

## Mi plan de acción

- Hablaré con mi médico acerca de la salud colorrectal
- Me informaré acerca de los diferentes estudios de detección y me haré esos exámenes
- Revisaré mis antecedentes familiares de cáncer colorrectal
- Revisaré mi estilo de vida y haré cambios para mejorar la salud

## ¿Existen factores que me protejan del cáncer colorrectal?

No sabemos mucho acerca de lo que nos protege del cáncer colorectal. Las personas que tienen un riesgo menor de cáncer colorrectal toman las siguientes medidas:

- Hacen ejercicio de forma regular
- Mantienen un peso saludable durante toda la vida
- Limitan el consumo de alcohol
- No fuman
- Pólipos – se remueven (quitan) durante la colonoscopia
- Limitan la cantidad de carnes rojas (como carne de res, de cerdo, de cordero, o hígado) y carnes procesadas (perros calientes o hot dogs y algunos embutidos)



Cáncer colorrectal

## ¿Dónde puedo obtener más información?

Para una cita, llame al  
1-888-369-2427 (888-FOX-CHASE)  
o visite [www.foxchase.org](http://www.foxchase.org)

**Philip E. y Naomi P Lippincott**  
**Centro de Educación y Recursos**  
215-214-1618  
[recstaff@fcc.edu](mailto:recstaff@fcc.edu)



El Sistema de Salud de Temple se refiere a las actividades de salud, educación y de investigación realizados por los afiliados de Temple University Health System (TUHS) y por la Escuela de Medicina Lewis Katz de la Universidad Temple.

TUHS ni proporciona ni controla la prestación de atención médica. Todo cuidado médico es siempre proveído por los miembros de organizaciones o proveedores de cuidado médico independientes afiliados a las organizaciones asociadas a TUHS.

Cada organización integrante de TUHS pertenece y es operado en conformidad con sus documentos administrativos gobernantes.



Lo que necesita saber...



## ¿Estoy en riesgo para cáncer colorrectal?

No hay manera de saber con seguridad si una persona tendrá cáncer colorrectal. El cáncer colorrectal afecta tanto a hombres como a mujeres. Ciertas características personales aumentan la probabilidad de que surja esta enfermedad. Esto se conoce como factores de riesgo. Revise a continuación sus factores de riesgo para el cáncer colorrectal.

- Tengo 50 años o más.
- Tengo antecedentes personales o familiares de cáncer colorrectal o pólipos (tejido que crece hacia afuera en el revestimiento del colon o del recto)
- Tengo colitis (fisuras crónicas en el revestimiento del colon)
- Tengo enfermedad intestinal inflamatoria crónica
- Tengo un síndrome hereditario como la poliposis adenomatosa familiar (PAF) o cáncer de colon hereditario no asociado a poliposis (HNPCC o síndrome de Lynch)

Si marcó alguno de estos factores de riesgo, es posible que usted esté en riesgo para contraer cáncer colorrectal.



## ¿Cuáles son los síntomas del cáncer colorrectal?

En las primeras etapas, el cáncer colorrectal a menudo no tiene síntomas, o tiene síntomas leves. Pero a medida que el cáncer crece, pueden aparecer los siguientes síntomas, entre otros:

- Sangrado rectal
- Sangre en las heces (excreta)
- Excreta más fina de lo normal
- Cambio en la frecuencia de las evacuaciones
- Calambres estomacales o dolor en la parte baja del abdomen
- Diarrea, estreñimiento o sensación de que el intestino no se vacía completamente
- Pérdida de peso por causa desconocida
- Fatiga constante
- Náuseas y vómitos

## Recomendaciones para la detección

Es importante que hombres y mujeres sigan las guías recomendadas para los estudios de detección de cáncer colorrectal:

- Hágase el examen de cáncer colorrectal si tiene 50 años o más, aunque no tenga ningún síntoma.
- Hable con su médico acerca de sus factores de riesgo. Esto le ayudará a determinar si es necesario hacerse los estudios de detección a una edad más temprana.

## ¿Cuáles son los exámenes para el cáncer colorrectal?

### • Colonoscopia

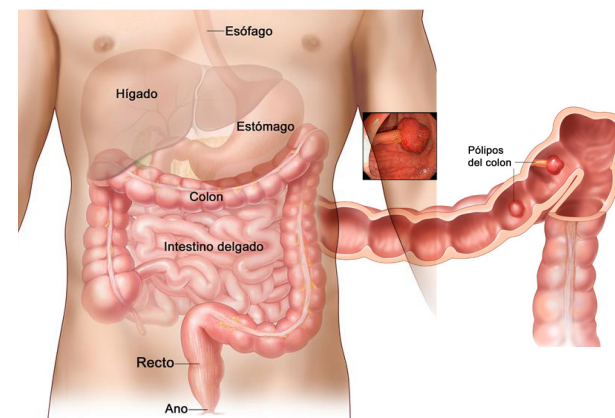
Su médico utiliza un tubo flexible iluminado (colonoscopia) para revisar las paredes interiores del recto y todo el colon. Si durante el estudio encuentra un pólipo, este se extirpará. El examen se realiza bajo anestesia. Este es el estudio de detección recomendado para el cáncer colorrectal y debe hacerse, por lo menos, cada 10 años.

### • Prueba inmunoquímica fecal (FIT)

La prueba FIT busca indicios de sangre oculta en la excreta. Se recomienda realizar este examen todos los años. El examen se hace en casa.

### • Sigmoidoscopia flexible

Su médico utiliza un tubo flexible iluminado (sigmoidoscopia) para revisar las paredes interiores del recto y parte del colon. Si durante el estudio encuentra un pólipo, este se extirpará. Se recomienda realizar esta prueba cada cinco años.



Pólipos en el colon