

Elección de una prueba de detección del cáncer de colon

LA DECISIÓN DE MARK



Hágase la prueba de detección del cáncer de colon.

El cáncer colorrectal, también llamado "cáncer de colon", es una de las principales causas de muerte por cáncer de la ciudad de Nueva York. Hacerse pruebas de detección frecuentes puede ayudar a prevenir este tipo de cáncer o a detectarlo temprano, cuando es más fácil de tratar.

Los casos de cáncer de colon han aumentado en personas de menos de 50 años. Las personas sin factores de riesgo deben comenzar con los controles a los 45 años. Si tiene factores de riesgo, como un familiar cercano con cáncer de colon, es posible que deba realizarse pruebas de detección en forma temprana o con mayor regularidad.

Hable sobre su riesgo con su proveedor de atención de salud para determinar cuándo y con qué frecuencia debe hacerse la prueba. Es mejor conocer sus riesgos más temprano que tarde. Tener factores de riesgo no necesariamente significa que tendrá cáncer de colon, y no tenerlos no significa que no contraerá la enfermedad.

Existen diferentes pruebas de detección del cáncer de colon. Las pruebas de detección en heces pueden detectar, en una muestra de heces (materia fecal), sangre o cambios en los genes (ADN) que pueden ser signos de cáncer de colon. Las opciones de pruebas de detección incluyen las siguientes:

- Prueba inmunoquímica fecal (FIT, por sus siglas en inglés), que detecta sangre. Se recomienda realizar una prueba FIT todos los años.
- Prueba de alta sensibilidad a base de guayacol para detectar sangre oculta en heces (HSgFOBT, por sus siglas en inglés), que detecta sangre. Se recomienda realizar una prueba HSgFOBT todos los años.
- Prueba de detección de ADN multiobjetivo en heces (FIT-ADN), que detecta sangre y cambios en genes (ADN) que podrían ser signos de cáncer. Se recomienda realizar una prueba FIT-DNA cada tres años.
- Colonoscopia. Es un examen visual con una cámara especial que le permite al proveedor de atención de salud observar en forma directa el colon y, durante el examen, sacar los pólipos que encuentre. La colonoscopia se hace cada 10 años, o con

mayor frecuencia, dependiendo de su riesgo y lo que se vea en el examen. Después de una prueba en heces con resultado positivo, debe hacerse seguimiento con una colonoscopia.

Para obtener más información, visite [nyc.gov/health/coloncancer](https://www.nyc.gov/health/coloncancer). Visite bit.ly/colonoscopy-prep-video para ver un video con información detallada sobre la preparación para una colonoscopia.

Hable con su proveedor de atención de salud y su familia.

Esta novela gráfica se elaboró para ayudar a iniciar la conversación con su proveedor y su familia sobre las opciones de pruebas de detección para la prevención del cáncer de colon. Mark se ayuda a sí mismo y a su familia a prevenir el cáncer de colon, y usted puede hacer lo mismo por usted y por su familia. Al leer esta historia familiar, aprenderá lo siguiente:

- Cómo hablar sobre la detección y la prevención del cáncer de colon con su proveedor.
- Qué esperar de las pruebas en heces y de la colonoscopia.

Hable sobre su riesgo, los métodos de detección y la frecuencia de las pruebas con su proveedor y su familia.

Aprenda a reconocer posibles síntomas de cáncer de colon.

La sangre en las heces es un posible signo de cáncer de colon. El cáncer de colon puede provocar dolor de estómago o en el recto que no desaparece, o estreñimiento o diarrea que no mejora. La pérdida de peso no deseada es otro posible signo. Estos síntomas también pueden ser consecuencia de otras afecciones que no sean cáncer de colon, pero es muy importante consultar a un proveedor de atención de salud si presenta estos síntomas.

**CONSULTORIO DEL PROVEEDOR
DE ATENCIÓN DE SALUD**



**¡HOLA, MARK!
¿CÓMO ESTÁ?**

**ESTOY MUY BIEN.
ACABO DE CUMPLIR
47 AÑOS.**





**¡OH, FELIZ
CUMPLEAÑOS!
¿YA SE HA HECHO LA
PRUEBA DE DETECCIÓN
DEL CÁNCER DE COLON?**

No.

**PERO RECUERDO LA
EXPERIENCIA DE MI
MUJER, SANDRA, CON
LA COLONOSCOPIA.**

BUENO, ES MOMENTO DE QUE SE HAGA LA PRUEBA. EN LAS PRUEBAS DE DETECCIÓN DEL CÁNCER DE COLON SE DETECTA EL CÁNCER DE COLON O RECTAL Y LOS PÓLIPOS QUE PUEDEN CONVERTIRSE EN CÁNCER.

