

¿Qué sucede si no tengo un seguro de salud?



Para obtener ayuda para encontrar cobertura de seguro de salud, visite nyc.gov/healthcoverage o llame al **311**.

Para obtener ayuda para realizarse pruebas de detección del cáncer de colon de bajo costo o gratuitas:

- Llame al **311** para ponerse en contacto con una ubicación de NYC Health + Hospitals.
- Llame al Programa de Servicios contra el Cáncer del Estado de Nueva York al 866-442-2262 o visite health.ny.gov/diseases/cancer/services.

¿Qué más puedo hacer para protegerme del cáncer de colon?



He aquí algunas cosas que puede hacer para ayudar a mantener su colon saludable:

- Hacer actividad física.
- Comer frutas, verduras y granos integrales.
- Consumir menos carne procesada y carne roja (como fiambres, carnes ahumadas, salchichas y tocino).
- Beber menos alcohol.
- Si fuma, tratar de dejar ese hábito.



- Visite nyc.gov/nycquits si necesita ayuda para dejar de fumar, reducir el consumo o mantenerse libre de humo.



¿Cuáles son los síntomas del cáncer de colon?



Hable con 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

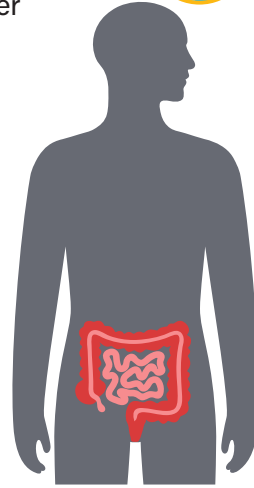


Por qué debería hacerse una prueba de detección del cáncer de colon

Para más información, visite nyc.gov/health/coloncancer.

¿Qué es el cáncer de colon?

El cáncer de colon (también llamado cáncer colorrectal) es el cáncer que comienza en el colon (intestino grueso) o en el recto. A menudo, comienza con pequeños crecimientos llamados pólipos, que se desarrollan lentamente durante años. La mayoría de los pólipos no son cancerosos, pero algunos pueden convertirse en cáncer. Una vez que un pólipo se vuelve canceroso, puede pasar más tiempo antes de que el cáncer cause una enfermedad. Para cuando aparecen los síntomas, el cáncer suele ser más difícil de tratar o curar.



¿Qué es una prueba de detección del cáncer de colon?

Una prueba de detección del cáncer de colon es una forma de examinar la salud de su colon, incluso antes de que aparezcan los síntomas. Es una manera de protegerse contra el cáncer de colon y puede salvarle la vida.

Las pruebas de detección del cáncer de colon tienen dos objetivos:

1. Detectar y eliminar pólipos antes de que se conviertan en cáncer.
2. Detectar el cáncer cuando todavía es pequeño o está en una etapa temprana, cuando hay mayores probabilidades de curación.

¿Quién debería hacerse la prueba de detección del cáncer de colon?

Cualquiera puede desarrollar cáncer de colon, por lo que **todo el mundo** debe hacerse las pruebas de detección.



¿Cuándo debo empezar a hacerme las pruebas de detección?

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 desarrollar cáncer de colon pueden necesitar comenzar antes de los 45 años.

Para saber cuándo comenzar, hable con su proveedor de atención de salud sobre sus **factores de riesgo** para el cáncer de colon.



Los factores de riesgo del cáncer de colon aumentan las probabilidades de que una persona presente cáncer de colon. Los factores de riesgo pueden influir en cuándo y con qué frecuencia debe hacerse las pruebas e incluyen:

- Cáncer de colon o pólipos en usted o en un familiar
- Colitis ulcerosa o enfermedad de Crohn
- Un síndrome hereditario como poliposis adenomatosa familiar o síndrome de Lynch
- Fibrosis quística
- Tratamiento contra cualquier tipo de cáncer antes de los 40 años

La diabetes tipo 2, el consumo de alcohol y el consumo de tabaco también son factores de riesgo de cáncer de colon.



¿Con qué frecuencia debo hacerme esa prueba?

La frecuencia para hacerse la prueba de detección del cáncer de colon depende del tipo de prueba que use:

- Debe hacerse una **colonoscopia** cada 10 años. Si tiene factores de riesgo, consulte con su proveedor si necesita realizarla con mayor frecuencia.
- Debe realizar una **prueba fecal** en un plazo que va de uno a tres años, según el tipo de prueba que se haga.



¿Qué prueba de detección debería hacerme?

La colonoscopia y las pruebas fecales son las más comunes. Su proveedor también puede ofrecer otras opciones. Hable con su proveedor para decidir cuál es la mejor opción para usted:

- **Colonoscopia:** Se le administrará un medicamento para que duerma (sedación). Luego, el proveedor utilizará un tubo con una pequeña cámara para observar el interior del colon, controlar la presencia de cáncer y encontrar y eliminar pólipos. Antes de la colonoscopia, deberá seguir una dieta líquida y tomar un medicamento para limpiar el colon.



- **Pruebas fecales:** Utilizará un kit especial para tomar una muestra de heces en su casa y luego enviar el kit para su análisis. Si el resultado no es normal, deberá realizarse una colonoscopia. Estas pruebas fecales son una opción para personas que no tienen alto riesgo de cáncer de colon.

Independientemente de la prueba de detección que utilice, asegúrese de obtener el resultado. Si, en los resultados, hay algo fuera de lo normal, siga las indicaciones de su proveedor para dar los siguientes pasos.

¿Mi seguro médico cubre la prueba de detección?

La mayoría de los planes de seguro médico, incluidos Medicaid y Medicare, cubren la prueba de detección del cáncer de colon. En muchos casos, no es necesario pagar ningún gasto de bolsillo.

