



# Hablar sobre el cáncer de colon puede salvarle la vida:

Una guía para la conversación



Esta guía puede ser de ayuda a la hora de hablar con su proveedor de atención de salud y sus seres queridos sobre las pruebas de detección del cáncer de colon (también conocido como cáncer colorrectal), y elaborar el mejor plan para usted. Esto podría salvar su vida o la de un ser querido.

Siga leyendo para saber cómo preguntar sobre:

- **Cuándo hacerse la prueba de detección** (Página 3)
- **Sus opciones de pruebas de detección del cáncer de colon** (Página 6)
- **Los obstáculos para acceder a las pruebas de detección** (Página 7)
- **Qué hacer si tiene síntomas** (Página 9)

# 1. Cuándo hacerse la prueba de detección



Cualquier persona puede padecer cáncer de colon. La mayoría de las personas deberían hacerse la prueba de detección por primera vez a los 45 años y continuar con las pruebas al menos hasta los 75 años. Las personas con mayor probabilidad de padecer cáncer de colon podrían tener que empezar a someterse a pruebas de detección antes de los 45 años.

El momento para comenzar las pruebas de detección depende de su historial médico y del historial médico de su familia. Comparta esta información con su proveedor y pregunte:

- Cuándo comenzar las pruebas de detección del cáncer de colon
- Qué prueba debería realizarse
- Con qué frecuencia debe hacerse la prueba

## Conozca sus factores de riesgo personales

Algunas afecciones pueden aumentar la probabilidad de desarrollar cáncer de colon. Informe a su proveedor si tiene o ha tenido:

- Cáncer de colon o recto
- Pólipos en el colon o el recto
- Colitis ulcerosa o enfermedad de Crohn
- Un síndrome hereditario como poliposis adenomatosa familiar (FAP, por sus siglas en inglés) o síndrome de Lynch
- Fibrosis quística
- Cualquier otro tipo de cáncer

Un **pólipo** es una pequeña protuberancia o un crecimiento en el colon. La mayoría de los pólipos no son cancerosos, pero algunos pueden convertirse en cáncer.



## Hable con su familia

A veces, el cáncer de colon puede ser hereditario, lo que puede afectar la frecuencia con la que debe hacerse la prueba de detección. Informe a su proveedor si alguien de su familia tiene o ha tenido:

- Cáncer de colon o recto
- Cualquier otro tipo de cáncer
- Pólipos en el colon o el recto
- Un síndrome hereditario como FAP o síndrome de Lynch

Hable con familiares con quienes comparte lazos de sangre (no por matrimonio o adopción) para obtener información sobre el historial médico de su familia. También comparta con su familia su propio historial médico. Esto puede ayudar a toda su familia a planificar las pruebas de detección del cáncer de colon.

No se preocupe si no puede obtener todos los detalles. Averigüe lo que pueda. **Estos son algunos ejemplos de preguntas que puede hacer e información que puede compartir con su familia:**

“¿Tú o papá alguna vez se hicieron una colonoscopia?  
¿Les detectaron algún pólipo?”

“¿Qué tipo de cáncer tuvo mi tía? ¿Recuerdas qué edad tenía ella en ese entonces?”

“Me hice una colonoscopia la semana pasada. Me extrajeron dos pólipos que podrían haberse convertido en cáncer”.

Concéntrese en familiares cercanos, como padres, hermanos e hijos. También es útil tener información sobre abuelos y nietos, tías y tíos, y sobrinas y sobrinos.

Anote la información que obtenga en las siguientes secciones para compartirla con su proveedor:

### Cáncer de colon o recto:

¿Qué familiar era?

¿Qué edad tenía cuando se enteró?

---

---

---

---

---

---

---

---

### Los pólipos en el colon o en el recto:

¿Qué familiar era?

¿Qué edad tenía cuando se enteró?

¿Tenía un pólipo precanceroso (sí, no o no está seguro)?\*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

\* Si puede obtener más detalles o una copia del informe de colonoscopia de su familiar, ayudará a su proveedor a determinar qué recomendaciones hacer.

### Otros tipos de cáncer:

¿Qué familiar era?

¿Qué edad tenía cuando se enteró?