SACAR ESTOS PÓLIPOS PUEDE PREVENIR EL CÁNCER.

MUY BIEN. ENTONCES, ¿PROGRAMAMOS UNA CITA PARA UNA COLONOSCOPIA?

LA COLONOSCOPIA ES UNO DE LOS MÉTODOS DE DETECCIÓN. SE OBSERVAN DIRECTAMENTE EL COLON Y EL RECTO, Y PODEMOS SACAR PÓLIPOS Y CUALQUIER OTRA COSA QUE PUEDA CONVERTIRSE EN CÁNCER.





YA VEO. ¿CUÁLES SON LOS OTROS MÉTODOS O PRUEBAS DE DETECCIÓN QUE PUEDO HACER?



OTRA OPCIÓN ES UNA PRUEBA EN HECES, QUE LLAMAMOS FIT. PARA LA QUE USTED TOMA UNA PEQUEÑA MUESTRA DE HECES, ES DECIR, MATERIA FECAL, Y LA ENVÍA. EL LABORATORIO LA ANALIZA PARA DETECTAR SANGRE, QUE PUEDE SER UN SIGNO DE CÁNCER.

¿SE PUEDE ENVIAR HECES POR CORREO?



¡Sí! LAS PRUEBAS EN HECES SON UNA MUY BUENA OPCIÓN PARA LAS PERSONAS CON UN RIESGO MEDIO DE CÁNCER DE COLON.

¿QUÉ PRUEBA ES MEJOR?

DEPENDE. AMBAS SON EFICACES PARA DETECTAR CÁNCER, Y ESTÁ DEMOSTRADO QUE PUEDEN SALVAR VIDAS. LA PRUEBA FIT ES MÁS SENCILLA DE HACER, PERO ES NECESARIO HACERLA TODOS LOS AÑOS.

LA COLONOSCOPIA REQUIERE MÁS PREPARACIÓN Y ANESTESIA, PERO PARA LA MAYORÍA DE LAS PERSONAS, NO ES NECESARIO HACERLA TAN SEGUIDO. TAMBIÉN ES POSIBLE SACAR PÓLIPOS DURANTE LA COLONOSCOPIA.



¿MI SEGURO MÉDICO CUBRIRÁ ESTAS PRUEBAS?

TANTO LA PRUEBA EN HECES COMO LA COLONOSCOPIA ESTÁN CUBIERTAS POR CASI TODOS LOS PLANES DE SEGURO MÉDICO.*



SANDRA TUYO QUE SEGUIR UNA DIETA ESPECIAL Y TOMAR MEDICAMENTOS EL DÍA ANTES DE LA COLONOSCOPIA. NO ESTOY SEGURO DE ESTAR PREPARADO PARA ESO. ¿PUEDO HACER LA PRUEBA FIT PRIMERO?

* La mayoría de los planes de seguro médico, incluidos Medicaid y Medicare, cubren las pruebas de detección del cáncer de colon. Sin embargo, la cobertura puede variar. Consulte a su proveedor de atención de salud y a la empresa aseguradora acerca de la cobertura antes de realizarse la prueba de detección. Si no tiene seguro médico, es posible que sea elegible para inscribirse en una cobertura de bajo costo o gratuita. Llame al 311 para recibir asistencia gratuita para inscribirse.

¡CLARO!

**LE HARÉ ALGUNAS PREGUNTAS:
¿ALGÚN FAMILIAR CERCANO TUYO
CÁNCER DE COLON O PÓLIPOS, O
ALGUNA AFECCIÓN GENÉTICA, COMO
EL SÍNDROME DE LYNCH?**

No.

**¿HA TENIDO
RECIENTEMENTE PÉRDIDA
DE PESO NO INTENCIONAL,
O DOLOR, SANGRE O CAMBIOS
EN LAS HECES, COMO DIARREA
O ESTREÑIMIENTO?**

**NO QUE
RECUERDE.**

EXCELENTE.

