

El cáncer colorrectal es la segunda causa de muertes relacionadas al cáncer en Estados Unidos.<sup>1</sup> Detectarlo temprano con pruebas de detección regulares es clave para que el tratamiento tenga éxito.

## Reduzca su riesgo de padecer cáncer colorrectal:

- Sométase periódicamente a pruebas de detección del cáncer colorrectal.
- Intente mantener una dieta baja en grasa y alta en fibra.
- Si bebe alcohol, beba sólo con moderación. Si consume productos de tabaco, deje de hacerlo.
- Haga ejercicio durante por lo menos 20 minutos, de tres a cuatro días a la semana.

**Encontrar el cáncer y tratarlo temprano es clave para que el resultado del tratamiento sea exitoso. Llame a su médico para hacer una cita para hacerse una prueba de detección.**

---

<sup>1</sup><https://www.cancer.gov/types/colorectal/screening-fact-sheet>



La **Línea de Consejo de Enfermería 24/7** de Arkansas Total Care está atendida por integrantes de enfermería registrada las 24 horas del día, los siete días de la semana, los 365 días del año.

Para hablar con alguien sobre las pruebas de detección de cáncer colorrectal, llame a la Línea de Consejo de Enfermería al 1-866-282-6280 (TTY: 711).