



31 de març: Dia Mundial contra el Càncer de Còlon i Recte

## Més de 17.000 maresmencs van participar el 2021 en el Programa de detecció precoç de càncer colorectal

- Suposa una participació del 42,6% de la població "convidada" a fer-se la prova, la més alta des que es va iniciar el programa el 2015
- Aquest tumor és el més freqüent a Catalunya, amb 6.400 casos nous cada any, i la detecció precoç és clau per millorar les probabilitats de supervivència

Durant l'any 2021, un total de 40.303 habitants del Maresme –homes i dones d'entre 50 i 69 anys– van rebre la "invitació" per participar en el Programa de detecció precoç de càncer colorectal que promou el Departament de Salut de la Generalitat. Un total de 17.196 persones van fer-se la prova, que suposa un 42,6% i que és la taxa de participació més alta des que es va iniciar el programa en aquesta comarca l'any 2015.

**En què consisteix el Programa?** La majoria de vegades, el càncer de còlon i recte es desenvolupa a partir de petites lesions de l'interior del budell (pòlips). El càncer en la fase més inicial i els pòlips poden sagnar de manera intermitent sense produir cap molèstia i, si es detecta a temps, és fàcil de tractar i té moltes probabilitats de curació. Per això, el Programa de detecció precoç de càncer colorectal s'adreça a tots els homes i dones d'entre 50 i 69 anys i consisteix a fer-se una prova senzilla i còmoda a casa per detectar si les deposicions contenen petites quantitats de sang que no es veuen a simple vista.

Per participar-hi, només cal anar a una farmàcia amb la carta que envia el Departament de Salut. Allà faciliten tot el necessari per fer la prova. També és a la farmàcia on cal retornar la mostra de femta presa a casa. Si el resultat és normal, en dos anys s'envia una nova invitació per participar en el programa. Si es detecta alguna anomalia, l'Hospital de Mataró contacta telefònicament amb la persona i programa una colonoscòpia, que es realitza sota sedació.

**Una prova que salva vides.** El càncer de còlon i recte pot desenvolupar-se durant mesos sense produir molèsties i és, probablement, un dels millors exemples de com la detecció precoç millora les probabilitats de supervivència perquè permet intervenir abans que es desenvolupi el tumor. En els últims cinc anys, en el marc d'aquest programa, s'han fet a l'Hospital de Mataró més de 2.600 colonoscòpies a aquelles persones que el resultat de prova va donar positiu (una mitjana de 522 l'any, tot i que els dos últims la xifra ha sigut més baixa arran de la pandèmia).

Segons la Bàrbara Gómez, digestòloga i coordinadora del programa de detecció precoç de l'Hospital de Mataró, *"el resultat d'aquestes proves és molt impactant, ja que un 70% dels pacients que donen positiu i es fan la colonoscòpia presenten lesions, de les quals el 40% són lesions avançades i quasi un el 5% té càncer. El pronòstic d'aquestes lesions trobades és millor que si la colonoscòpia s'hagués fet quan els símptomes haguessin aparegut, i per això volem conscienciar a*



*la població que no s'ha de tenir por a participar en el programa i tenim l'objectiu d'augmentar la participació per sobre del 65%".*

Durant el 2021, tot i la pandèmia, es van fer a l'Hospital de Mataró un total de 409 colonoscòpies, es va detectar que 347 persones tenien pòlips, que s'han pogut extirpar al mateix temps que els feien la colonoscòpia, evitant així que es puguin transformar en tumors, i 14 persones tenien un càncer que s'ha detectat de forma precoç i, per tant, amb més probabilitats de curació.

**Més casos en estadis inicials.** En les últimes dècades, el nombre absolut de càncers diagnosticats a Espanya ha augmentat a causa de l'augment poblacional, l'envelliment de la població, l'exposició als factors de risc i, en alguns tipus de càncer com el càncer colorectal, el càncer de mama, el de cèrvix o el de pròstata, per l'augment de la detecció precoç. De fet, si els programes de detecció precoç són molt adequats, primer provoquen un augment del nombre de casos incidents en estadis inicials, per després portar a una disminució dels casos diagnosticats amb malaltia avançada i també a una reducció de la mortalitat.

En aquest sentit, Montserrat Zanui, oncòloga de l'Hospital de Mataró, afirma que *"en el nostre dia a dia a la consulta, des de l'inici del programa de diagnòstic precoç el 2015, hem observat un clar increment dels casos de càncer de còlon diagnosticats en estadis inicials i un descens en el nombre de pacients amb càncer de còlon que ja presenten malaltia avançada (metàstasis) en el moment del diagnòstic"*.

**Incidència a Catalunya.** El càncer colorectal és el més freqüent entre la població catalana i el 90% dels casos acostuma a afectar a homes i dones de més de 50 anys. Durant el 2021 es van diagnosticar més de 6.400 casos nous a Catalunya i és la segona causa de mort per càncer al nostre país (2.600 anuals).

**La importància de la prevenció.** Tot i que no hi ha cap càncer que es pugui prevenir completament, en el cas del càncer de còlon, la prevenció inclou mesures de promoció de la salut relacionades fonamentalment amb l'estil de vida. Així, hi ha una sèrie de factors protectors que cal seguir i una sèrie de factors de risc que cal evitar:

- Factors protectors:
  - Dieta rica en fibra: els vegetals, la fruita, els cereals i els llegums tenen un efecte protector. Es recomana la ingesta de cinc racions al dia d'aquest grup d'aliments.
  - Fer exercici físic de forma regular ajuda a disminuir el risc de càncer de còlon.
  
- Factors de risc:
  - El consum excessiu de carn vermella (vedella, xai, porc) i greixos d'origen animal s'associa a un risc més gran de càncer de còlon.
  - L'excés de pes es considera un factor de risc per a alguns càncers, com ara el de còlon.
  - L'alcohol i el tabac s'associen a un augment del risc de càncer de còlon.

El Consorci Sanitari del Maresme és una entitat pública formada pel Servei Català de la Salut, l'Ajuntament de Mataró i el Consell Comarcal del Maresme, que gestiona l'Hospital de Mataró, l'Antic Hospital de Sant Jaume i Santa Magdalena, la Residència Sant Josep, i les àrees bàsiques de Mataró Centre i Cirera Molins (a Mataró) i la d'Argentona.