**LE PEDIRÉ AL ENFERMERO QUE
LE DÉ UNA PRUEBA FIT PARA
QUE SE LLEVE A CASA. ÉL LE
EXPLICARÁ CÓMO HACERLA.**



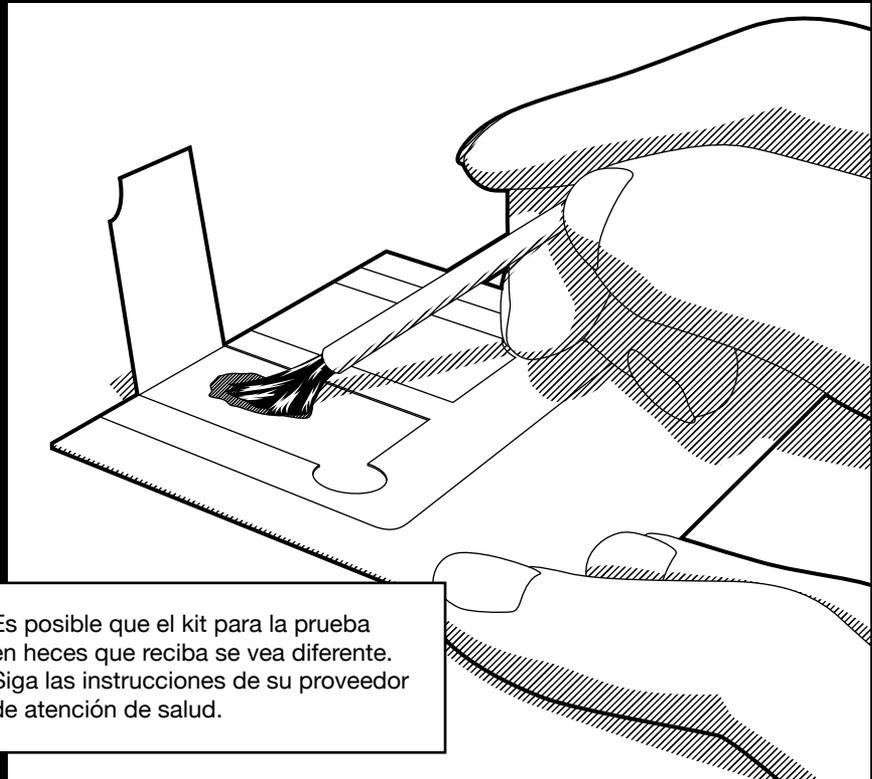
**¡HOLA, MARK!
ES UN PLACER
CONOCERLO.**

**ESTA ES SU PRUEBA FIT.
ES MUY SIMPLE: TIENE QUE USAR ESTE
BASTONCILLO PARA RECOGER UNA PEQUEÑA
CANTIDAD DE MATERIA FECAL, COLOCARLA
EN LA PARTE SEÑALADA EN LA TARJETA
DE LA PRUEBA, SELLARLA Y ENVIARLA POR
CORREO. TENDRÁ QUE HACER ESTA PRUEBA
UNA VEZ AL AÑO.**

**¿TIENE ALGUNA
PREGUNTA?**

**CREO QUE
ENTENDÍ TODO.
¡GRACIAS!**

MÁS TARDE ESE DÍA



Es posible que el kit para la prueba en heces que reciba se vea diferente. Siga las instrucciones de su proveedor de atención de salud.

