

Pólipos del colon

¿Qué es un pólipo de colon?

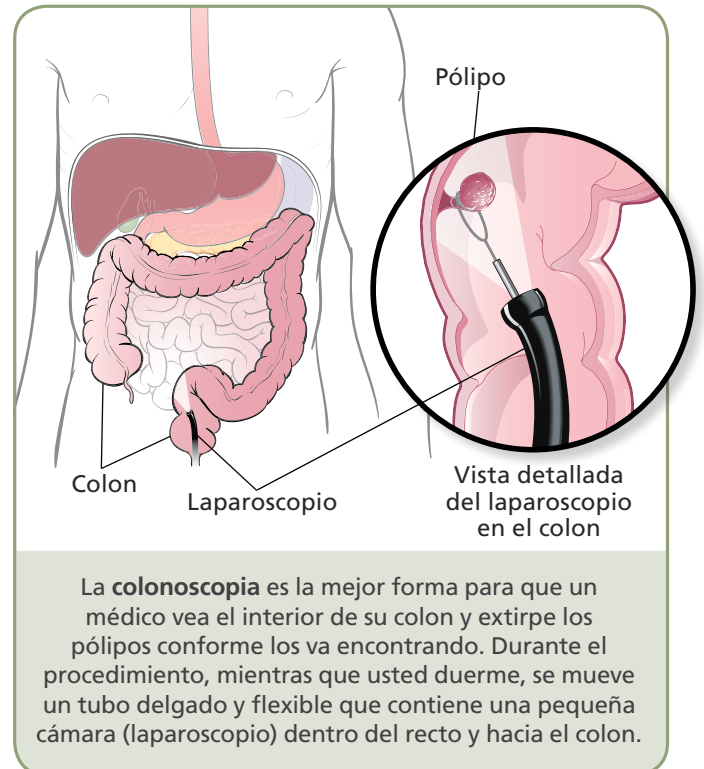
Un pólipo de colon es un pedazo adicional de tejido que crece del revestimiento del colon (intestino grueso). Dos de cada 10 personas mayores de 50 años padecen de pólipos de colon.

A la mayoría de pólipos se les llama **pólipos hiperplásticos**, los cuales son inofensivos. Algunos, llamados **adenomas**, pueden causar cáncer. Una vez que un pólipo crece más de ¼ de pulgada, tiene más probabilidades de ser cancerígeno.

¿Cómo sé si tengo pólipos?

La única forma de saber si usted tiene pólipos de colon es realizando una observación dentro de su colon. Algunas formas de hacer esto incluyen:

- **Colonoscopia.** El médico utiliza un tubo largo y flexible con una pequeña cámara de vídeo para observar su colon mientras usted duerme. Esto permite al médico ver todo el colon y el recto, así como extirpar pólipos para hacerles pruebas de cáncer al mismo tiempo. La extirpación no duele pues el revestimiento del colon no tiene nervios que sienten dolor.
- **Sigmoidoscopia flexible.** Esta es similar a la colonoscopia pero sólo se observa la parte inferior del colon y el recto.
- **Colonoscopia virtual.** El médico crea una imagen del interior de su colon con imágenes computarizadas y rayos X. El médico puede ver todo el colon pero no puede extirpar pólipos.
- **Enema de bario.** Se cubre el interior del colon con un tinte especial que muestra pólipos u otras anomalías en una radiografía. El médico puede ver tejidos anormales pero no los puede sacar.



¿Qué causa los pólipos de colon?

Los pólipos se forman cuando las células crecen y se dividen de forma inusual. Estos pueden crear células nuevas cuando estas no son necesarias.

Los médicos no saben exactamente qué causa el crecimiento de los pólipos. Sin embargo, existen algunos factores de riesgo en común entre las personas con pólipos, los cuales incluyen:

- Comer muchas carnes rojas y alimentos grasosos
- No comer una cantidad suficiente de fibra
- Fumar cigarrillos
- Beber alcohol
- Tener sobrepeso o ser obeso
- Ser afroamericano
- Tener un historial familiar de cáncer de colon
- Tener una mutación genética hereditaria

¿Cómo puedo evitar los pólipos?

Usted puede evitar el riesgo de desarrollar pólipos si:

- **Come alimentos que contienen calcio y folato.** Se ha demostrado que estos minerales disminuyen el tamaño y cantidad de pólipos. Algunos alimentos que contienen calcio son la leche, el queso y el brócoli. Los alimentos ricos en folatos son los garbanzos, los frijoles y las espinacas.
- **Coma menos grasas.** Limite las grasas saturadas (sólidas) de fuentes animales como la carne roja.
- **Coma más alimentos altos en fibra como frutas, vegetales y granos enteros.** La fibra desplaza los alimentos más rápido por el colon y reduce la cantidad de tiempo que su colon está expuesto a cualquier sustancia dañina.
- **Haga ejercicio al menos 30 minutos al día, todos los días.** El ejercicio le ayuda a movilizar los alimentos más rápido por el colon.
- **Baje un poco de peso.** El exceso de células grasosas estimula el crecimiento de pólipos en el colon.
- **Limite el consumo de alcohol.** Las mujeres que toman más de una bebida alcohólica al día y los hombres que toman más de 2 bebidas alcohólicas al día, corren un mayor riesgo de padecer de cáncer de colon.
- **Deje de fumar.** Si fuma, déjelo ahora. Pida a su proveedor de atención médica información sobre programas para ayudarlo a dejar el tabaco.

¿Cómo se tratan los pólipos de colon?

Los pólipos se extirpan por medio de una colonoscopia o sigmoidoscopia. Si un pólipo es muy grande o no se puede alcanzar de forma segura, este se puede extirpar por medio de una cirugía abierta (por el vientre). En raros casos, existe la posibilidad de que el médico deba extirpar el colon y el recto de forma completa.

Si usted tiene un adenoma, corre mayor riesgo (25 %- 30 %) de tener más adenomas en un futuro. Es por esta razón que tal vez usted llegue a necesitar colonoscopias con más frecuencia. Haga una cita de seguimiento para hablar con su médico sobre el plan de tratamiento.

¿Qué sucede si los pólipos de colon no se tratan?

Los pólipos de colon que no se extirpan pueden causar síntomas. Llame a su médico si sufre alguno de los siguientes síntomas:

- **Sangrado rectal.** Puede observar sangre en su ropa interior o en el papel higiénico después de defecar.
- **Sangre en sus heces.** La sangre puede verse negra o puede verse como rayas rojas en sus heces.
- **Dolor abdominal.** Un pólipo grande puede obstruir sus intestinos y causar calambres y estreñimiento.
- **Diarrea o estreñimiento continuos.** El estreñimiento o diarrea que tarda más de una semana podría indicar también una obstrucción en el intestino.

Los pólipos que aumentan de tamaño también se pueden convertir en cáncer de colon. El cáncer de colon es la tercera causa más común de muertes por cáncer (50,000 (cincuenta mil) personas mueren a causa de este todos los años). La mayoría de estas muertes se pueden evitar si se tratan los pólipos.



Mi cita de seguimiento

Fecha/Hora: _____

Lugar: _____

Médico: _____

Colon Polyps

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

© 2007–2017 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de cuidados de la salud. Hay más información disponible en intermountainhealthcare.org. Patient and Provider Publications F5009S - 11/17 (Last reviewed - 03/17) (Spanish translation 11/17 by inWhatLanguage)