



Question your **Colon** Health

Preguntarse sobre su salud del colon es el primer paso para ayudar a la prevención.

De acuerdo con la American Cancer Society, el cáncer colorrectal es la segunda causa de muerte por cáncer en los Estados Unidos, sin embargo, es uno de los tipos de cáncer más prevenibles. Con exámenes regulares y cambios de estilo de vida, esta enfermedad letal es prevenible y tratable cuando es detectada temprano.

Los exámenes de cáncer de colon permiten que los pólipos (crecimiento anormal en el colon que son causas potenciales de cáncer de colon) sean encontrados y removidos antes que el cáncer se desarrolle. Los exámenes también ayudan a la detección de cáncer en las etapas iniciales cuando es más fácil tratarse.

¿Cómo puede ayudar a reducir sus probabilidades (o alguien que ama) de desarrollar cáncer de colon?



Hágase la prueba. Si tiene 45 años o más, debe de consultar hoy a su proveedor de atención primaria (y consultar con su proveedor de seguros) sobre la detección del cáncer colorrectal. La detección temprana es clave en la prevención.



Su historial médico puede ayudar a predecir su futuro. Si tiene factores de riesgo, como antecedentes familiares de cáncer de colon o pólipos, o si tiene una enfermedad inflamatoria intestinal, hable con su proveedor de atención primaria acerca de ver a un gastroenterólogo que le recomiende que comience las pruebas de detección más temprano, o se haga un examen con más frecuencia.



Sea bueno con su cuerpo. Limite el consumo de alcohol, deje de fumar y duerma lo suficiente. Manténgase activo—comprométase con alguna forma de actividad física por lo menos 30 minutos al día. Mire lo que come: evite las carnes procesadas como salchichas y tocino. Limite el consumo de carne roja a no más de 18 onzas por semana.



Hay conocimiento compartiendo. ¡Hable con su médico sobre un examen de salud del colon y anime a otros a preguntarse también sobre su salud del colon!

Hable con su proveedor de atención primaria sobre un examen de colon. ¡Si no tiene un proveedor de atención primaria, Baptist Health puede ayudarle!



Baptist Health

SOLICITE UNA CITA LLAMANDO AL
1-888-BAPTIST (888) 227-8478
O VISITE **QuestionYourColon.com**