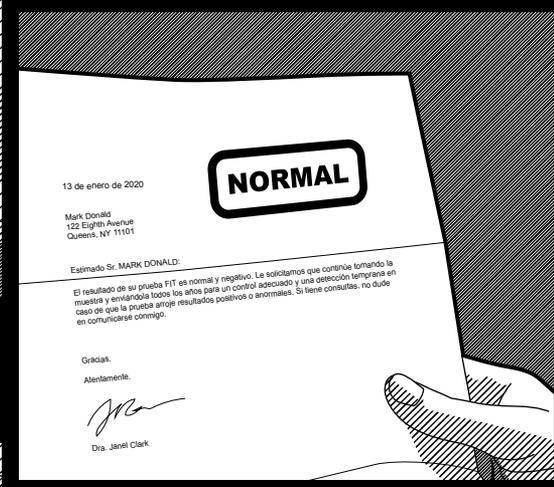


**¡HOLA, ANDREW!
ESTABA POR SALIR
PARA ENVIAR POR
CORREO ESTA
PRUEBA FIT.**

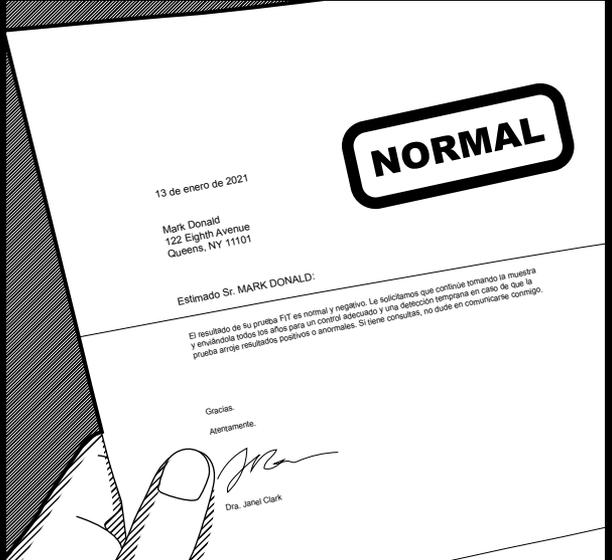
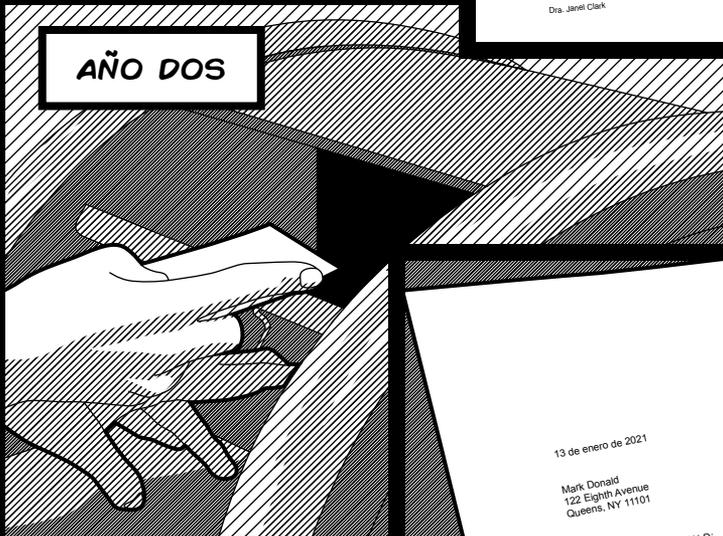


**PAPÁ, ESPERA. ¿UNA
PRUEBA FIT DE DETECCIÓN
DEL CÁNCER DE COLON? ESTOY MUY
ORGULLOSO DE QUE SEAS PRECAVIDO
EN CUESTIONES DE SALUD.**

AÑO UNO



AÑO DOS



AÑO TRES



HOLA, DOCTORA CLARK.

ESPERE... ¿EL
RESULTADO DE MI
FIT ES ANORMAL?





**INTENTE NO PREOCUPARSE, MARK.
UN RESULTADO ANORMAL DE LA PRUEBA FIT NO
NECESARIAMENTE SIGNIFICA QUE TENGA CÁNCER
DE COLON, PERO TENDRÁ QUE HACERSE UNA
COLONOSCOPIA PARA ESTAR SEGUROS.**



**MUY BIEN.
LO HARÉ.**



**ESTOY MUY NERVIOSO
TODAVÍA. DEBERÍA
HABLAR CON SANDRA
SOBRE SU EXPERIENCIA
CON LA COLONOSCOPIA.
TAL VEZ ESO ME AYUDE.**



LA COLONOSCOPIA NO ES TAN MALA COMO CREES, PERO ES IMPORTANTE HACER LA PREPARACIÓN INTESTINAL.

HAY QUE SEGUIR UNA DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS EL DÍA ANTES, ¿VERDAD?

SÍ, Y RECORDAR BEBER TODA LA SOLUCIÓN ESPECIAL DE PREPARACIÓN INTESTINAL QUE EL MÉDICO TE INDIQUE, Y SEGUIR LAS INSTRUCCIONES AL PIE DE LA LETRA.



ES NECESARIO QUE EL COLON ESTÉ LIMPIO PARA QUE EL MÉDICO PUEDA VERLO BIEN. Y, POR SUPUESTO, YO TE LLEVARÉ A CASA DESPUÉS DE LA COLONOSCOPIA.

GRACIAS POR APOYARME SIEMPRE.

EL DÍA ANTES DE LA COLONOSCOPIA DE MARK



MMM... NO SABE
TAN MAL.



EL DÍA DE LA COLONOSCOPIA



¿ESTÁS BIEN?

UN POCO NERVIOSO.
¿SENTIRÉ MOLESTIAS?

SINCERAMENTE,
NO RECUERDO NADA DE LA
COLONOSCOPIA, SOLO LA
PREPARACIÓN. ESTARÁS BIEN.



¡HOLA, MARK! QUÉ BUENO QUE ESTÉ AQUÍ. ¿ESTÁ LISTO PARA LA COLONOSCOPIA?

SÍ. SOLO BEBÍ LÍQUIDOS CLAROS AYER. TERMINÉ DE BEBER LA SOLUCIÓN DE PREPARACIÓN INTESTINAL Y NO COMÍ NADA HOY.

¡MUY BIEN! ASÍ, EL MÉDICO PODRÁ VER CON CLARIDAD EL RECTO Y EL COLÓN.

EL MÉDICO LE INTRODUCIRÁ UN PEQUEÑO TUBO, DE ALREDEDOR DE MEDIA PULGADA DE DIÁMETRO, EN EL RECTO. EL TUBO TIENE UNA LUZ Y UNA CÁMARA EN UN EXTREMO. NO DEBERÍA DOLER.



GRACIAS. CREO QUE YA ESTOY LISTO PARA ENTRAR.