¿Qué tipo de cáncer?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 2. Pregunte sobre sus opciones de pruebas de detección del cáncer de colon



Existen varias opciones para la detección del cáncer de colon. Las más comunes son la colonoscopia y los diferentes tipos de pruebas fecales. Su proveedor también puede ofrecer otras opciones. Todas las pruebas de detección lo ayudan a protegerse contra el cáncer de colon, pero funcionan de diferentes maneras. Puede que una opción le resulte más fácil o más adecuada para usted.

Si tiene mayor riesgo de desarrollar cáncer de colon, su proveedor puede recomendar la colonoscopia como la mejor opción.

Comprender cómo funciona cada prueba y cómo prepararse puede ayudarlo a tomar la mejor decisión. Puede preguntarle a su proveedor:

- Cómo funciona cada prueba
- Qué tan bien detecta pólipos y cáncer en etapas tempranas
- Qué preparación se necesita para cada prueba
- Con qué frecuencia debe realizarse
- Si la prueba tiene riesgos



## Ejemplos de preguntas para hacerle a su proveedor:

“¿Qué pruebas de detección puedo elegir?”

“Si el resultado no es normal, ¿qué sucede después?”

Comparta cualquier inquietud que tenga sobre las pruebas de detección con su proveedor. Pueden ayudarlo a sentirse a gusto con la prueba de detección que elija.

Para más información sobre las opciones de pruebas de detección, consulte la hoja informativa “Which Colon Cancer Screening Is Right for Me” (¿Qué prueba de detección del cáncer de colon es la adecuada para mí?) (disponible en [nyc.gov/health/coloncancer](http://nyc.gov/health/coloncancer)).



### 3. Pida ayuda para superar los obstáculos de acceso a las pruebas de detección



Informe a su proveedor acerca de cualquier obstáculo que podría evitar que se haga la prueba de detección. Puede que tenga una solución sobre la que usted no sabe. Por ejemplo, su proveedor puede ayudarlo a:

- Escribir una nota para su empleador que le permita tomar licencia por enfermedad para realizarse una colonoscopia.
- Ayudarlo a encontrar un proveedor cerca de su hogar.
- Colocar un recordatorio en su historial médico para ayudarlo a mantenerse al día con las pruebas de detección.
- Explicarle cómo encontrar pruebas gratuitas o de bajo costo.
- Explicarle qué opciones tiene si el resultado no es normal.

## Ejemplos de preguntas para hacerle a su proveedor:

**“Tengo miedo de saber que tengo cáncer. Si tengo cáncer, ¿puede tratarse?”**

**“La preparación para la colonoscopia parece complicada. ¿Podemos hablar sobre eso?”**

Si no tiene seguro médico o su seguro no cubre la prueba de detección, consulte la tarjeta de mano “How to Get Low- or No-Cost Colon Cancer Screening” (Cómo obtener una detección del cáncer de colon de bajo costo o gratuita) (disponible en [nyc.gov/health/coloncancer](http://nyc.gov/health/coloncancer)) o llame al 311.

**Cómo obtener una prueba de detección del cáncer de colon de bajo costo o gratuita**

Si no puede obtener un seguro médico o si su seguro médico no cubre la prueba de detección del cáncer de colon, puede hacer lo siguiente:

- Llame al 311 para comunicarse con una oficina de NYC Health + Hospitals y preguntar si usted califica para la prueba de detección de bajo costo o gratuita.
- Llame al Programa de Servicios para el Cáncer del Estado de Nueva York al 866-462-2222 o visite [health.ny.gov/diseases/cancer/services](http://health.ny.gov/diseases/cancer/services).

**Ayuda para obtener un seguro médico**

Para obtener ayuda para encontrar cobertura de atención de salud asequible, visite [nyc.gov/healthcoverage](http://nyc.gov/healthcoverage) o llame al 311.

**Asistencia con el transporte**

Si tiene New York Medicaid, es posible que pueda acceder a transporte de no lucro como transporte a un centro de atención de salud, incluida la prueba de detección del cáncer. Para más información, llame a la Administración de Transporte de Medicaid al 844-665-6270 o visite [medicaidnyc.com](http://medicaidnyc.com).

Para más información, visite [nyc.gov/health/coloncancer](http://nyc.gov/health/coloncancer).

**NYC**

Hablar con sus seres queridos también puede ayudar a encontrar soluciones para superar las barreras que dificultan hacerse la prueba. Tal vez quiera:

- Compartir su experiencia con las pruebas de detección.
- Explicar cómo es realizar cada prueba de detección.
- Pedir u ofrecer ayuda con el cuidado infantil, transporte u otro apoyo a un ser querido que se realizará una colonoscopia.

