

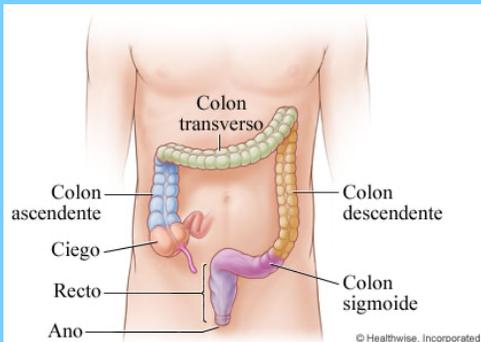
# Información Esencial del Cáncer Colorectal



**El cáncer es la principal causa de muerte en los Latinxs/os en los EE. UU. Los Latinxs/os mueren más de cáncer en el Área de la Bahía que cualquier otra etnia. La adherencia a las recomendaciones de detección de cáncer colorrectal es más baja en la comunidad Latinx en CA.**

## El Colon y Recto

- El colon es la última porción de su tracto digestivo. La función del colon es recibir los desechos de la digestión que paso en intestino delgado y absorber la mayor cantidad de agua posible.
- El recto es la última porción del colon, donde se almacenan las heces hasta que puedan ser expulsadas.
- El colon se divide en 4 porciones: ascendente, transverso, descendente y sigmoide. Todas estas porciones pueden desarrollar cáncer y normalmente tienen características diferentes.



## Etapas del Cáncer Colorectal

- El cáncer ocurre debido a la división incontrolable y rápida de las células.
- Es común que todos desarrollen "pólipos," o crecimientos anormales en la superficie del colon debido a la división anormal de las células. No todos los pólipos son cancerosos, pero el cáncer se desarrolla de pólipos que no dejan de crecer.
- **Etapas 0 y 1:** los pólipos comienzan a tener células cancerosas, crecen y forman un tumor
- **Etapas 2:** el tumor se extiende a capas más profundas del tracto digestivo
- **Etapas 3:** el tumor se extiende más profundo para alcanzar los vasos sanguíneos y los ganglios linfáticos
- **Etapas 4:** las células del tumor primario que llegaron a la sangre viajaron a otras partes del cuerpo y causaron la formación de tumores en otras partes del cuerpo --> **metástasis**
- **LA DETECCIÓN TEMPRANA ES ESENCIAL:**
  - La supervivencia después de 5 años de un diagnóstico cuando se encuentra el cáncer es local es ~91%
  - Cuando el cáncer se ha extendido más a las capas del sistema digestivo y ha llegado a la sangre, la supervivencia es ~69 %
  - Cuando hay metástasis, la supervivencia es ~11%

## Factores de Riesgo y Prevención

- Factores de riesgo (las personas que tienen/hacen estos tienen un mayor riesgo de desarrollar cáncer de colon):
  - Edad mayor
  - Ser hombre (el cáncer de colon es más común en los hombres)
  - Condiciones inflamatorias del colon
  - Obesidad
  - Tener un estilo de vida sedentario
  - Alto consumo de carnes rojas y procesadas
  - Diabetes y/o resistencia a la insulina
  - Historia familiar
  - Condiciones genéticas que aumentan la cantidad de pólipos en el colon

- Consumo excesivo de tabaco y alcohol.
- Prevención: ¡evite los factores de riesgo!
  - Hacer ejercicio, reducir el consumo de carnes rojas, comer más frutas y verduras y alimentos antiinflamatorios, reducir el consumo de alcohol y drogas, etc.



## Síntomas

- Algunos síntomas comunes son:
  - Un cambio en los hábitos intestinales, como diarrea, estreñimiento o estrechamiento de las heces, que dura más de unos pocos días.
  - Una sensación de necesidad de defecar que no se alivia
  - Sangrado rectal con sangre roja brillante
  - Sangre en las heces, lo que podría hacer que las heces se vean de color marrón oscuro o negro
  - Calambres o dolor abdominal (vientre)
  - Debilidad y fatiga
  - Pérdida de peso involuntaria

## Recomendaciones de Detección

- Todos los adultos de 50 a 75 años deben hacerse pruebas de detección
  - Hay muchos métodos de detección. Las recomendaciones son:
    - Examen de sangre oculta todos los años - una prueba para determinar si hay sangre en las heces. Si se encuentra sangre, es necesario realizar más pruebas para averiguar de dónde viene la sangre.
    - sDNA-FIT care 1 a 3 años - una prueba de laboratorio de las heces para buscar ADN relacionado con el cáncer de colon
    - CT colonografía care 5 años - un TC scan de su colon
    - Sigmoidoscopia cada 5-10 años y/o colonoscopia cada 10 años: un procedimiento para observar el interior de su colon y remover pólipos para determinar si son cancerosos
- Se recomienda comenzar la detección temprana si tiene un muy alto riesgo