MUY BIEN. YAMOS A LA SALA DEL PROCEDIMIENTO, ENTONCES.



¡ESTOY TAN CONTENTA DE QUE MARK ESTÉ CUIDANDO SU SALUD!



ESCUCHÉ QUE LE FUE MUY BIEN CON LA PREPARACIÓN INTestinal. SEGURO PODREMOS VER EL COLON LIMPIO.



LE DARÉ UN MEDICAMENTO PARA RELAJARSE. LE DARÁ SUEÑO. ¿ESTÁ LISTO PARA EL PROCEDIMIENTO?

ESTOY LISTO.

DESPUÉS DEL EXAMEN

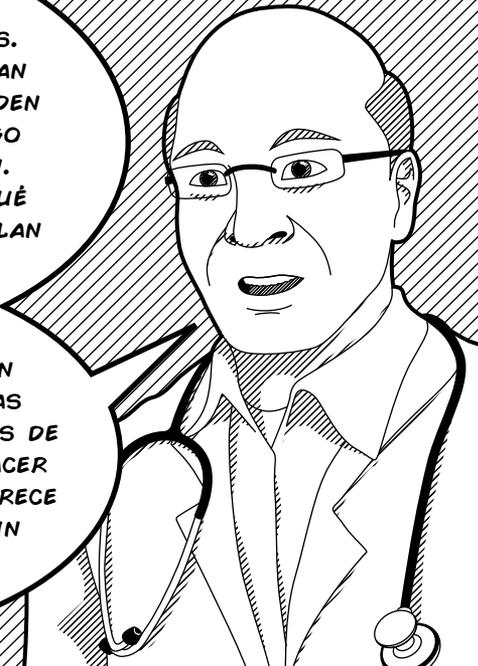


HOLA, MARK. TENGO BUENAS NOTICIAS. NO ENCONTRAMOS NADA ANORMAL EN EL COLON.

¡QUÉ BUENO! ¿SIGNIFICA QUE YA TERMINÉ POR COMPLETO CON LAS PRUEBAS DE DETECCIÓN?

ES IMPORTANTE QUE SIGA HACIÉNDOSE PRUEBAS DE DETECCIÓN PORQUE EL CÁNCER PUEDE APARECER MÁS ADELANTE. EL RIESGO AUMENTA A MEDIDA QUE LA EDAD AVANZA. VOLVEREMOS AL CRONOGRAMA HABITUAL DE PRUEBAS DE DETECCIÓN.

QUÉ ALIVIO. ¿QUÉ MÁS PUEDO HACER PARA DISMINUIR MI RIESGO DE TENER CÁNCER?