## Ejemplos de preguntas para hacerle a sus seres queridos:

**“¿Cómo te resultó la preparación intestinal para la colonoscopia?”**

**“¿Fue fácil hacer la prueba fecal?”**

**“No tengo a nadie que me recoja luego de la colonoscopia. ¿Tendrías tiempo de acompañarme y asegurarte de que llegue bien de vuelta a casa?”**

## 4. Pregunte qué hacer si tiene síntomas



**Acuda a su proveedor si presenta alguno de estos síntomas. No espere hasta su próxima prueba de detección.** Estos síntomas no siempre significan que tenga cáncer. Su proveedor puede ser de ayuda para descubrir qué es lo que está mal. Si se detecta cáncer, comenzar el tratamiento lo antes posible ofrece mayores probabilidades de recuperación.

- Sangre en las heces o en el inodoro después de defecar
- Heces de color rojo oscuro o negro
- Diarrea o estreñimiento que no desaparecen
- Cambio en la forma de las heces
- Sensación de evacuación incompleta
- Dolor en el abdomen que sigue apareciendo o que no se alivia
- Pérdida de apetito o pérdida de peso injustificada
- Sensación de cansancio o debilidad sin explicación



**Ejemplos que podría compartir con su proveedor:**

**“Durante el último mes,  
tuve muchas dificultades  
con el estreñimiento”.**

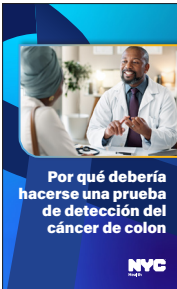
**“Siento que no logro  
evacuar completamente”.**

**“Debido a este dolor, he  
tenido dificultades para  
concentrarme en el trabajo”.**

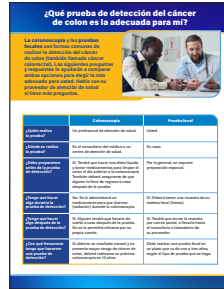


# Recursos

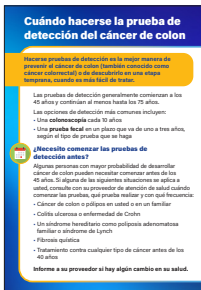
Solicite a su proveedor estos materiales o descárguelos en [nyc.gov/health/coloncancer](http://nyc.gov/health/coloncancer).



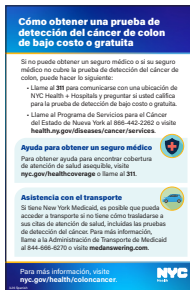
Folleto "Why You Should Get Screened for Colon Cancer Brochure" (Por qué debería hacerse una prueba de detección del cáncer de colon)



Hoja informativa "Which Colon Cancer Screening Is Right for Me" (¿Qué prueba de detección del cáncer de colon es la adecuada para mí?)



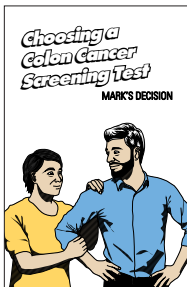
Tarjeta de mano "When to Get Screened for Colon Cancer Palm Card" (Cuándo hacerse la prueba de detección del cáncer de colon)



Tarjeta de mano "How to Get Low- or No-Cost Colon Cancer Screening" (Cómo obtener una detección del cáncer de colon de bajo costo o gratuita)



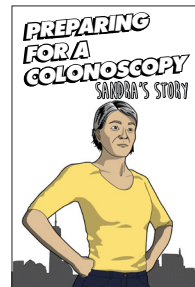
Hoja informativa "Ten Ways to Lower Your Cancer Risk" (Diez maneras de reducir el riesgo de cáncer)



"Choosing a Colon Cancer Screening Test: Mark's Decision" (Elección de una prueba de detección del cáncer de colon: La decisión de Mark)



Relato "How to Do an At-Home Colon Cancer Test" (Cómo hacer una prueba de detección del cáncer de colon en casa)



"Preparing for a Colonoscopy: Sandra's Story" (Preparación para una colonoscopia: La historia de Sandra)



Para más información, visite  
[nyc.gov/health/coloncancer](https://nyc.gov/health/coloncancer).

