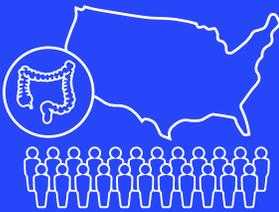


# Cáncer colorrectal: Detéctelo a tiempo y reduzca su riesgo.



El cáncer colorrectal es el tercer cáncer más común en los hombres y en las mujeres en los EE. UU. Las pruebas de detección del cáncer buscan cáncer en personas que no presentan signos ni síntomas. Cuando el cáncer colorrectal se encuentra temprano durante una prueba de detección, por lo general es más pequeño y podría ser más fácil de tratar.

## Estadísticas de cáncer colorrectal en los EE. UU.



Aunque las tasas generales de cáncer colorrectal han disminuido en los últimos 10 años, las tasas en las personas menores de 50 años han **aumentado en aproximadamente un 2% cada año.**



**1 en 5**

casos de cáncer colorrectal ahora se presentan en personas menores de 55 años.



**1 en 3**

personas que padecen cáncer colorrectal tienen antecedentes familiares. También tienen más probabilidades de padecer cáncer colorrectal a una edad más temprana.



**1 en 5**

personas de 45 a 49 años están al día en sus pruebas para la detección del cáncer colorrectal, menos que cualquier otro grupo de edad.

## ¿Quién desarrolla cáncer colorrectal?

Cualquier persona puede padecer cáncer colorrectal; sin embargo, algunas personas tienen mayor riesgo que otras.



**Ciertas afecciones de salud pueden aumentar el riesgo.**

- Las personas con antecedentes personales o familiares de cáncer colorrectal o pólipos
- Las personas con enfermedad inflamatoria intestinal (colitis ulcerativa y Enfermedad de Crohn)
- Las personas con cambios genéticos hereditarios, tales como el síndrome de Lynch o la poliposis adenomatosa familiar (PAF)
- Las personas con diabetes tipo 2



**Ciertas comunidades tienen un mayor riesgo.**

- Los indios americanos y los nativos de Alaska tienen las tasas más altas de cáncer colorrectal en los EE. UU.
- Las personas de raza negra tienen las segundas tasas más altas de cáncer colorrectal y tienen más probabilidades de ser diagnosticadas más tarde, cuando el cáncer se ha propagado a otras partes del cuerpo.
- Las tasas de cáncer colorrectal son más altas en Virginia Occidental, Kentucky, Arkansas, Mississippi y Luisiana.



## ¿Se puede prevenir el cáncer colorrectal?

Todos deberían comenzar a realizarse pruebas periódicas para la detección del cáncer colorrectal a los 45 años\*.

### Pruebas en heces



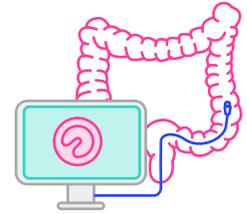
#### Acerca de las pruebas en heces

- Se pueden hacer en casa
- Tienen un bajo costo
- No requieren preparación intestinal ni sedación
- Deben realizarse con más frecuencia que las pruebas visuales
- Necesitará una colonoscopia si la prueba es anormal
- Pueden pasar por alto muchos pólipos y algunos cánceres

#### Opciones de pruebas en heces

- Prueba de sangre oculta en heces con guayacol (gFOBT, siglas en inglés) **cada año** o
- Prueba inmunoquímica fecal (FIT, siglas en inglés) **cada año** o
- Prueba multidiagnóstica de ADN en heces (MT-sDNA, siglas en inglés) **cada tres años**

### Pruebas de examen visual



#### Acerca de las pruebas de examen visual

- Se realizan en el consultorio médico o en el centro de salud
- Requieren preparación intestinal
- Sólo una colonoscopia puede extirpar y examinar los pólipos
- Cualquier prueba que no sea una colonoscopia requerirá una colonoscopia si la prueba es anormal.

#### Opciones de pruebas de examen visual

- Colonoscopia **cada 10 años** o
- Colonografía por tomografía computarizada (CT) (colonoscopia virtual) **cada 5 años** o
- Sigmoidoscopia flexible **cada 5 años**

\*Si usted presenta un riesgo alto de padecer cáncer colorrectal basado en los antecedentes familiares u otros factores, es posible que necesite comenzar las pruebas de detección antes de los 45 años, realizarse las pruebas con mayor frecuencia o realizarse pruebas específicas.

Existen algunas diferencias entre estas pruebas a considerar, pero **lo más importante es realizarse la prueba, independientemente de la prueba que elija.**

### Más de la mitad de todos los cánceres colorrectales están relacionados con la inactividad física, la mala nutrición, el exceso de peso corporal, el tabaco y el alcohol.



- Coma más frutas, verduras y granos enteros.
- Limite o evite las carnes rojas y procesadas, las bebidas azucaradas y los granos refinados.
- Haga la mayor actividad física que pueda.
- Llegue a un rango de peso saludable.
- No consuma tabaco y evite el humo de segunda mano.
- Limite o evite el consumo de alcohol.