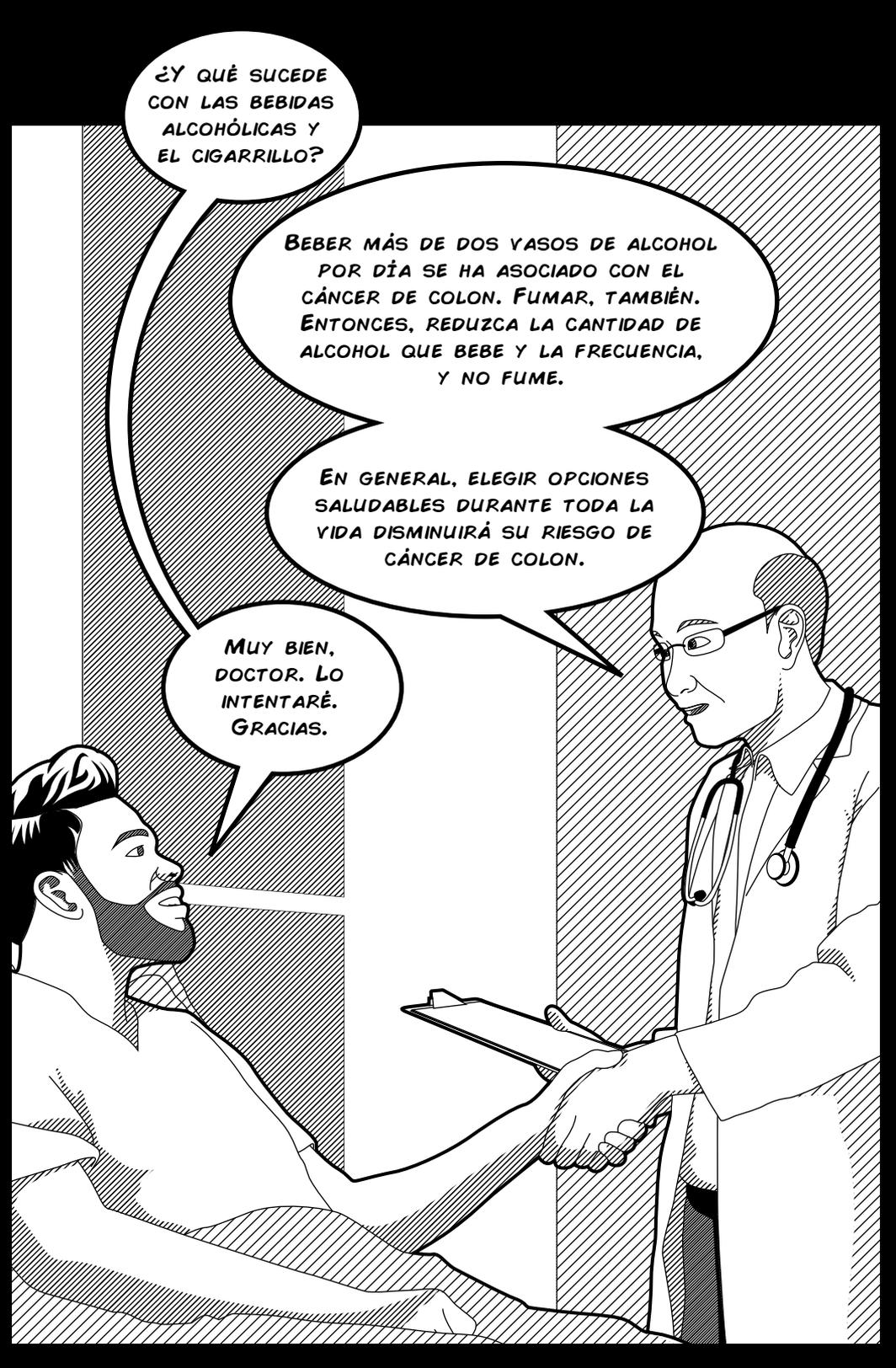
TOME DECISIONES SALUDABLES. LAS INVESTIGACIONES MUESTRAN QUE ALGUNAS CONDUCTAS PUEDEN ESTAR ASOCIADAS A UN RIESGO MENOR DE CÁNCER DE COLON. NO SIEMPRE SABEMOS POR QUÉ ALGUNAS PERSONAS DESARROLLAN CÁNCER Y OTRAS NO.

LAS PERSONAS QUE COMEN MENOS CARNES PROCESADAS TIENEN MENOS PROBABILIDADES DE TENER CÁNCER DE COLON. HACER ACTIVIDAD FÍSICA TAMBIÉN PARECE ESTAR RELACIONADO CON UN RIESGO MENOR.



LAS CARNES PROCESADAS INCLUYEN LOS FIAMBRES, EL TOCINO Y LAS SALCHICHAS, ¿NO?

EXACTO.



**¿Y QUÉ SUCEDE
CON LAS BEBIDAS
ALCOHÓLICAS Y
EL CIGARRILLO?**

**BEBER MÁS DE DOS VASOS DE ALCOHOL
POR DÍA SE HA ASOCIADO CON EL
CÁNCER DE COLON. FUMAR, TAMBIÉN.
ENTONCES, REDUZCA LA CANTIDAD DE
ALCOHOL QUE BEBE Y LA FRECUENCIA,
Y NO FUME.**

**EN GENERAL, ELEGIR OPCIONES
SALUDABLES DURANTE TODA LA
VIDA DISMINUIRÁ SU RIESGO DE
CÁNCER DE COLON.**

**MUY BIEN,
DOCTOR. LO
INTENTARÉ.
GRACIAS.**



SOLO NECESITO SEGUIR
CON LAS PRUEBAS DE
DETECCIÓN Y TENER
UN ESTILO DE VIDA
SALUDABLE PARA REDUCIR
MI RIESGO DE TENER
CÁNCER DE COLON.

¿CÓMO LO
HARÁS?

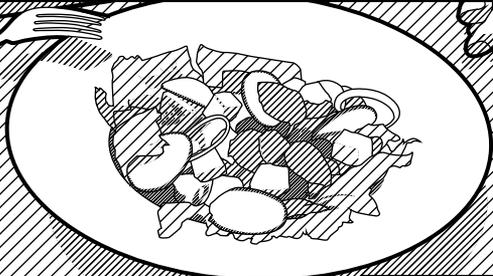


MI PROVEEDOR DE ATENCIÓN DE SALUD ME SUGIRIÓ QUE COMA SALUDABLE Y QUE DISMINUYA LA CANTIDAD DE CARNES PROCESADAS. TENGO QUE HACER ACTIVIDAD FÍSICA, BEBER MENOS ALCOHOL Y NO FUMAR. ES IMPORTANTE HACERME PUNTUALMENTE LA PRÓXIMA PRUEBA DE DETECCIÓN.

