



El cáncer colorrectal se origina en el colon o el recto, que son parte del sistema digestivo. Durante la digestión, el colon absorbe agua y transforma los alimentos no digeridos en desechos sólidos (heces). Desde allí, las heces se almacenan en el recto hasta que se eliminan del cuerpo durante la evacuación intestinal. Si le han dicho que tiene cáncer colorrectal, es probable que ya le hayan realizado una colonoscopía, otros estudios por imágenes y una biopsia (una prueba en la que se toma una muestra de tejido para examinar en busca de cáncer). Es posible que se hayan realizado otras pruebas en las células cancerosas para detectar determinadas proteínas y cambios genéticos llamados biomarcadores. También es posible que le realicen otros procedimientos para determinar si el cáncer se ha propagado. Estas pruebas ayudan a su médico a saber qué tipo de cáncer colorrectal tiene, en qué etapa se encuentra y qué tratamiento podría ayudar.

Tratamiento contra el cáncer colorrectal

Su tratamiento dependerá del tipo y la etapa de su cáncer colorrectal. Sus opciones de tratamiento también dependerán de los resultados de las pruebas en las células cancerosas, su salud y sus preferencias personales.

La cirugía se usa para tratar la mayoría de los cánceres colorrectales. Esto implica extirpar el cáncer junto con una parte del colon o del recto normal. La cirugía para extirpar todo o parte del colon se llama colectomía y la cirugía para extirpar todo el recto se llama proctectomía.

Algunas personas que se someten a cirugía necesitarán una ostomía (colostomía o ileostomía) si su intestino grueso o delgado no funciona bien después de la cirugía. Una ostomía es una abertura en el abdomen para permitir que las heces salgan del cuerpo. Algunas personas necesitan ostomías durante varios meses (temporales), mientras que otras tendrán la ostomía por el resto de sus vidas (permanentes).

Otros tratamientos pueden incluir radiación y medicamentos como quimioterapia, terapia dirigida con medicamentos o inmunoterapia. En muchos casos, se necesita más de un tipo de tratamiento. Su médico le ayudará a decidir qué tratamientos son los más adecuados para usted.

Asegúrese de preguntar:

- ¿Cuál es el objetivo del tratamiento?
- ¿Qué tipo de cáncer colorrectal tengo?
- ¿En qué etapa se encuentra mi cáncer colorrectal y qué significa? ¿Cuáles fueron los resultados de la prueba de biomarcadores?
- ¿Qué más ha aprendido de los resultados de mis pruebas? ¿Necesitaré más pruebas?
- ¿Necesitaré cirugía? ¿Se puede extirpar el cáncer por completo?
- ¿Necesitaré una ostomía? ¿Por cuánto tiempo estaré hospitalizado? ¿Cómo tendré que cuidarla?
- Si mi ostomía es temporal, ¿cuándo la revertirán (quitarán) y quién la revertirá?
- ¿Necesito una prueba genética?

Qué debe esperar antes y durante el tratamiento

Su equipo de atención médica contra el cáncer le explicará su plan de tratamiento. Este equipo puede incluir distintos médicos, enfermeros y otros trabajadores de la salud, según el tipo de tratamiento que necesite. Si necesita cirugía, trabajará con su cirujano para saber qué debe esperar. Si necesita otros tipos de tratamiento, su médico o equipo de atención médica contra el cáncer le explicarán cómo se administran, le ayudarán a prepararse, harán un seguimiento de su estado y le ayudarán con cualquier efecto secundario. También es posible que le realicen pruebas en determinados momentos para ver qué tan bien está funcionando su tratamiento.

No todas las personas que reciben tratamiento tendrán los mismos efectos secundarios. Por ejemplo, los efectos secundarios de la cirugía son diferentes de los efectos secundarios de la quimioterapia, la terapia dirigida con medicamentos, la inmunoterapia o los tratamientos con radiación. Además, las personas que reciben el mismo tratamiento podrían tener efectos secundarios diferentes.

Asegúrese de preguntar:

- ¿Cuáles son mis opciones de tratamiento? ¿Qué considera usted que es mejor para mí y por qué?
- ¿Existen estudios clínicos para mi cáncer?
- ¿Qué efectos secundarios podría tener y qué puedo hacer al respecto?
- ¿Cómo sabremos si el tratamiento está funcionando?
- ¿Con qué frecuencia recibiré tratamiento?
 ¿Cuánto tiempo durará?
- ¿A dónde iré para recibir tratamiento? ¿Podré manejar?
- ¿Podré seguir haciendo mis actividades habituales, como trabajar y hacer ejercicio?
- ¿Afectará el tratamiento mi vida sexual? ¿Cómo y por cuánto tiempo? ¿Qué puedo hacer para ayudar con esto?

