



DÍA INTERNACIONAL CONTRA EL CÁNCER DE COLON

"UN EQUIPO HUMANO AL SERVICIO DE LA SALUD"

SUBDIRECCIÓN
DE SALUD

BOLETÍN No. 031
MARZO – 31 DE
2020

COMANDO GENERAL
DE LAS FUERZAS
MILITARES

SUBSISTEMA DE SALUD
DE LAS FUERZAS
MILITARES

DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR

MG. JAVIER ALONSO
DÍAZ GÓMEZ
Director

CR. ROCÍO GARZÓN
Subdirección de Salud

SMSM. CARLOS
CUÉLLAR
Coordinación Grupo
Gestión Salud

PS. JULIET SAAVEDRA
VALLEJO
Gestión Cuenta de
Alto Costo

PS. CLAUDIA
MONTENEGRO
Comunicaciones
Estratégicas



La Dirección General de Sanidad Militar se une a la conmemoración del **Día Internacional contra el Cáncer de Colon**, el cual es celebrado con el fin de crear conciencia sobre la necesidad de tomar medidas necesarias para su prevención, asimismo, promover programas de detección temprana.

¿QUÉ ES EL CÁNCER DE COLON?



Es una patología que se da por un crecimiento anormal de las células del colon y la zona rectal. En la parte más interna del colon pueden aparecer pólipos o abultamientos que inicialmente son benignos, pero pueden convertirse en cáncer hasta en un 30% de los casos. Usualmente no presentan molestias y, a menudo, cuando éstas aparecen, la enfermedad ya está avanzada. Fuente: OMS

SIGNOS Y SÍNTOMAS



Cambio en hábitos de evacuación como diarrea, estreñimiento.



Sangrado rectal con sangre roja brillante, sangre en las heces fecales que puede causar que las heces se vean oscuras.



Cólicos o dolor abdominal.



"LA DIETA SANA ES FUNDAMENTAL PARA PREVENIR EL CÁNCER DE COLON"

En Colombia el Cáncer de Colon ocupa el tercer lugar dentro de los tumores malignos y para el Subsistema de Salud de las Fuerzas Militares se encuentra en el cuarto lugar.

Prevención Cáncer de Colon



Control del peso.



Actividad física, por lo menos 30 minutos al día, cinco veces a la semana.



Aumento en el consumo diario de alimentos ricos en fibra como frutas y vegetales y disminución del consumo de carnes rojas, procesadas y azúcares.



Evitar el consumo de alcohol y cigarrillo.

PRUEBAS PARA LA DETECCIÓN TEMPRANA

Análisis de sangre oculta en heces para las personas que puedan ser propensas a contraer la enfermedad, por antecedentes familiares y/o presencia de signos y síntomas.

En caso de que el resultado del Test de sangre oculta sea positivo, es necesario realizar una Colonoscopia.

