



## Cáncer Colorrectal

El cáncer colorrectal se produce cuando tumores se forman en el revestimiento del intestino grueso. Es común tanto en hombres como en mujeres. El riesgo de desarrollarlo aumenta después de los 50 años.

### ¿Qué es el colon y cuál es su función?

Pertenece al sistema digestivo y es la parte más larga del intestino grueso. Por un extremo se conecta con el intestino delgado y con el ano por el otro. Su función consiste en extraer el agua, nutrientes y electrolitos de los alimentos parcialmente digeridos. El material restante, los residuos sólidos llamados heces, se mueven a través del colon, se almacenan en el recto y salen del cuerpo por el ano.

### ¿Cómo se origina el cáncer colorrectal?

El cáncer se origina cuando las células en el cuerpo comienzan a crecer en forma descontrolada. La mayoría de los cánceres colorrectales comienza como un bulto, conocido como pólipo, en el revestimiento interno del colon o del recto. No todos los pólipos se convierten en cáncer. La probabilidad de que un pólipo se vuelva canceroso depende del tipo de pólipo y su evolución. Los dos tipos principales de pólipos son:

- **Pólipos adenomatosos (adenomas):** algunas veces se transforman en cáncer. Debido a esto, los adenomas se denominan afecciones precancerosas.
- **Pólipos inflamatorios y pólipos hiperplásicos:** son más frecuentes, pero en general no son precancerosos.

### Sospeche de un pólipo canceroso si:

- Se descubre un pólipo mayor a un centímetro.
- Se descubre que hay más de dos pólipos.
- Después de la extirpación de un pólipo se descubre la presencia de displasia, la cual es otra afección precancerosa. Esto implica la existencia de un área del pólipo o del revestimiento del colon o del recto en el que las células tienen un aspecto anormal, pero sin llegar a tener la apariencia de células cancerosas verdaderas.

### ¿Cuáles son los factores de riesgo del cáncer colorrectal?

- Sobrepeso u obesidad
- Inactividad física
- Alto consumo de carne roja
- Vitamina D baja
- Fumar
- Alto consumo de Alcohol
- Envejecimiento
- Antecedentes personales o familiares de cáncer colorrectal, pólipos, enfermedad inflamatoria del intestino, colitis ulcerosa crónica, enfermedad de Crohn, síndrome de Lynch, entre otras afecciones.
- Diabetes tipo 2
- Raza negra

### Signos del cáncer de colon:

- Presencia de sangre (de color rojo brillante o muy oscuro) en las heces.
- Diarrea, estreñimiento, sensación de que el intestino no se vacía por completo.
- Heces más delgadas de lo normal o cambios en su consistencia.
- Dolor frecuente ocasionado por gases, distensión abdominal, sensación de llenura o cólicos.
- Calambres.
- Vómitos.
- Pérdida de peso sin razón conocida.
- Sensación de mucho cansancio.

## Recomendaciones para las pruebas de detección:

Para prevenir el cáncer colorrectal o de detectarlo a tiempo debe ser evaluado de forma regular a partir de los 45 años. Si piensa que puede estar en riesgo de padecerlo, hable con su médico. Así podrá saber cuándo debe empezar a realizarse los exámenes de detección, cuál es el más adecuado para usted y la frecuencia con la que debe hacer las pruebas.



Así podrá saber cuándo debe empezar a realizarse los exámenes de detección, cuál es el más adecuado para usted y la frecuencia con la que debe hacer las pruebas.

## Detección temprana y diagnóstico:

Las pruebas de detección pueden descubrir cáncer colorrectal en etapa temprana aun cuando no tenga síntomas.

- **Prueba de sangre oculta en heces-** usa una sustancia química para detectar sangre en heces y se hace una vez al año. Se le proveerá un kit de prueba para realizarla en la casa y luego entregar la muestra de análisis en el laboratorio.
- **Prueba inmunoquímica fecal-** utiliza anticuerpos para detectar sangre en las heces y también se hace una vez al año.
- **Prueba inmunoquímica fecal con análisis de ADN-** combina la prueba inmunoquímica fecal con una detección del ADN alterado en heces. Se recoge una muestra completa de las heces para determinar si hay células cancerosas. Esta prueba se hace una vez cada tres años.
- **Sigmoidoscopia flexible-** Utiliza un tubo delgado, flexible e iluminado para detectar pólipos o cáncer en el recto y en el tercio inferior del colon. Se realiza cada 5 años a 10 años con la prueba inmunoquímica fecal.
- **Colonoscopia-** Utiliza un tubo más largo, delgado, flexible y con una luz para buscar pólipos o cáncer en el recto o en todo el colon y si es necesario hacer extracción. Se realiza cada 10 años para personas que no tienen un riesgo elevado de contraer cáncer colorrectal.

## ¿Cómo se trata el cáncer colorrectal?

El tratamiento tiene el propósito de detener la propagación o reaparición del cáncer, atacando y eliminando células cancerosas específicas en el colon, recto y ganglios linfáticos. Podría necesitar cirugía, terapia dirigida, quimioterapia, radioterapia o la combinación de varias. Se espera que el tratamiento sea más eficaz si el cáncer es detectado en etapa temprana.

## ¿Qué puedo hacer para reducir el riesgo de cáncer colorrectal?

- En general, la manera más eficaz de reducir el riesgo de cáncer colorrectal es haciéndose pruebas periódicas de detección a partir de los 45 años.
- Mantenga una alimentación baja en grasas animales y rica en frutas, vegetales y granos integrales.
- Aumente la actividad física y mantenga un peso saludable.

## Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras su tratamiento médico, por favor visite a su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

## Línea de Consejería Médica

1-844-347-7801

TTY/TDD 1-844-347-7804

**APS Healthcare**

787-641-9133

## Referencias:

- (2022)[https://www.cdc.gov/spanish/cancer/colorectal/basic\\_info/what-is-colorectal-cancer.htm](https://www.cdc.gov/spanish/cancer/colorectal/basic_info/what-is-colorectal-cancer.htm)
- (2022)[https://www.cdc.gov/spanish/cancer/colorectal/basic\\_info/risk\\_factors.htm](https://www.cdc.gov/spanish/cancer/colorectal/basic_info/risk_factors.htm)
- (2022)<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/colon-cancer/symptoms-causes/syc-20353669>
- (2020)<https://www.cancer.org/es/cancer/cancer-de-colon-o-recto/causas-riesgos-prevencion/factores-de-riesgo.html>
- (2022)<https://www.cancer.gov/espanol/tipos/colorrectal/paciente/deteccion-colorrectal-pdq>

Preparado por Educadores en Salud Licenciados. Revisado en septiembre de 2022. ©First Medical Health Plan, Inc.