¡HAREMOS ESTOS CAMBIOS JUNTOS! MARK, NO ESTARÁS SOLO.

ERES LA MEJOR.

MÁS TARDE ESA NOCHE. SALIDA
A CENAR CON LA FAMILIA



¿LE GUSTARÍA
UN POCO DE VINO,
SEÑOR?

NO,
GRACIAS.

ESPERA,
¿NO TOMARÁS
VINO, MARK?

NO, ME HICE UNA
PRUEBA DE DETECCIÓN
DEL CÁNCER DE COLON
HACE POCO.

EL RESULTADO FUE
NEGATIVO, PERO EL PROVEEDOR
DE ATENCIÓN DE SALUD ME HIZO
ALGUNAS SUGERENCIAS SOBRE
UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE.



SOY TU HERMANO, Y ME IMPORTA TU SALUD. AMBOS DEBERÍAN EMPEZAR A HABLAR SOBRE LA DETECCIÓN DEL CÁNCER DE COLON CON SU PROVEEDOR DE SALUD.



SOMOS CASI DE LA MISMA EDAD. ASÍ QUE MEJOR TEMPRANO QUE TARDE.



¿QUÉ PRUEBA DE DETECCIÓN TE HICISTE?



HICE LA PRUEBA DE DETECCIÓN EN HECEAS DURANTE TRES AÑOS. ES RÁPIDO Y FÁCIL. ESTE AÑO, EL RESULTADO FUE ANORMAL, POR ESO, ME HICIERON UNA COLONOSCOPIA DE SEGUIMIENTO.

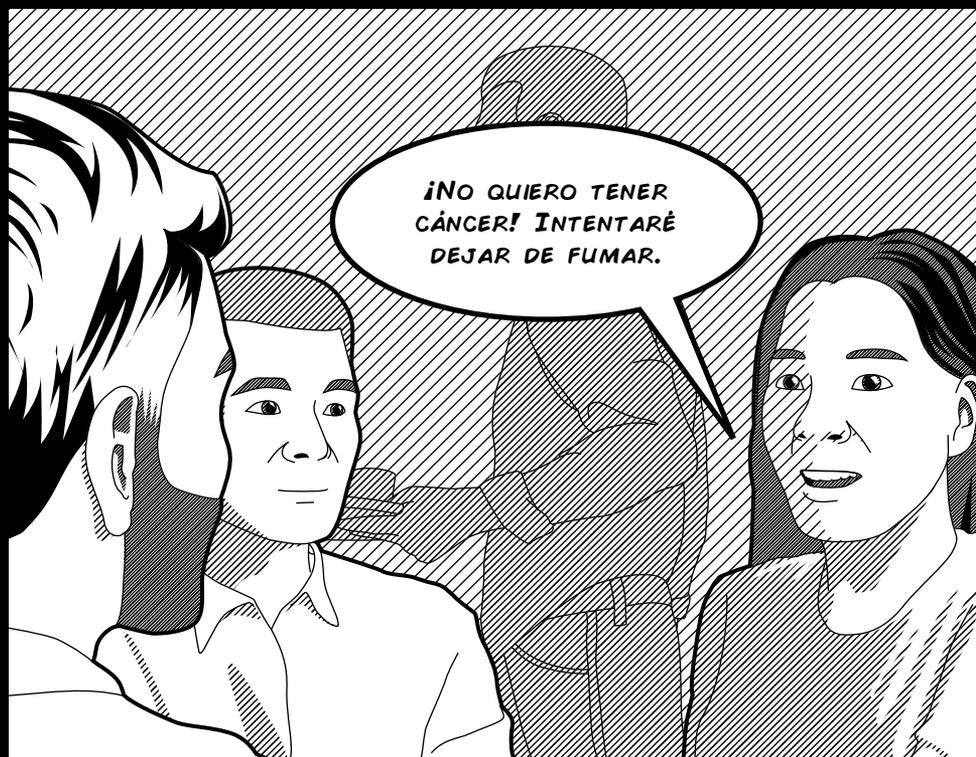


¿QUÉ TE RECOMENDÓ EL PROVEEDOR DE ATENCIÓN DE SALUD PARA UNA VIDA SALUDABLE?



COMENZAR CON UNA DIETA
SALUDABLE Y ACTIVIDAD
FÍSICA REGULAR.
LIMITAR EL CONSUMO DE
ALCOHOL Y NO FUMAR.

LO MÁS
IMPORTANTE ES
HACERSE LAS PRUEBAS
DE DETECCIÓN.



¡NO QUIERO TENER
CÁNCER! INTENTARÉ
DEJAR DE FUMAR.



