

LE DÉPISTAGE DU CANCER COLORECTAL



**Vous avez entre
50 et 74 ans ?**

(ou avez des proches
dans cette tranche d'âge
à qui en parler ?)



**Vous avez des
antécédents
personnels ou
familiaux ?**



**Alors,
pensez au
dépistage !**

Grâce au dépistage, les lésions
précancéreuses peuvent être retirées
avant même de se transformer en
cancer.

Détecté tôt, le cancer colorectal se guérit
dans **9 cas sur 10**.



2e

cancer **le plus fréquent** chez la femme, **3e** chez l'homme et **2e** cancer le **plus meurtrier**.

47 582

nouveaux cas estimés en 2023 (26 212 chez les hommes et 21 370 chez les femmes).

29,2 %

des **Gersois éligibles ont réalisé** le dépistage du cancer colorectal en 2023-2024, **contre 34,2 %** en 2022-2023.

En France, un programme national de dépistage organisé est proposé :

- aux femmes et aux hommes de **50 à 74 ans**,
- tous les **2 ans**,
- par un test immunologique **à réaliser chez soi**.

Ce test recherche la présence de sang invisible dans les selles. Il est **simple, rapide et indolore**.

LE DÉPISTAGE

Mode d'emploi du test :



(Source : l'INCA)

AGIR AU QUOTIDIEN



Alimentation

Adopter une **alimentation équilibrée**, riche en fruits, légumes et fibres, aide à réduire le risque de cancer.

Il est également important de **limiter la consommation** de viandes rouges, de viandes transformées et de charcuteries.



Bouger

Cela permet de réduire de **25 %** le risque de cancer colorectal.

Au moins **30 minutes** d'activité physique **par jour** est conseillée (marche, sport,...).



Dépistage

Le dépistage est **particulièrement conseillé** à des rythmes définis selon les âges et les antécédents personnels et familiaux.