



Colon Cancer
Prevention
Project

KickingButt.org

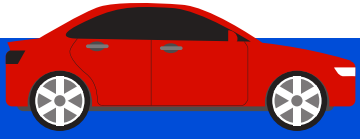
PREVENIR

EL CÁNCER DE COLÓN

A LO LARGO DE SU VIDA

Para información
local, contactar:

INICIO



¡TODOS TENEMOS UN COLÓN! ¡SIGUE ESTE CAMINO PARA PREVENIR EL CÁNCER DE COLÓN!

¡MUÉVASE!



EL EJERCICIO
REDUCE
EL RIESGO.



MANTENER UN PESO SALUDABLE. LA OBESIDAD AUMENTA EL RIESGO.

¡Es **buenísimo** empezar temprano, pero nunca es tarde para hacer cambios saludables!



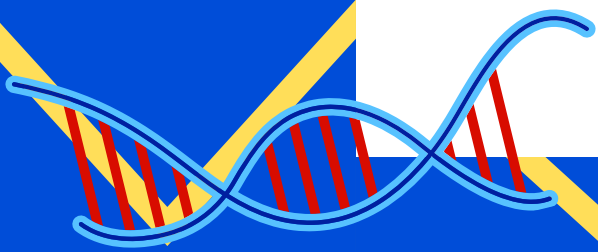
CONOCER SU HISTORIAL MÉDICO FAMILIAR.

Antecedentes familiares de cáncer de colon o de pólipos aumentan su riesgo. Las pruebas de detección serán necesarias más tempranamente.

LIMITAR EL CONSUMIR CARNE ROJA Y CARNE PROCESADA. COMER MUCHO DE FRUTAS Y VEGETALES.



NO USAR TABACO



CONOCER LOS SÍNTOMAS

Dependiendo de su historial médico/familiar usted puede ser un buen candidato para pruebas genéticas. Hable con su doctor.



- heces con sangre
- cansancio
- pérdida de peso inexplicable
- dolor abdominal
- estreñimiento/diarrea



¿ESTÁ TENIENDO SÍNTOMAS? ¡CONSULTE A SU MÉDICO INMEDIATAMENTE!

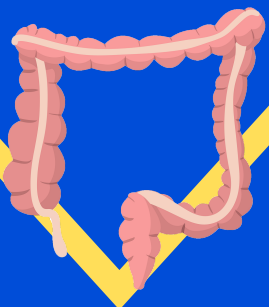
Las enfermedades intestinales inflamatorias como **Crohn's** o **Colitis** hacen más grande su riesgo de cáncer.

Necesitará exámenes de detección antes.

A LOS 35 AÑOS, PREGUNTE A SU DOCTOR A QUE EDAD NECESITA HACERSE LA DETECCIÓN DE CÁNCER Y CUÁLES SON SUS OPCIONES.

35

Si usted tiene historia familiar de cáncer de colon, realice las pruebas de detección **a los 40 años, o 10 años antes de la edad en que su familiar fue diagnosticado.**



45

ANTES DE CUMPLIR 45 AÑOS DEBERÁ HABERSE REALIZADO EXÁMENES DE DETECCIÓN

EXAMEN COMPLETO

RECUERDE

Si su médico encuentra pólipos o no, continúe con vigilancia y exámenes (pruebas) de detección.