Qué debe esperar después del tratamiento

Después del tratamiento, pídale a su médico oncólogo un resumen del tratamiento y un plan de seguimiento. Esto se llama plan de atención para la supervivencia. Su médico oncólogo trabajará con su médico de familia o de atención primaria para ayudarle a manejar los efectos secundarios del tratamiento y controlar su estado general de salud. Le realizarán pruebas periódicas para ver si el cáncer ha regresado, o si ha aparecido un nuevo cáncer en otra parte del cuerpo.

En algunas personas, es posible que el cáncer no desaparezca por completo. Es posible que sigan recibiendo tratamiento y que sea necesario realizar pruebas para ver qué tan bien está funcionando.

Es posible que experimente cambios en su cuerpo después del tratamiento. La cirugía y otros tratamientos pueden cambiar el funcionamiento de sus intestinos. Es posible que tenga problemas sexuales. Pregunte a su médico qué debe esperar e infórmele si tiene algún problema.

Las personas que han tenido cáncer colorrectal corren el riesgo de volver a padecerlo o de padecer otros tipos de cáncer. Incluso si se siente bien después de terminar el tratamiento, es importante que pregunte a su equipo de atención médica contra el cáncer sobre un programa periódico de pruebas de seguimiento para ver si el cáncer colorrectal ha regresado.

Asegúrese de preguntar:

- ¿Dónde puedo obtener una copia del resumen de mi tratamiento y del plan de seguimiento?
- ¿Con qué frecuencia debo ver a mi equipo de atención médica contra el cáncer?
- ¿Cuándo y cómo debo ponerme en contacto con ellos?
- ¿Necesitaré realizarme pruebas para ver si el cáncer ha regresado o para detectar problemas derivados del tratamiento?
- ¿Necesito alguna prueba de detección, como un mamograma, para detectar otros tipos de cáncer a tiempo?
- ¿Hay efectos secundarios tardíos o a largo plazo del tratamiento a los que deba prestar atención?
- ¿Quién puede ayudarme con mi ostomía, si tengo una?
- ¿Dónde puedo encontrar mi historia clínica?

Manténgase saludable

Asegúrese de informar a su médico o equipo de atención médica contra el cáncer si algún efecto secundario del tratamiento no desaparece o si presenta algún síntoma nuevo.

Hay cosas que puede hacer para mantenerse saludable durante y después del tratamiento. No fumar puede ayudar a reducir las probabilidades de padecer otro cáncer. Alcanzar y mantener un peso saludable, comer bien, realizar actividad física y evitar el alcohol también pueden ayudarle a mantenerse saludable y reducir el riesgo de padecer un nuevo cáncer colorrectal u otros tipos de cáncer.

Cómo afrontar sus sentimientos

Tener cáncer colorrectal puede hacer que sienta temor, tristeza o nervios. Es normal tener estos sentimientos y hay maneras de ayudarle a afrontarlos.

- No trate de enfrentarse solo a sus sentimientos.
 Hable sobre ellos, independientemente de cuáles sean.
- Está bien sentir tristeza o depresión de vez en cuando, pero informe a su equipo de atención médica contra el cáncer si tiene estos sentimientos durante varios días.
- Si su médico lo autoriza, haga las cosas que le gustan, como pasar tiempo al aire libre, ir al cine o a un evento deportivo o salir a cenar.
- Busque ayuda con tareas como cocinar o limpiar.

Tal vez desee ponerse en contacto con amigos y familiares, o con líderes o grupos religiosos. La orientación también puede ser de ayuda. A algunas personas les resulta útil hablar con otros que han tenido la misma experiencia. Un grupo de apoyo puede ofrecerle esto. Informe cómo se siente a su equipo de atención médica contra el cáncer. Ellos pueden ayudarle a encontrar el apoyo adecuado.



Para obtener más información y apoyo, visite el sitio web de la American Cancer Society en: <u>cancer.org/cancer-de-colorrectal</u> o llámenos al **1-800-227-2345**. Estamos aquí cuando usted nos necesite.



