



Stop Cancer Before It Starts!

Información acerca del Cáncer Colorrectal

Introducción

El cáncer colorrectal es también conocido como el cáncer del colon o el recto. Es tan común en hombres como en mujeres. Este año más de 141.200 personas serán diagnosticadas con cáncer colorrectal y aproximadamente 49.380 morirán a causa de la enfermedad. Con ciertos tipos de pruebas de detección, este cáncer puede ser prevenido removiendo pólipos, (formaciones semejantes a uvas que se encuentran en la pared de los intestinos) antes de que se vuelvan cancerosos. Hay varias pruebas de detección que descubren el cáncer colorrectal temprano, cuando puede ser tratado más fácil y eficazmente.

Factores de Riesgo

- Tener más de 50 años
- Fumar
- Sobrepeso u obesidad, especialmente en personas que tienen acumulación de grasa en la cintura.
- Falta de actividad física
- Tomar alcohol en exceso (especialmente hombres)
- Comer muchas carnes rojas (como res, cerdo o codero) o carnes procesadas (como tocineta, salchicha, perros calientes o embutidos)
- Tener una historia personal o familiar de cáncer colorrectal o pólipos colorrectales benignos (no cancerosos)
- Historia personal de enfermedad inflamatoria intestinal (tal como colitis ulcerativa o enfermedad de Crohn)
- Historia familiar de cáncer colorrectal heredado o problemas colorrectales heredados

Reducción del Riesgo y Detección Temprana

Detenga el Cáncer Antes de que Comience!

- Permanezca activo físicamente al menos cinco días a la semana, por lo menos por 30 minutos.
- Mantenga un peso saludable.
- No fume. Si usted fuma, deje el cigarrillo.
- Si usted bebe bebidas alcohólicas, no tome más de una bebida al día si es mujer o dos si es hombre.
- Coma frutas, verduras, y granos enteros para estar saludable y permanecer así.
- Coma menos carne roja y embutidos.

Si su riesgo para desarrollar cáncer colorrectal es promedio, empiece a tener pruebas de detección a los 50 años. Si su riesgo es más alto usted podría empezar a necesitar exámenes de detección a una edad más temprana y mas frecuentemente. Si usted tiene más de 75 años, pregúntele a su doctor si usted debe continuar haciéndose pruebas de detección para cáncer colorrectal. El mejor momento para hacerse exámenes de detección es antes de que algún síntoma se presente.

Use esta información como ayuda para discutir opciones de detección con su profesional de la salud. Considere una de las siguientes pruebas:

Pruebas para detectar pre-cáncer y cáncer

Intervalos entre las pruebas

Colonoscopia	Cada 10 años
Colonoscopia virtual	Cada 5 años
Sigmoidoscopia flexible	Cada 5 años
Enema con bario (enema opaco) de doble contraste	Cada 5 años

Pruebas que detectan cáncer principalmente

Prueba de sangre oculta en las heces	Cada año
Prueba inmunoquímica fecal	Cada año
Análisis de ácido desoxirribonucleico fecal	Consulte a su profesional de la salud

Detenga el Cáncer Antes de que Comience!

ya que la tecnología evoluciona continuamente

Si se obtiene un resultado anormal en una colonoscopia virtual, un enema con bario de doble contraste, o una prueba de sangre oculta en las heces, deberá hacerse una colonoscopia.

Síntomas

Las primeras etapas del cáncer colorrectal por lo general no presentan síntomas. En etapas más avanzadas se pueden presentar los siguientes síntomas:

- Sangrado proveniente del recto o sangre en las heces
- Cambio en los hábitos intestinales
- Problemas en general en el estomago tales como gas, sensación de llenura o cólicos
- Diarrea, constipación o sensación en el recto de que la evacuación no ha sido completa
- Pérdida de peso sin razón aparente
- Sensación de cansancio permanente
- Vómito

Si usted tiene alguno de estos síntomas visite a su profesional de la salud.

Tratamiento

El tratamiento más común es cirugía. Cuando el cáncer se ha extendido, tratamientos de quimioterapia o radiación podrían estar indicados antes o después de cirugía.

Para más información acerca del cáncer de la piel visite

www.PreventCancer.org

Esta hoja de datos presenta informes adquiridos en las siguientes fuentes de información:

American Cancer Society. Cancer Facts & Figures, 2011. Obtenido en Junio 24, 2011.

Detenga el Cáncer Antes de que Comience!

1600 Duke Street Suite 500 • Alexandria, VA 22314: • 703.836.4412 • Fax: 703.836.441 • www.PreventCancer.org

American Cancer Society. Detailed Guide to Colorectal Cancer.

<http://www.cancer.org/Cancer/ColonandRectumCancer/DetailedGuide/index>. Obtenido en Diciembre 3, 2010.

American College of Gastroenterology. "Facts about Colorectal Cancer Screening."

<http://www.acg.gi.org/patients/crcfactsheet.asp>. Obtenido en Diciembre 16, 2010.

American Institute of Cancer Research (AICR) and World Cancer Research Fund (WCRF) Expert Report. Food, Nutrition, Physical Activity and the Prevention of Cancer: a Global Perspective.

<http://www.dietandcancerreport.org/>. Obtenido en Noviembre 12, 2010.

"Association of Adherence to Lifestyle Recommendations and Risk of Colorectal Cancer: A Prospective Danish Cohort Study." British Medical Journal. October 26, 2010. Obtenido en Diciembre 23, 2010.

National Cancer Institute, National Institutes of Health. Cancer Trends Progress Report —

2009/2010 Update. Obtenido en Noviembre 12, 2010.

National Cancer Institute, National Institutes for Health. Colorectal Cancer PDQ®

<http://www.cancer.gov/cancertopics/pdq/prevention/colorectal/healthprofessional>. Obtenido en Diciembre 3, 2010.

National Cancer Institute, National Institutes of Health. "Physical Activity and Cancer Fact Sheet."

<http://www.cancer.gov/cancertopics/factsheet/prevention/physicalactivity>. Obtenido en Diciembre 9, 2010.

Detenga el Cáncer Antes de que Comience!

1600 Duke Street Suite 500 • Alexandria, VA 22314: • 703.836.4412 • Fax: 703.836.441 • www.PreventCancer.org