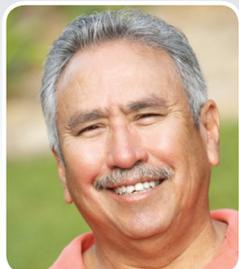


NOTICIAS ÚTILES SOBRE EL CÁNCER

Cáncer Colorrectal



Puede prevenirse. Tratarse. ¡Vencerse!

En el 90% de los casos de cáncer colorrectal, o cáncer de colon, esta enfermedad es curable cuando se detecta y trata en forma temprana. A partir de los 50 años de edad, toda persona debe realizarse una prueba de detección de cáncer colorrectal, independientemente de si es hombre o mujer. Si tiene otros factores de riesgo, como antecedentes familiares de esta enfermedad, hable con su médico o proveedor de atención de la salud sobre si debe hacerse estas pruebas con más frecuencia o a más temprana edad.

¿Qué es el cáncer colorrectal? ¹

Incluye tanto el cáncer del intestino grande (colon), como la parte inferior del sistema digestivo y el recto. Este tipo de cáncer brota en forma de pequeñas aglomeraciones no cancerosas (benignas) de células llamadas pólipos. Con el tiempo, algunos pólipos pueden hacerse cancerosos.

¿Corre peligro? ¹

- Usted tiene un mayor riesgo de sufrir cáncer colorrectal si:
- Tiene 50 años de edad o más
- Tiene antecedentes familiares o personales de cáncer colorrectal, enfermedad de pólipos, o ambos
- Tiene antecedentes personales de enfermedad inflamatoria intestinal
- Fuma
- Está obeso o es inactivo físicamente
- Su alimentación tiene alto contenido de grasa saturada, carne roja, o ambas

¹ Instituto Nacional de Cáncer. www.cancer.gov. Información general sobre el cáncer de colon 2009.

² Instituto Nacional de Cáncer. www.cancer.gov. Síntomas. 2006.

¿Cuáles son los síntomas de cáncer colorrectal? ²

Este tipo de cáncer puede afectar a mujeres y hombres, jóvenes y personas mayores. Si su riesgo es alto, no espere a que los síntomas aparezcan. El cáncer colorrectal podría no causar síntomas en sus etapas iniciales, por lo que es mejor someterse a pruebas regulares de detección.

Preste atención a los siguientes síntomas:

- Cambios en los hábitos de evacuación sin causa aparente
- Diarrea o estreñimiento crónicos
- Sangre en las heces
- Heces delgadas, como un lápiz
- La sensación de no evacuar completamente
- Dolor abdominal persistente
- Pérdida de peso repentina o sin causa aparente
- Cansancio crónico o fatiga sin causa aparente



**CHRISTIANA CARE
HEALTH SYSTEM**

Helen F. Graham Cancer Center



Sea proactivo y reduzca su riesgo de padecer cáncer colorrectal ³

Puede reducir su riesgo de padecer cáncer colorrectal haciendo las modificaciones siguientes en su estilo de vida:

- Ejercítense regularmente; por lo menos 30 minutos tres veces a la semana
- Mantenga un peso saludable
- Mantenga una alimentación saludable que incluya bastantes frutas y verduras
- Limite el consumo de grasa,



especialmente de grasa saturada

- Evite fumar
- Limite el consumo de alcohol

³ Sociedad Americana de Cáncer. www.cancer.org. Pautas sobre la nutrición y actividad física para la prevención del cáncer 2008.

⁴ Sociedad Americana de Cáncer. www.cancer.org. Detección temprana, diagnóstico y clasificación por etapa 2010.

Pruebas de detección y la detección temprana ⁴

No permita que el miedo o la vergüenza eviten que se haga las pruebas de detección.

En el centro de cáncer Helen F. Graham Cancer Center se recomienda que tanto hombres como mujeres, a partir de los cincuenta años, se hagan pruebas de detección según uno de los programas siguientes:

- Una prueba de sangre oculta en heces (fecal occult blood test; FOBT) o prueba inmunoquímica fecal (fecal immunochemical test, FIT) cada año
- La sigmoidoscopia flexible cada 5 años*
- FBOT o FIT anuales y la sigmoidoscopia flexible cada 5 años*
- Un enema de bario de contraste doble cada 5 años
- La colonoscopia cada 10 años
- La colonografía por TC (colonoscopia virtual) cada 5 años.

**Se prefieren las pruebas combinadas más que ya sea la FOBT o la FIT anual o la FSIG (sigmoidoscopia flexible) cada 5 años por sí sola.*

Las personas con riesgo moderado o alto de padecer cáncer colorrectal deben hablar con un médico sobre un programa de pruebas distinto.

Para obtener más información sobre el cáncer colorrectal, comuníquese con su proveedor de atención de la salud o con Helen F. Graham Cancer Center sobre cómo realizarse una prueba gratuita de detección del cáncer colorrectal.

302-623-4661

www.christianacare.org/cancerscreeningprograms



**CHRISTIANA CARE
HEALTH SYSTEM**

Helen F. Graham Cancer Center

One of the original 14 cancer centers in the nation selected for the National Cancer Institute Community Cancer Centers Program.