ANDREW, RECUERDA
HACERTE UNA PRUEBA DE
DETECCIÓN DEL CÁNCER
DE COLON CUANDO
EL PROVEEDOR TE
LO RECOMIENDE.

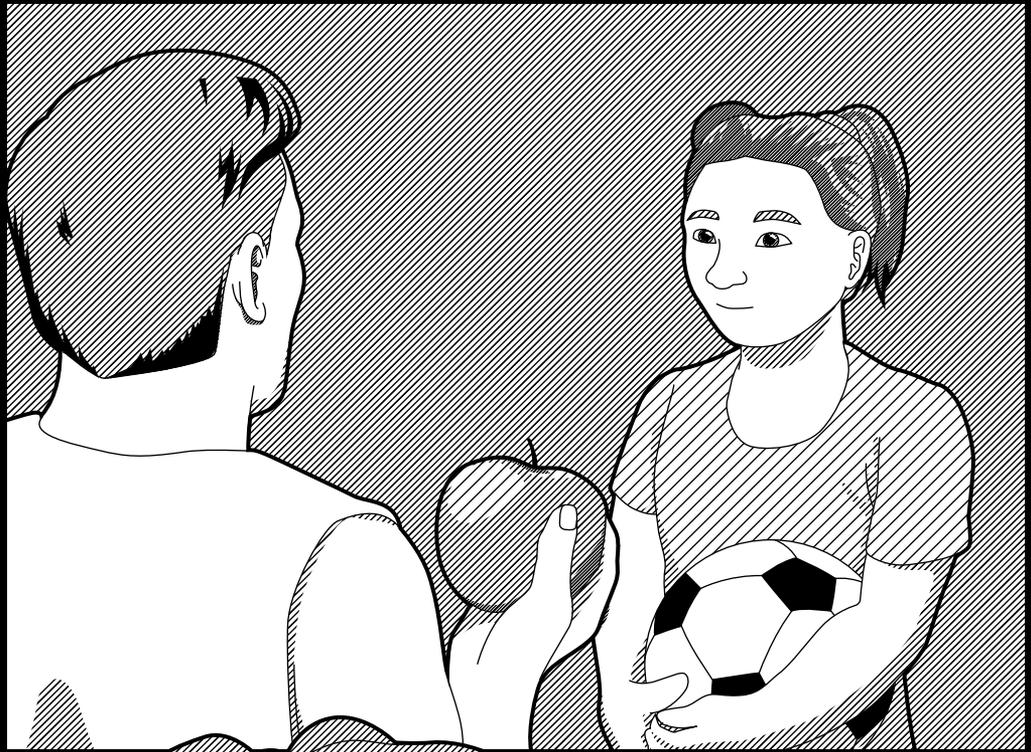
LO HARÉ,
PAPÁ.

PAREMOS ALLÍ
Y DESCANSEMOS.



LILY,
¿QUIERES
COMER ALGO?

¡SI!





GRACIAS POR HACER
EJERCICIO CONMIGO,
ANDREW. ME ALEGRA
QUE ESTÉS CUIDANDO
TU SALUD.

GRACIAS POR ANIMARME
A HACERME LA PRUEBA DE
DETECCIÓN. JUNTOS VAMOS
A REDUCIR TU RIESGO DE
CÁNCER DE COLON.

Datos sobre el riesgo de cáncer de colon

Los factores de riesgo del cáncer de colon incluyen los siguientes:

- La edad: alrededor del 90 % de los casos ocurren en personas de 50 años o más*.
- Tener antecedentes personales o familiares de cáncer de colon o pólipos adenomatosos.
- Tener un síndrome hereditario, como el síndrome de Lynch o poliposis adenomatosa familiar (FAP, por sus siglas en inglés).

Estos cambios en el estilo de vida pueden disminuir su riesgo de cáncer de colon:

- Bajar de peso si tiene sobrepeso u obesidad.
- Aumentar la actividad física: pase menos tiempo sentado y muévase más.
- Comer menos carnes procesadas y más frutas y verduras.
- Beber menos bebidas alcohólicas.
- Dejar de fumar o fumar menos. Si necesita ayuda para dejar de fumar o vapear, llame al 866-697-8487.

Hable hoy con su proveedor de atención de salud sobre los riesgos y las pruebas de detección del cáncer de colon.

Para obtener más información, visite nyc.gov/health/coloncancer. Para ver otras historias sobre estudios de detección, haga clic en **La historia de Sandra y Cómo hacerse una prueba de detección del cáncer de colon en casa**.

////////////////////////////////////
* Las personas sin factores de riesgo deben comenzar con los controles a los 45 años, ya que han aumentado los casos en personas de menos de 50 años. Las personas con factores de riesgo deben comenzar a realizarse pruebas de detección incluso antes.

