esta manera, se puede detectar algún cáncer incipiente o crecimientos llamados pólipos, los cuales pueden ser malignos. Además, la colonoscopia puede detectar otros trastornos intestinales, como hemorragias.

Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC), se recomienda realizar una colonoscopia a partir de los 50 años y hasta los 75. El Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los Estados Unidos (U.S. Preventive Services Task Force) recomienda que las personas de entre 50 y 75 años de edad se realicen una



colonoscopia. Sin embargo, según la doctora Deborah Fisher, MD, MHS, profesora adjunta de medicina del Departamento de Gastroenterología de la Facultad de Medicina de la Universidad de Duke e investigadora financiada por los Institutos Nacionales de la Salud (National Institutes of Health), si usted tiene antecedentes familiares de cáncer colorrectal, es recomendable realizarse la colonoscopia

como mínimo con 10 años de anticipación a la edad en que se le diagnosticó a alguno de sus padres o hermanos. Los pacientes con enfermedad inflamatoria intestinal también corren más riesgo de padecer cáncer colorrectal y pueden necesitar exámenes con mayor anticipación y frecuencia, añade Fisher.

El 90 por ciento de los pacientes a los que se les detecta un cáncer colorrectal temprano vive un mínimo de 5 años más. No obstante, los CDC afirman que uno de cada tres adultos en los Estados Unidos de entre 50 y 75 años no se realiza exámenes regulares. Si la colonoscopia le causa impresión, consulte a su médico para que pueda despejarle sus miedos y preocupaciones. No permita que la preparación del examen lo intimide.

“Diversos estudios han demostrado que, según la experiencia general de los pacientes, la peor parte es la preparación,” revela Fisher. “Piensan: ‘Por dios, si esta es la preparación, ¿cómo será el examen?’ Pero, en realidad, la preparación es lo peor.”

Para la preparación, su médico seguramente le recetará un laxante — una droga que facilita la evacuación intestinal. El laxante ayuda a limpiar el colon para que el médico pueda ver con claridad cualquier tejido anómalo.

“Usted no querrá someterse al estudio dos veces,” explica Fisher. “Su interés es que todo salga bien así queda liberado cuanto antes, dependiendo del resultado del examen.”

El día previo a la colonoscopia, debe realizar una dieta de líquidos claros, informan los CDC. Pregunte a su médico qué puede consumir antes del examen. Según Fisher, es esencial seguir las instrucciones respecto a los laxantes y a la dieta para que el examen sea exitoso.

“Algunas personas trabajan el día anterior, pero debe reservarse la noche previa,” indica Fisher. “Uno quiere estar en su casa, quiere estar cómodo.”

Durante el procedimiento, el médico puede



detectar uno o varios pólipos y extraerlos, según Fisher. Su médico debe informarle si aparece algo sospechoso y cuáles son los pasos por seguir. Según el resultado, su médico puede pedirle que regrese para una colonoscopia de seguimiento dentro de 3 a 5 años, en vez de 10.

Según los CDC, usted puede estar sedado y durmiendo durante el examen. En consecuencia, es importante combinar para que alguien pueda llevarlo y traerlo porque puede sentirse extraño el resto del día, advierte Fisher. Si no cuenta con un medio de transporte, pregúntele a su médico cuáles son las opciones para que usted tenga un viaje seguro.

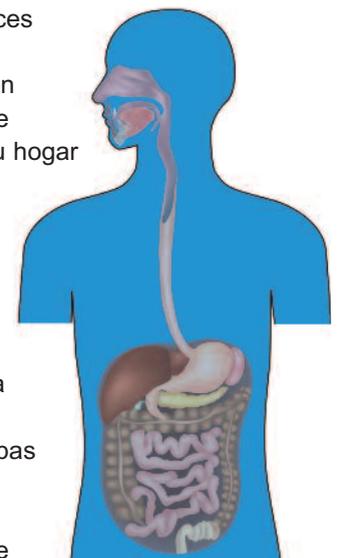
La mayoría de los pacientes regresan a su rutina al día siguiente, dice Fisher.

Fisher añade que la colonoscopia no es el único examen preventivo utilizado para evaluar el riesgo de cáncer colorrectal. Tanto la prueba de sangre oculta en heces como la prueba inmunoquímica fecal son exámenes químicos que pueden realizarse en su hogar para controlar la existencia de sangre en la materia fecal. Según los CDC, el 10 por ciento de los adultos que se realizan exámenes para detectar el cáncer colorrectal utilizan pruebas caseras.

Otro examen es la sigmoidoscopia. En este examen, el médico utiliza un tubo más corto para buscar anomalías o pólipos dentro del recto y la última tercera parte del colon en vez de en su totalidad, concluye Fisher.

De acuerdo con los CDC, no existe un examen que sea el mejor, sino que todos tienen sus pros y sus contras. Los CDC recomiendan que hable con su médico para que le indique qué exámenes son convenientes en su caso.

>> Para más información, visite www.cdc.gov/cancer/colorectal



¿Mayor de 50? No postergue su examen

Más del 90 por ciento de los casos de cáncer colorrectal se presenta en personas de 50 años o más, explican los CDC. Los factores de riesgo relativos al estilo de vida incluyen el alcoholismo, el tabaquismo, la obesidad, la falta de actividad física y una dieta con poca fruta y vegetales, añaden los CDC.

“Las personas no quieren hacerse exámenes de cáncer por miedo a escuchar malas nuevas”, dice Fisher. “Es una enfermedad muy tratable durante un estadio temprano. No es una situación donde recibe los resultados y si son malos dice ‘¿ahora qué hago?’. Realmente es preciso detectar la enfermedad a tiempo, porque...luego es muy difícil de combatir”.

